

## **Achtsamkeit oder der Umgang mit Zeit**

### **Coaching-Tagung zu Sinnfragen, Bedeutung von Zeit, Körper und Kulturen im Berufs- und Privatleben**

Wald-Michelbach — Mit „Können, Kunst und Kultur des Coaching“ lädt das Odenwald-Institut der Karl Kübel-Stiftung vom 5. bis 7. Oktober 2007 zur vierten diesjährigen Tagung auf die Tromm.

„Wir wollen in dieser Tagung Akzente setzen, die in einer Coaching-Aus- und Weiterbildung“ normalerweise weniger thematisiert werden und sich auf hohem Niveau mit zentralen Fragen in beruflichen Beratungen auseinandersetzen“, beschreibt die für die Tagung mitverantwortliche Kursleiterin Dörthe Verres das Ziel dieser Fachveranstaltung, die sich vor allem an Berater, Coaches sowie Fach- und Führungskräfte wendet. Themen sind kultursensible Beratung und Teamführung, Zeiterleben im beruflichen Alltag, Gesundheitscoaching, Körperbewusstsein als Ressource, Time-Life-Balance sowie Achtsamkeit in Beratungsprozessen.

Um 15.30 Uhr eröffnet am Freitag der Organisationsentwickler Ulrich Althausen mit einem Vortrag zu Be- und Entschleunigung im Leben. Es geht um die Frage, wie Coaches Menschen helfen können, ihren eigenen für sie stimmigen Rhythmus im beschleunigten Alltag zu finden und wie sie zwischen verschiedenen Zeitrhythmen umschalten können – auf Hochtouren laufen und dann wieder entspannen und Energie sammeln.

Ein Höhepunkt wird das Kamingespräch am ersten Abend mit Dr. Bernd Sprenger, der in Berlin eine Fachklinik für psychosomatische Medizin für Fach- und Führungskräfte leitet. In seinem Buch „Im Kern getroffen“ geht es um Attacken aufs Selbstwertgefühl und wie wir unsere Balance wiederfinden. Er beschäftigt sich mit Entwertungserlebnissen, deren Auswirkung auf Menschen und wie Menschen ihr Selbstwertgefühl stabilisieren können.

Vorgestellt werden weiter in Workshops Konzepte des Gesundheitscoachings wie Yoga oder Live-Balance mit Taijiquan, in denen der Körper als Erfahrungs- und Wissensspeicher genutzt wird. Die Teilnehmenden probieren direkt aus, wie Klienten und Coaches sich mit Achtsamkeit für Körper, Emotion und Geist selbst den Rücken stärken, Energien zentrieren und sich vor Burnout schützen können.

Im interkulturellen Coaching wird Dr. Peter Dreyer ein Live-Coaching mit japanischen Klienten durchführen. Dreyer hat selbst einige Jahre in Japan gelebt und arbeitet nun als Coach in Deutschland.

Sinnhaftigkeit sind für Institutsleiter Dr. Wolfgang Greiner das Dach der Veranstaltung. Sie soll sensibilisieren für Achtsamkeit, Kulturen und Kunst.

„Coaching ist auch eine Kunst. Es hat etwas Wohltuendes und Musisches. Deshalb erhalten wie in allen Veranstaltungen unserer Weiterbildungseinrichtung Kunst und Musik genügend Raum.“ Abends stehen neben Kamingesprächen eine Vernissage mit der Heidelberger Künstlerin Katja Hess, deren Bilder zum Assoziieren einladen, ein Marionettenspiel und Musik auf dem Programm. „Auch die Mischung aus Vorträgen und Workshops gehören zu unserem Konzept. Die TeilnehmerInnen werden aktiv eingebunden und bestimmen den Verlauf sogar maßgeblich mit, in dem wir einen Teil der Workshops vertiefen und in einem World-Café weiter erarbeiten“, so Greiner.

Das Programm kann im Internet unter [www.bildung-und-begeisterung.de](http://www.bildung-und-begeisterung.de) abgerufen oder telefonisch beim Odenwald-Institut unter 06207 605-0 angefordert werden.



**Bild:**

TeilnehmerInnen entspannen auf der Tromm während der Tagung „Trust the Process“

**Das Odenwald-Institut (OI)**

Das Odenwald-Institut führt als gemeinnützig anerkannte Bildungseinrichtung der Karl-Kübel-Stiftung für Kind und Familie werteorientierte Seminare, Aus- und Weiterbildungen sowie Fachtagungen mit international anerkannten Fachleuten und Konzepten durch. Inhaltliche Schwerpunkte sind Beruf, Kommunikation, Familien, Kinder und Jugendliche sowie Persönlichkeitsentwicklung. Das 1978 von Mary Anne und Karl Kübel gegründete Institut zählt mit 450 Seminaren und rund 6.000 Teilnehmenden im Jahr, mit rund 250 Kursleitenden, fünf Tagungshäusern und Buchhandlung zu den führenden Bildungseinrichtungen in Deutschland. Es ist Kooperationspartner des Landes Hessen in der Fortbildung von Lehrern und Schulleitern und des Kreis Bergstraße in der Jugendbildung.