

## **15.5.2023: Beratung im Espresso-Format**

**Hauptstelle für Lebensberatung  
in der Ev.-luth. Landeskirche Hannovers  
Anmeldung: Telefon: 0511-1241694  
Mail: HSt@evlka.de  
Ansprechperson: Axel.Gerland@evlka.de**

Es mag zunächst irritierend erscheinen, aber die Erfahrung zeigt, dass ein Problem nichts darüber aussagt, wie der Weg zu einer Lösung aussehen kann.

Deshalb fokussiert die systemisch-lösungsorientierte Beratung von Anfang an darauf, möglichst konkret zu erarbeiteten, welche Ziele oder Lösungen erreicht werden sollen und was sich dadurch zum Positiven ändern würde.

Die konkrete Beschreibung der persönlichen Ziele hilft nicht nur, sich auf diese hinzubewegen, sondern zeigt auch viele verborgene Fähigkeiten und Ressourcen, die schon in der Vergangenheit hilfreich waren, um Herausforderungen zu meistern.

Oft und fast unbemerkt sind schon kleine Schritte in die gewünschte Zukunft getan, jedoch nicht als solche erkannt worden. Ziel der Interventionen sollte es daher sein, Selbstvertrauen und Zuversicht zu stärken und die eigene Handlungskompetenz zu erweitern.

Ich gehe davon aus, dass Menschen die Experten ihres eigenen Lebens sind und über alle notwendigen Fähigkeiten, Kompetenzen und Ressourcen verfügen, um passende Lösungen zu erreichen.

In diesem Workshop werden wir uns mit verschiedenen kleinen systemischen Interventionen beschäftigen, die in diversen Beratungskontexten (Einzel, Paare, Gruppen) einfach und praktikabel einsetzbar sind. Generell geht es bei allen Methoden darum, die bisherigen Perspektiven um weitere Möglichkeiten zu ergänzen.

Der Workshop ist sehr praxisorientiert angelegt. Anhand Ihrer mitgebrachten Fallbeispiele (bringen Sie reichlich mit, wir haben Zeit für Vieles!) werden wir die Methoden ausprobieren.

Theoretische Ergänzungen werden passend eingefügt.

Wenn Sie darüber hinaus noch Humor und Einsatzfreude mitbringen, werden wir zusammen einen anregenden Tag haben.

**Referentin: Elizabeth Kandziora**  
**Systemische Beratung, Supervision, Coaching**  
[www.e-kandziora.de](http://www.e-kandziora.de)

**Kosten: 95,-€**

**Zeit: 10.00 bis 17.00 Uhr**

**Ort: Hanns-Lilje-Haus, Knochenhauerstraße 33, 30159 Hannover**