

**Poetische Ladestation 2020 als Awareness-Tankstelle/  
Stressmanagement im „Popup-Atelier“ von Brigitte Witzer:**

## **Mehr von sich selbst wissen**

**Schwerpunkt BeZiehung :: ErZiehung :: AnZiehung:  
sich beziehen :: einbeziehen :: sich rausziehen :: sich entziehen**

Mit voller Kraft die eigenen Sinne erleben...  
inklusive positiver Rückkopplungseffekte

**ein biographisches sich Erinnern :: selbst erfahren  
:: die eigene Wirkung :: die Wirkung der Gruppe ::  
ein poetische Reise :: sich selbst besser verstehen  
:: zwischen Schwarmintelligenz und Selbst-  
verortung**

Manager und Führungskräfte, die in Konzernen arbeiten, erleben sich oft im Funktionieren oder im maschinenartigen Abarbeiten der vielfältigen Aufgaben, mit denen sie neben der Führung von Mitarbeitern betraut sind. Führung stellt weitere Herausforderungen bereit, die an Komplexität und Anspruch im Kontext von Beziehungen nicht zu überbieten sind.

Doch nicht allein die Arbeit ist es, die Beziehung erfordert; am Ende eines anspruchsvollen Arbeitstages warten weitere Stakeholder: Partner, Kinder, Freunde... Mit dem immer gleichen Ergebnis: Oft kommt gerade in Zeiten hoher Beanspruchung der Kontakt zu sich selbst abhanden. Statt auf sich selbst hören Manager dann auf „die Stimme der Vernunft“, die sie statt zu einem Waldspaziergang zu einem Work-out am Rande der eigenen Möglichkeiten lockt, statt zu einem verträdelten Nachmittag auf der Wiese zu einer Power-Yoga-Session mit anschließender Meditation.

Wo verbirgt sich der einfache Zugang zur eigenen Wahrnehmung, in Beziehung zu sich und zu den Anderen? Der Körper wird oft nur gespürt, wenn er bis an seine Grenzen oder darüber gefordert wird. Auch die innere Stimme bleibt auf der Strecke, einen zarten Refrain singt einsam der Tinnitus. Wo ist das eigene Fühlen geblieben, das Gespür für den Zauber von Beziehungen zu Um- und Mitwelt?

### **Gar nicht so weit weg!**

Das jedenfalls offenbart dieser Kurz-Workshop, der auf eine poetische Reise führt – ohne Gepäck, ohne Zertifikate und ohne auch nur die geringste Möglichkeit, etwas falsch machen zu können! Lassen Sie sich ein auf das altvertraute und vielleicht vergessene Abenteuer Ihrer sinnlichen Wahrnehmung, auf Genuss und Überraschung und finden Sie nicht nur für diesen Nachmittag wieder Heimat bei sich selbst.



### **Zielgruppe:**

Führungskräfte und Manager sowie alle, die den Kontakt zu sich stärken möchten. Max. 8 Teilnehmer\*innen

### **Leitung:**

Antonia Isabelle Weisz, kreative Facilitatorin, Ethnologin und Künstlerin, entwickelt seit 2007 shared-learning-Formate mit poetischen und gestalterisch-kreativen Verfahren für Gruppen unterschiedlicher Generationen, Kulturen und Religionen, zur wertschätzenden Verständigung. 2016 wurde sie für ihr Engagement von Bundespräsident a.D. Joachim Gauck ausgezeichnet. [www.aiweisz.de](http://www.aiweisz.de)

### **Wann:**

Freitag, 12. Oktober 2018,  
von 10 – 16.30 Uhr

### **Wo:**

Mommsenstr. 26, 10629 Berlin

### **Kosten:**

399 € inkl. 19% MWSt.

### **Kontakt:**

Prof. Dr. Brigitte Witzer  
Mommsenstr. 26, 10629 Berlin  
Telefon: +49 (0)30 400 05 67-0  
E-Mail: [buero@witzer.de](mailto:buero@witzer.de)  
[www.witzer.de](http://www.witzer.de)