



Karen Schönemann

Diplom-Sozialpädagogin

Pädagogisch-psychologische Beraterin

Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberaterin (DAJEB)

Zeitlicher Ablauf 2024/25

5 Wochenenden
immer freitags 16:00–19:15 Uhr
und samstags 09:00–17:00 Uhr
13./14. September
18./19. Oktober
22./23. November
13./14. Dezember
10./11. Januar

Veranstaltungsort

Novum Akademie, Faluner Weg 2,
24109 Kiel

Veranstalterin

Karen Schönemann
Beratung Coaching Kurse
Paul-Schroeder-Straße 67
24229 Dänischenhagen
04349-7899700 | 0176-24932391
www.beratung-schoenemann.de
info@beratung-schoenemann.de

Unterkunft

Günstige Übernachtungen im
Novum-Hotel sind bitte selbst zu
buchen.
www.novum-hotels.com

Kosten

750,- € (ohne Unterkunft)
Ermäßigung und Ratenzahlung
möglich.
Im Kurs werden Getränke, Snacks
und am Samstag ein Mittagessen
bereitgestellt.
Dies ist in den Kosten enthalten.

**Die Anerkennung als Bildungs-
urlaub ist in Schleswig-Holstein
beantragt und kann
in anderen Ländern
beantragt werden.**

Mehr Infos hier 



 Bewusste Lebensführung durch innere Führung

Ein Fortbildungsprogramm
zur Erweiterung deines
Selbst-Bewusstseins

Du erweiterst deine Fähigkeit, dein Leben zu reflektieren und innere Prozesse besser zu verstehen.

Du kennst verschiedene heilende Methoden und kannst sie auf dich selbst anwenden.

Darüber hinaus erwirbst du ein tiefes Verständnis des Zusammenhangs zwischen dem aktuellen Erleben der Gegenwart und erinnerten Ereignissen aus der Vergangenheit. Du verfügst über konkrete Fertigkeiten, durch emotionsfokussierende, imaginative und mentali-

sierende Techniken belastende Erfahrungen zu rekonsolidieren, das heißt nachträglich Trost zu erfahren und in die Lage zu kommen, vergeben zu können.

Du hast einen sicheren Zugang zu deiner inneren Führung gefunden, basierend auf einem humanistischen Menschenbild, welches anerkennt, dass Lebenskraft und Energie sowie Selbstheilungskräfte aus dir selbst kommen und verbunden sind mit einem höheren Ganzen.

BeLeif ist ein Programm, das ich mit Methoden, Übungen, Wissen und Erfahrungen aus meiner eigenen Praxis und Bildung zu einem Kurs zusammengestellt habe. Einen erheblichen Teil habe ich in Selbsterfahrungsseminaren erworben, durch die ich nachhaltige, positive Veränderungen wahrnehmen konnte.

Mir liegt besonders am Herzen, dich bei deinem persönlichen Wachstum zu unterstützen für

- ein zufriedeneres Leben,
- freundschaftlichere Beziehungen
- gelingende Partnerschaften und
- erfolgreiche Arbeit

Die Erweiterung des Bewusstseins löst einerseits biografische Themen auf und ermöglicht dir andererseits einen wertschätzenden Umgang mit anderen. Für die berufliche Praxis bekommst du Know-how, Methoden und Selbsterfahrungen – **eine gute Basis für Erfolg.**

Die Fortbildungsreihe findet im schönen Kiel an der blauen Ostsee statt. Die Strände, Seen und Wälder laden zu naturweiten Spaziergängen ein. Das helle und moderne Novum-Hotel ist preisgünstig und bietet doch alles, was es braucht für einen angenehmen Aufenthalt; es ist ruhig gelegen am Rande der Stadt.

Die Seminarzeiten bieten gute Möglichkeiten, vorher die Stadt zu erkunden oder einen Tag anzuhängen, um sich eine norddeutsche Brise um die Nase wehen zu lassen.



INHALTE DER SEMINARE

Für die Erweiterung deiner persönlichen und beruflichen Kompetenzen legt **BeLeif** den Schwerpunkt auf die Stärkung deines Selbstbewusstseins, deiner Selbstreflexion und Selbst-

wahrnehmung. Alle Einheiten bieten dir Wissensvermittlung, Selbsterfahrung und einen Transfer in deinen beruflichen wie persönlichen Alltag.



Seminar 1: **Wahrnehmung und Bewusstsein**

Ebenen des Bewusstseins, die Kraft der Entscheidung, Abwehrmechanismen, die Welt als Spiegel sehen
Das Eisbergmodell



Seminar 2: **Aus der Vergangenheit lernen**

Entstehung von Selbstkonzepten, Glaubenssätzen und Mustern, Ansätze zur Rekonsolidierung, Aktivierung der inneren Führung I
Das Dreiecksmodell



Seminar 3: **Bewusstes Fühlen**

Emotionale Intelligenz, Psychologie der Emotionen, Nutzung der gegenwärtigen Erinnerung, emotionsfokussierende Ansätze
Methode des Joinings



Seminar 4: **Psychologische Phänomene nutzen**

Übertragung und Projektion, Projektionsübung, die Kraft der Vergebung, die Kraft des Loslassens
Das Spiegelmodell



Seminar 5: **Innere Führung sicher finden**

Innere Führung II, Bedeutung von Visionen, emotionsfokussierte Aufstellungen und Integrationsmethoden
Das Was-ist-Modell

Die Inhalte werden in Form von Vorträgen, Kleingruppenarbeit, Paarübungen, erlebnisaktivierenden Methoden, Visualisierungen, vielfältigen Frageinterventionen und Praxisbeispielen vermittelt und erarbeitet.

Die Methoden setzen sich aus tiefenpsychologischen, gestalttherapeutischen, emotionsfokussierten und spirituellen Konzepten zusammen. Viele Elemente sind aus dem Steps to Leadership-Programm von VisionworksforLife übernommen