

Wird diese Nachricht nicht richtig dargestellt, klicken Sie bitte [hier](#).



Odenwald-Institut | Newsletter 04/2021

Liebe Leserin, lieber Leser,

Glück, Leichtigkeit und Humor – wir wollen aktuell das Positive und die Freude in den Blick nehmen. Dazu passen unsere neuen Familienseminare: Mit „Hurra, wir leben noch!“ startet unser erstes Online-Familienseminar Anfang Mai – aufgeteilt in kleinere Einheiten in einer Mischung aus Wochenend- und Abendeinheiten. Im Sommer planen wir gerade neue Online-Abenteuer für Räuber und Piraten.

Wir behalten beides im Blick – Online- und Präsenz und freuen uns auf Sie – online oder wenn möglich vor Ort.

[> Alle Online-Angebote auf einen Blick](#)

Herzliche Grüße
vom Team des Odenwald-Instituts

Kurzentschlossen



Belastende Gefühle minimieren (online) 08. und 15.05.2021 (2 x 2,5 Stunden)

Klopfen Sie den Stress einfach weg und lassen Sie den Erfolg hinein! Klingt zu einfach, um wahr zu sein. Stimmt, es klappt nicht immer, doch die schnelle und nachhaltige Wirksamkeit der energetischen Psychologie für mehr Entspannung und Klarheit ist validiert und vielfach bestätigt. Machen Sie mit und gewinnen Sie mehr Leichtigkeit!

[mehr erfahren](#)

Familie



Neu! Hurra, wir leben noch! (online)
08.05. / 18.05. / 01.06. / 13.06. je 2 Stunden

Ob erste, zweite oder dritte Pubertät, Homeschooling und Homeoffice – alles ganz schön heftig, teils überfordernd und erschöpfend, teils verunsichernd, teils konflikträtig. Wie umgehen mit Kränkungen, Verletzungen, Wut, Frust – und das aktuell häufig mit Einschränkungen in Raum und Bewegungsfreiheit? Heben Sie mit uns gemeinsam Ihren Familienschatz!

[mehr erfahren](#)

Pubertät – ehrlich, mutig und mit Freude
13. – 16.05.2021

Die Zeit der Auseinandersetzung „Ich bin ich und du bist du“ erleben Mütter und Töchter oftmals als sehr turbulent. Auf der Freizeit für Mütter und Töchter zwischen 10 und 15 Jahren wollen wir die Zeit der Veränderung wahrnehmen und gestalten, eine kreative Auszeit nehmen und die Fülle von Mutter-Tochter-Beziehungen leben.

[weiter lesen](#)

Persönlichkeit



Humor ist mein Ernst! (online)

23. – 25.04.2021

Kreativ, flexibel und gewitzt, wenn es ernst wird – Wie schön wäre es, wir könnten mit einem kleinen Dreh der Situation die Schärfe nehmen und unseren eigenen Spielraum für mehr Leichtigkeit, Lebensfreude und Kreativität stärken. Lasst uns den Stress reduzieren, ermutigt durch's Leben gehen und im Spiel des Clowns Humor als Freiraum für den Alltag nutzen.

[mehr erfahren](#)**Irgendwie anders – Bist Du möglicherweise hochsensibel? (online)****23. – 25.04.2021**

Ist Dir manchmal alles zu viel? Lärm, Menschen, Anforderungen? Nimmst Du Außenreize wie Atmosphäre, Stimmungen, Geräusche, Gerüche besonders intensiv wahr? Verfügst Du über eine rege Fantasie und lebhafte Träume? Brauchst Du regelmäßig Zeit für Rückzug und Alleinsein ...

Wir untersuchen, wo unsere Antennen besonders fein sind, öffnen und schließen bewusst unsere Sinneskanäle und entwickeln Strategien, um mit Belastendem umzugehen ...

[mehr dazu](#)**FrauenFlower – Zeitinseln am Vormittag (online)****27.04. – 18.05.2021**

„Ich darf es leicht und schön haben.“ Wir stärken uns gegenseitig mit der Kraft der Positiven Psychologie, denn es ist heilsam, sich von Außeneinflüssen unabhängiger zu machen, innere Freiheit zu spüren und selbstbestimmt gute Lebensentscheidungen zu treffen. Begebt Euch mit uns auf Zeitinseln mit den wundervollen Namen: „Glücksperlen – Dem Glück auf der Spur“ oder „Sternstunden ...“

[weiter lesen](#)**Eine neue Erde**

21. – 24.05.2021

Wir spüren alle die Veränderung, das Zerbrechen alter Strukturen, ohne recht zu wissen, wohin wir unterwegs sind. Es geht um die Entwicklung des Selbst, die Entwicklung des Herzchakras und der inneren Wahrhaftigkeit. So kommen wir in die Freiheit des Seins und gewinnen eine neue Einstellung gegenüber Erde und Himmel. Lasst uns auf das Verbindende konzentrieren und damit unsere Art zu denken und zu leben verändern.

[mehr erfahren](#)

Kompetenz



Frauen führen anders (online)

26. – 28.04.2021

Sie setzen sich mit Ihrem eigenen Führungsstil auseinander, bauen Ihre Fähigkeit zu motivieren und ein Team zu entwickeln aus, erweitern Ihre Kommunikations- und Konfliktfähigkeit und stärken Ihre Überzeugungs- und Durchsetzungskraft.

[weiter lesen](#)

Train-the-Trainer – **Basis-Module**

Online begeistern, Menschen nachhaltig fördern**08.05. – 15.05.2021**

Mit den Basis-Modulen lernen Sie, kreative Online-Sessions leicht zu gestalten und zu führen. Sie werden große Entwicklungsschritte machen können – auch wenn Sie wenig technische Erfahrung mitbringen!

[mehr erfahren](#)

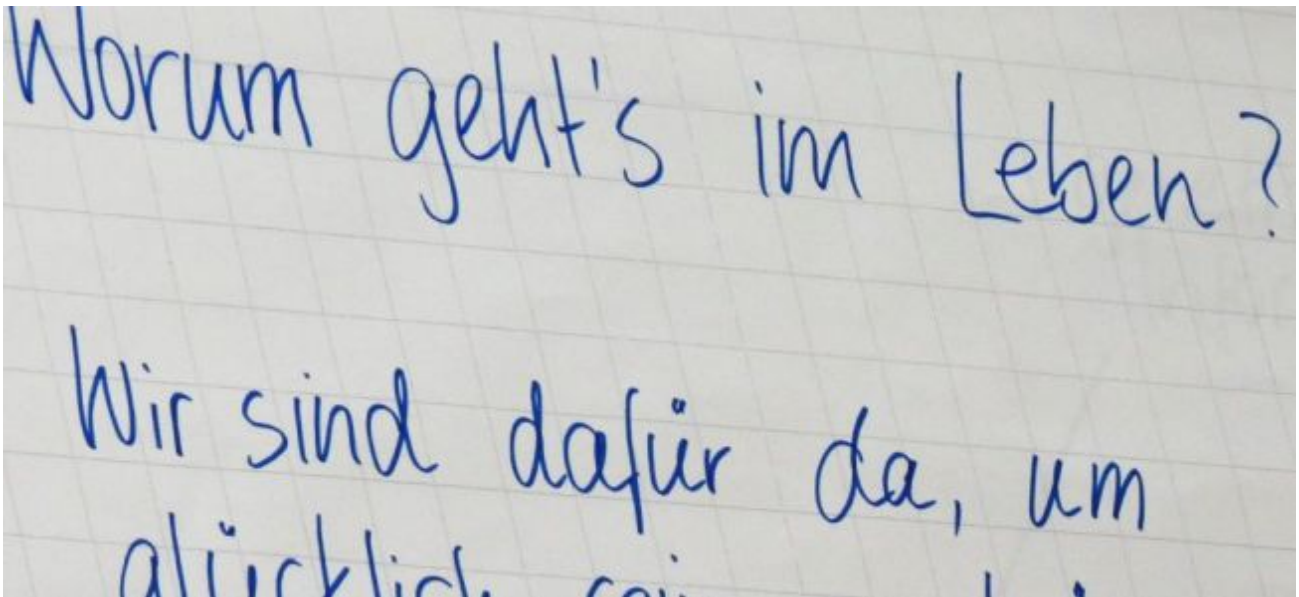
Die stellvertretende Leitung zwischen Team und Führung

10. – 12.05.2021

In diesem Seminar betrachten wir die Rolle der stellvertretenden Leitung aus systemischer Sicht. Sie lernen Schwachstellen und kritische Elemente im Bereich Leitung und Personalführung kennen und wie Sie kritische Punkte und Krisen rechtzeitig erkennen und adäquat damit umgehen.

[weiter informieren](#)

Weiterbildungen



Coaching lösungsfokussiert und praxisnah (Präsenz oder Online)

Für Kurzentschlossene: Start 21.04.2021

Diese fachübergreifende Coaching-Ausbildung integriert die lösungsorientierten und ressourcenaktivierenden Methoden des systemischen Coachings, des NLPs (Neurolinguistischen Programmierens), Erkenntnisse der Hirnforschung, Grundlagen des Embodiment und der modernen Hypnotherapie. Eine Zertifizierung von mehreren führenden Verbänden ist möglich.

[mehr dazu](#)

Heilpraktiker für Psychotherapie (Präsenz oder online)

Start 02.05.2021

Sie möchten die Zulassung als Heilpraktiker*in für Psychotherapie erlangen und sich mit einem zertifizierten Vorbereitungslehrgang auf die kassenärztliche Zulassungsprüfung vorbereiten? Für Menschen in beratenden und sozialen Berufen die therapeutisch nach dem Heilpraktikergesetz tätig sein möchten.

[Lesen Sie weiter](#)

Teamcoaching in der Praxis (online)

11.05. – 26.08.2021

Sie sind Führungskraft in agilen Strukturen, tragen Personalverantwortung mit Teamentwicklungsaufgaben, begleiten als interne und externe Berater*innen interkulturelle Gruppen und Teams in Organisationen? Mit dieser Weiterbildung entwickeln Sie sich zum Team- und Gruppencoach in unterschiedlichsten Ausgangssituationen.

[mehr erfahren](#)



MBSR-Intensivwoche (Präsenz oder online) 16. – 21.05.2021

Basierend auf den zeitlosen Weisheitswegen Yoga und Meditation sowie auf Erkenntnissen der modernen Stressforschung und Psychologie tauchen Sie ein und vertiefen die Wirkung der Achtsamkeitspraxis nach Prof. Dr. Jon Kabat-Zinn. Wir laden alle ein, die die Praxis und innere Haltung von Achtsamkeit unmittelbar erfahren oder vertiefen möchten. Die Woche wird als erster Baustein der MBSR-Ausbildung anerkannt.

[mehr lesen](#)

MBSR 8-Wochen-Kurs – Einführungstreffen (online) 26.05.2021

"Gegen Stress kann man Nichts-Tun. Am besten täglich!" Erleben Sie in 90 Minuten einen (ent-)spannenden Einstieg in die Praxis und Wirkung von Achtsamkeit – mit einer kurzen Einführung, angeleiteten Achtsamkeitsübungen, Austausch dazu und Impulsen zur Umsetzung des Erfahrenen in den Alltag. Und wenn Sie Lust haben, machen Sie mit uns weiter ...

[weiter informieren](#)

Alle Angebote

[> Seminare chronologisch ab dem aktuellen Monat](#)



Bildquellen: Odenwald-Institut: 1,2,5,10; David Gilmore: 4; Adobe: Tatyana Gladskih: 3, sunflower-3097137_1920: 6, peterschreiber.media: 9; Klaus Schenk: 8; Manuela Orlowitsch: 7.

Wenn Sie diese E-Mail (an: m.mirswa@odenwaldinstitut.de) nicht mehr empfangen möchten, können Sie diese [hier](#) kostenlos abbestellen.

Odenwald-Institut der Karl Kübel Stiftung
Tromm 25
69483 Wald-Michelbach
Deutschland
06207 605-0

21.4.2021

Lust auf Leichtigkeit

info@odenwaldinstitut.de
www.odenwaldinstitut.de

CEO: Institutsleitung: Dr. Sigrid Goder-Fahlbusch, Peter Jakobs Vorstand: Detlef K. Boos, Dr. Katharina Gerarts, Ralf Tepel | Stiftungsrat
(Vorsitzender): Matthias Wilkes Stiftungsaufsicht: Regierungspräsidium Darmstadt, Az: 25d 04/11-(1)-23
Tax ID: DE 151 755 625