

sysTelios Akademie Seminare

Short-term Sabbatical



Meine persönliche Auszeit

Gesund(es) Leben

Die vielfältigen Herausforderungen unserer Zeit führen dazu, dass immer mehr Menschen die nötige Zeit vermissen, um Ruhe und Abstand zu ihrem Lebens- und Arbeitsalltag zu finden. Die eigene Situation zu reflektieren, daraus Schlüsse zu ziehen und – eventuell überfällige – Entscheidungen zu treffen, scheinen zu unerfüllbaren Bedürfnissen zu werden. Stattdessen prägen „Hamsterräder“ und das Gefühl, den Ereignissen hinterherzulaufen, häufig das individuelle Erleben.

Wie kann so ein „Break“ aussehen, ohne gleich „alles hinwerfen“ zu müssen? Eine persönliche Auszeit, die rechtzeitig genug kommt, bevor sich die aktuelle Lebens- oder Arbeitssituation auf das seelische und körperliche Wohl auswirkt? Die lang genug ist, um Abstand und Erholung zu finden? Die kompakt und intensiv genug ist, um in das ohnehin knappe Zeitbudget des Alltags zu passen? Speziell für Menschen mit diesen Bedürfnissen haben wir das einwöchige Intensivseminar **Short-term Sabbatical** entwickelt.

Wir bieten eine professionelle Begleitung, die Menschen dabei unterstützt, vorhandene, manchmal noch schlummernde eigene Ressourcen zu nutzen, um sich selbst gut beraten und begleiten zu können, um (wieder) proaktiv anstatt reaktiv handeln zu können. Wichtig sind uns dabei eine wertschätzende Begegnung auf Augenhöhe und eine liebevolle Begleitung des individuellen Prozesses der Teilnehmenden anhand ihrer ganz persönlichen Fragen.

Persönliche Auszeit intensiv

Mit unserem **Short-term Sabbatical** bieten wir Menschen in herausfordernden Lebens- und Arbeitssituationen einen Raum und Rahmen

- für Rückzug und Innehalten,
- für Reflexion und Regeneration,
- für Neuausrichtung und Gestaltung.

Das einwöchige Intensivseminar findet in der ruhigen und landschaftlich reizvollen Atmosphäre von Siedelsbrunn im Vorderen Odenwald statt. Zentrale Bedeutung hat für uns eine stimmige Balance: intensive Auseinandersetzung der Teilnehmenden mit ihren individuellen Themen und eine ausreichende Erholung.

Das Short-term Sabbatical richtet sich an Menschen,

- die Signale ihres Körpers und ihrer Seele ernst nehmen,
- die sich Zeit nehmen möchten, ihre inneren Welten und äußeren Kontexte auf Stimmigkeit und Kompatibilität abzugleichen, um neue Handlungsmöglichkeiten zu entdecken,
- die eine bewusste Kooperation mit ihrem Organismus eingehen und einen fürsorglichen Umgang mit sich selbst entwickeln möchten.

Hypnosystemisches Selbstmanagement

Im Rahmen des **Short-term Sabbaticals** bieten wir individuell gestaltete Gruppenangebote:

- Einführung in hypnosystemische Selbstmanagement-Konzepte
- Ausrichtung an den Anliegen der Teilnehmenden
- Begleitung bei der Klärung relevanter innerer und äußerer Prozesse
- Unterstützung bei der Entwicklung möglicher weiterer Maßnahmen – bis hin zur Planung konkreter nächster Schritte (beruflich wie privat)

sysTelios Akademie

Mit dem Seminarangebot **Short-term Sabbatical** möchten wir Erkenntnisse, Erfahrungen und Anregungen vermitteln, die ihren Ursprung insbesondere in der **sysTelios Klinik** haben.

Die **sysTelios Akademie** bietet nichtärztliche Angebote mit hypnosystemischer Ausrichtung in den Bereichen Persönlichkeits- und Organisationsentwicklung, Weiterbildung und Pädagogik.

Prozessbegleitung

So bezeichnen wir unsere Dozentinnen und Dozenten. Um Ihre persönliche Auszeit von unserer Seite aus gut vorbereiten zu können, führen die Prozessbegleitenden mit jeder Teilnehmerin und jedem Teilnehmer ein telefonisches Vorgespräch.

Veranstaltungsort

sonnenhof Siedelsbrunn

Termine

5. bis 12. März 2024

15. bis 22. Oktober 2024

jeweils von Dienstag bis Dienstag

Kosten

1.650,00 Euro (inkl. MwSt.)

Darin eingeschlossen ist die Verpflegung (auch vegetarisch).

Anmeldung

akademie@sysTelios.de

Kontakt

Ariane de Graaf · Tel. +49 6207 9249-492

Julia Schmidt · Tel. +49 6207 9249-471

Anmeldeschluss

14 Tage vor Veranstaltung

Übernachtung

Gern sind wir Ihnen bei der Suche nach Übernachtungsmöglichkeiten behilflich. Bitte sprechen Sie uns direkt an.

www.sysTelios-Akademie.de



Postanschrift
Am Tannenbergr 17
69483 Wald-Michelbach
Ortsteil Siedelsbrunn
Deutschland

Tel. +49.6207.9249-0
Fax +49.6207.9249-295
akademie@sysTelios.de



Weinheimer Straße 18
69483 Wald-Michelbach
Ortsteil Siedelsbrunn
Deutschland



Weinheimer Straße 42
69483 Wald-Michelbach
Ortsteil Siedelsbrunn
Deutschland