

Online-Symposium ————— 27. Juni 2020

## Introvision: Aus der Praxis für die Praxis.

Der Verband Introvision Association e.V. wurde Mitte 2019 gegründet um die Praxis der Introvision zu fördern sowie Methode und Formate im In- und Ausland bekannt zu machen. Introvision wird erfolgreich in verschiedenen Kontexten angewandt wie Coaching, Therapie, Sport oder Gesundheitsförderung.

In dieser Veranstaltung werden Erfahrungen mit Introvision aus unterschiedlichen Bereichen vorgestellt und diskutiert. Die Teilnahme ist kostenlos.

### Das Programm

- |               |  |
|---------------|--|
| 11:00 – 11:15 | <b>Willkommen</b><br>Empfang, Tipps zur virtuellen Umgebung, Kennenlernen und Blick auf den Tag  |
| 11:15 – 12:00 | <b>Entwicklungsstand Introvision</b><br><b>Ulrich Dehner</b> rückt das Thema ins Rampenlicht und gibt einen Überblick über den aktuellen Stand. Raum für Erfahrungsaustausch ist gegeben.  |
| 12:00 – 12:45 | <b>Diskussion</b><br>In Kleingruppen ist Zeit für Vertiefen der Impulse. Aufgetauchte Fragen wollen direkt diskutiert werden.....und später gerne weiter in der Tagesreflexion.  |
| 14:00 – 14:30 | <b>Selbstmitgefühl – Introvision – Achtsamkeit</b><br>Klientinnen und Klienten durch die Introvision zu leiten gelingt dann gut, wenn die Coaches selbst auch für sich gut sorgen. <b>Laura Mörschburger</b> zeigt auf, wie dies durch „self-compassion“ gelingen kann. Selbstfürsorge wird so verbessert und auch das konstatierende aufmerksame Wahrnehmen geschult. |
| 14:30 – 15:00 | <b>Diskussion</b><br>In Kleingruppen ist Zeit für Vertiefen der Impulse. Aufgetauchte Fragen wollen direkt diskutiert werden.....und gerne später weiter in der Tagesreflexion.  |
| 15:30 – 16:30 | <b>Themenfindung: Körper und Gefühle zeigen den Weg</b><br>Das nicht wertende richten der Aufmerksamkeit auf Körper, Gedanken und Gefühle im gegenwärtigen Moment hat bei der Arbeit mit Introvision große Bedeutung. <b>Elisabeth Hahnke</b> nimmt uns mit, wie sie bei unklaren Problemen oder Wünschen damit arbeitet, um entscheidende Themen zu finden.           |
| 16:30 – 17:00 | <b>Diskussion</b><br>In Kleingruppen ist Zeit für Vertiefen der Impulse. Aufgetauchte Fragen wollen direkt diskutiert werden.....und gerne später weiter in der Tagesreflexion.  |
| 17:00 – 18:00 | <b>Reflexion zu den Vorträgen</b><br>Wir konsolidieren interessante Gedanken. Was geteilt werden will hat hier Platz. Wir richten auch den Blick auf das, was wir mitnehmen wollen.  |

Registrierung:

<https://us02web.zoom.us/meeting/register/tZUldOyvqToqE9G8uNz-EXtOj0SqUhCC9n4P>

Sie erhalten eine E-Mail mit weiteren Informationen über die Teilnahme am Symposium.