

**nimm  
dich  
beim  
wort**

## Sie haben eine Frage, die Sie nicht loslässt, ein Thema, das Sie beschäftigt, eine Aufgabe, bei der Sie nicht weiterkommen, eine neue berufliche oder private Herausforderung?

Stift und Papier sind nützliche Werkzeuge, Ihre Arbeits- und Lebensumstände zu reflektieren und zu gestalten.

Das Schreiben bringt Sie dazu, Klartext mit sich selbst zu reden, indem Sie Ihre Gedanken fassen und die Dinge beim Namen nennen. Es setzt Assoziationsprozesse in Gang, die aus dem gewohnten Denken hinausführen und Sie für neue Perspektiven empfänglich machen.

Sie sind eingeladen, Schreibtechniken auszuprobieren, die Sie auf leichte Art in Dialog und in Kontakt mit Ihren weisen und humorvollen Anteilen bringen und Ihnen ein künftiges Selbstcoaching ermöglichen.

Sie brauchen nichts als Neugier und Entdeckerdrang für die Begegnungen mit sich selbst in den Texten und während des Schreibprozesses.

- Lernen Sie leicht ins Schreiben zu kommen über jedes Thema, das Ihnen wichtig ist.
- Erleben Sie, wie sich Stress reduziert und Entspannung einstellt, wenn Sie die passenden Worte finden für das, was Sie beschäftigt.
- Kommen Sie zu unerwarteten Lösungen und Einsichten, indem Sie schreibend Ihr innewohnendes Wissen abrufen.

*„Bei der Inspiration ist es für mich das eigentlich Überraschende, dass ich mich an etwas erinnere, von dem ich nicht wusste, dass ich es wusste.“* Robert Frost

Einzeltermin. 90 Minuten / 145 €

Ermäßigung für Studierende, Existenzgründer\_innen, Arbeitssuchende etc. möglich.