



Kurs 02

Anfänger
Fortgeschrittene

Montag, 28.4.25, 14.00-16.30 Uhr

Raum: 1.1

Das "innere Team" als lösungsorientiertes (Lieblings-)Tool

Kursinhalt:

Die Technik des inneren Teams eröffnet rasch neue Perspektiven, Lösungsideen und Kraft für Selbstmanagement. Wir erkunden verschiedene Anwendungsvarianten.

Chancen für die Teilnehmenden:

Die Kursteilnehmenden nehmen lösungsorientierte Anwendungsvarianten des "inneren Teams" mit. Das Tool ist einfach und wirksam, um beim Gegenüber ein positives Selbstbild und ein alltagstaugliches Selbstmanagement anzuregen

Kursleitung

Simone Tschopp



Psychologin lic.phil., hypnosystemisch-lösungsorientierter Coach
selbstständig

Die wichtigsten LOA-Elemente in diesem Kurs:

- Akzeptieren verschiedener Sichtweisen
- Klient:in ist Expertin
- Fokus auf das Gelingende
- Suche nach den Ressourcen
- Die Suche nach den Ausnahmen
- Reframing/Umdeuten
- Normalisierung
- Lösungssprache vs. Problemsprache
- Neugier an der Sichtweise des Klienten
- Fokus auf die Ressourcen