

Diakonisches Werk Bayern  
Diakonie.Kolleg.  
Postfach 12 03 20  
90332 Nürnberg

**Teilnahmekosten**

Teilnahmegebühr für Mitarbeitende in evangelische Kirche und Diakonie in Bayern: 75 €  
für andere Interessierte: 130 €

**Seminarzeiten:**

Mittwoch, 14.04.2021 von 10:00 bis 14:00 Uhr  
incl. Pause  
ab 9:45 Technik-Check

**Information:**

Christine Ursel  
Fortbildungsreferentin  
0911 9354 414  
[ursel@diakonie-bayern.de](mailto:ursel@diakonie-bayern.de)

**Organisation:**

Martina Dorsch  
Sachbearbeitung  
0911 9354 415  
[dorsch@diakonie-bayern.de](mailto:dorsch@diakonie-bayern.de)

Foto von Chris King auf [unsplash.com](https://unsplash.com)

Diakonisches Werk Bayern  
**Diakonie.Kolleg.**  
Pirckheimerstraße 6  
90408 Nürnberg  
Tel. 0911 93 54-411  
Fax 0911 93 54-416  
[www.diakonie-bayern.de](http://www.diakonie-bayern.de)  
[www.diakoniekolleg.de](http://www.diakoniekolleg.de)



## Loslassen

Der mutige Umgang mit  
Veränderungen  
Online-Workshop

Mittwoch, 14.04.2021

**Diakonie.Kolleg.**

Ihr diakonisches Kompetenznetzwerk für Bildung & Beratung

**Situation:**

Veränderungen und Umbrüche gehören zum Leben, auch wenn wir dazu neigen, sie lieber auszublenden.

Und dennoch bleibt nichts wie es ist. Sowohl wir selbst verändern uns permanent, als auch unsere Umwelt.

Wir sind daher immer wieder herausgefordert, uns auf neue Situationen einzustellen. Bleiben wir im Alten stecken und versuchen das Gewohnte krampfhaft festzuhalten, werden wir Probleme bekommen. Solange wir im Alten verharren und das Neue abwehren, behindern und verletzen wir uns selber, nehmen uns die Lebensfreude und verbauen uns die positiven Perspektiven im Leben.

**Inhalt:**

Loslassen und dranbleiben ist die Basis für unsere Wandlungsfähigkeit und die Bewältigung von schwierigen Situationen:

Wir lassen wir los, was uns beschwert, und halten fest, was uns stärkt.

Wir lassen los, was sich verändert und bleiben dran an unseren Zielen und Wünschen und unserer Handlungskompetenz.

**Nutzen:**

Entwickeln Sie Ihre Wandlungsfähigkeit weiter und entdecken Sie, wie Sie mutig mit Veränderungen umgehen können!

**Methoden:**

Online-Kompakt-Workshop:  
Impulsvortrag und Austausch  
Übungen

**Zielgruppe:**

Ehrenamtlich, neben- und hauptberuflich Mitarbeitende aus allen Arbeitsfeldern der Diakonie und der Kirche; Interessierte

**Teilnehmer\*innen:**

maximal 14 Personen

**Referentin:****Dr. Bärbel Wardetzki**

Diplom-Psychologin, Psychotherapeutin,  
Supervisorin, Coach, Autorin, München

Unsere Referentin Dr. Bärbel Wardetzki hat ein Buch zum Thema herausgegeben:  
Loslassen und dranbleiben - Wie wir Veränderungen mutig begegnen  
Kösel-Verlag, 2019

**Anmeldung 21-P35 am 14.04.21**

Loslassen

Online-Anmeldung: [www.diakoniekolleg.de](http://www.diakoniekolleg.de)

oder per Fax: 0911 9354-416

.....  
Name Vorname

.....  
Funktion

.....  
Dienststelle/Einrichtung/Rechtsträger

.....  
Straße

.....  
PLZ, Ort

.....  
Telefon

Fax

.....  
E-Mail

.....  
E-Mail (privat)

Rechnung an:

Dienststelle

Privatadresse

Es gelten die AGB des Diakonie.Kolleg. Bayern:

[www.diakoniekolleg.de/agb](http://www.diakoniekolleg.de/agb)

.....  
(Datum, Unterschrift, Stempel)

Privatadresse für Rechnung: