



Kontakt- und Beratungsstelle Pankow

„YES I CAN!“

2-Tage-Workshop zum Thema: (Wieder)Entdeckung der eigenen Potenziale, Fähigkeiten und Fertigkeiten am 24. + 25.05.24



Wer kennt das nicht?!

Oft messen wir uns an dem, was wir nicht können und was uns misslingt. Es fällt oftmals leichter zu sagen, was man nicht kann, statt die Dinge zu benennen, die gut gelingen.

Besonders Menschen, die aus ihrem inneren Gleichgewicht geraten sind, fällt es schwerer, ihre eigenen Kompetenzen zu sehen. Dadurch wird der Zugriff auf die eigenen Fähigkeiten und Potenzialen sehr eingeschränkt.

Um sich ein Bewusstsein über die eigenen, vorhandenen und vielleicht nicht genutzten Ressourcen zu verschaffen, kann es hilfreich sein, sich damit intensiver auseinander zu setzen.

Genau das ist die Idee für diese 2 Tage.

Wir werden uns thematisch u.a. mit diesen Fragen beschäftigen:

Über welche Fähigkeiten und Stärken verfüge ich und welche davon nutze ich selten oder gar nicht?

Wie kann ich Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten wiederfinden und meine eigene Wertschätzung fördern?

Was macht mich als Person aus?

Zur Bearbeitung des Themas werden wir u.a. Methoden wie „Kleingruppenarbeit“ und „Arbeitsblätter“ nutzen.

Wir laden euch ein, mit uns offen und humorvoll auf die Ressourcenreise zu gehen und freuen uns auf eure Teilnahme.

Gruppenleitung:

André Wick (Dipl. Soz.-Päd. / Syst. Therapeut)

Annegret Corsing (Expertin aus Erfahrung)

Kosten: keine

Start: 24.05.+ 25.05.24 von 10.00-15.00 Uhr

Ort: KBS Pankow, Berliner Str. 16 in 13189 Berlin

Anmeldung: telefonisch unter 030-47535492