



Ach, wie gut, dass niemand weiß, dass ...

Mehr Alltagskompetenz im Umgang mit Geheimnissen

2-tägiges Seminar, Termine auf Anfrage



Seminarinhalte

Geheimnisse gab es zu allen Zeiten und in allen Kulturen. Meist als exklusives Wissen, das nur einem ausgewählten Kreis von Menschen zugänglich oder bekannt war. Jeder Mensch hat Geheimnisse und behauptet damit auch seine Souveränität und Unabhängigkeit gegenüber anderen. Geheimnisse werden geteilt, aber auch vorenthalten oder verschleiert. Jeder dieser Wege hat Einfluss auf die betroffenen Personen und deren Beziehungen untereinander. Häufig erleben Menschen ein Geheimnis als inneren Konflikt zwischen Gewissen und Loyalität. Ein Geheimnis hat dabei unterschiedliche Facetten. Es kann die Leiche im Keller oder der Schatz auf dem Dachboden sein.

In diesem Workshop geht es um einen bewussten Umgang mit Geheimnissen. Verstehen Sie, welche Motive uns Dinge geheim halten lassen und welche Wirkung Geheimnisse auf das Umfeld haben. Wir spüren unbewussten Verstrickungen, Identifizierungen oder übernommenen Mustern nach, die unsere Handlungen beeinflussen. Die Bedeutung eines Geheimnisses und seine Folgen werden beleuchtet und mögliche Handlungsschritte ausgelotet.



In diesem Seminar erhalten Sie die Möglichkeit, ...

- das Wesentliche eines Geheimnisses zu ergründen.
- die Beweggründe, die Menschen zu Geheimnissen veranlassen, besser zu verstehen.
- ein besseres Verständnis bewusster und unbewusster zwischenmenschlicher Wechselwirkungen zu erlangen, die durch Geheimnisse hervorgerufen werden.
- in durch Geheimnisse belasteten Situationen mehr Sicherheit zu gewinnen.
- Ihr eigenes Handlungsrepertoires im Umgang mit Geheimnissen zu erweitern.
- einen bewussteren Umgang mit Blockaden und Hindernissen zu erproben.
- Klarheit über die eigene Abgrenzung zu gewinnen.



Zielgruppe

Dieses Seminar richtet sich an Personen, die

- aufgrund ihrer beruflichen Tätigkeit abwägen müssen, wie Sie mit Informationen oder Geheimnissen nicht-juristischer Natur umgehen (Führungskräfte, HR-Mitarbeiter, Mitarbeiter sozialer Einrichtungen, usw.).
- Familiengeheimnissen nachspüren möchten.
- im Rahmen einer ehrenamtlichen Tätigkeit mit dem Thema „Geheimnis / Tabu“ konfrontiert sind.
- sich aus anderen persönlichen oder beruflichen Gründen für den Umgang mit Geheimnissen interessieren.
- die Bereitschaft zur aktiven Mitarbeit und persönlichen Reflexion mitbringen.



Das Seminar im Überblick

Das Schönste, was wir erleben können, ist das Geheimnisvolle. *(Albert Einstein)*

Tag 1 (9:00 bis 17:00 Uhr):

- **Das Wesen eines Geheimnisses ergründen**

Geheimnisse erfüllen eine Funktion und haben ihren Ursprung in einer konkreten Absicht. Dabei kann es um Dinge wie z.B. persönlichen Schutz, Loyalität, Scham- oder Schuldgefühle, aber auch Manipulation und Abgrenzung gehen. Was immer es ist, dass nicht ans Licht kommen darf, es entwickelt eine Schattenwirkung und beeinflusst die Beziehungen der betroffenen Menschen.

- **Der Preis des Wissens**

Die Aufdeckung eines Geheimnisses kann zu willkommener Entlastung führen und beinhaltet gleichzeitig das Risiko, dass etwas unwiderruflich zerbricht. Darin liegt eine große Verantwortung. Oft stellt sich dabei die Frage, ob wirklich jedes Detail eines Geheimnisses bekannt sein muss, damit Entlastung entstehen kann. Unter Umständen ist der konstruktive Ausgleich zwischen dem Recht zu Wissen und dem Recht zu Bewahren ein guter Weg für die Beteiligten.

Tag 2 (9:00 bis 16:00 Uhr):

- **Mit dem Geheimnis in Dialog treten**

Geheimnisträger haben mitunter komplexe Handlungsmuster und Schutzsysteme entwickelt, die helfen sollen, dass Geheimnis zu bewahren. Hier eine kommunikative Brücke zu bauen, ist ein Prozess der Achtsamkeit und Reflexion. Vermutet man ein schlimmes Ereignis als Ursprung eines Geheimnisses, ist die Frage einer möglichen Re-Traumatisierung zu bedenken. Auch die Wahl geeigneter Rahmenbedingungen und eines guten Zeitpunktes sind von hoher Bedeutung.

- **Wahrhaftigkeit und Wirklichkeit**

Geheimnisse lassen sich u.U. aufklären, oft nicht ungeschehen machen. Ihre Offenbarungen mögen nachvollziehbar sein, eine Neuordnung erlauben, uns erschrecken oder eine neue Perspektive vermitteln. Unterschiedliche Realitäten münden dabei nicht zwangsläufig in eine einzige Wahrheit. Aussöhnung kann ein Ergebnis sein, genauso wie das Geraderücken von Zuständigkeit oder Abgrenzung.

Arbeitsmethoden:

thematischer Austausch, Wahrnehmungs- und Assoziationsübungen, Gruppenarbeit, Strukturaufstellung, Feedback, situative Erprobung, Dialog und Reflexion



Kontaktaufnahme & Anmeldung

Haben Sie Fragen oder benötigen Sie noch Informationen? Möchten Sie eine Anmeldung vornehmen? Bitte nehmen Sie Kontakt zu uns auf. Wir stehen Ihnen gern mit Auskünften zur Verfügung.

LebensWert Beratung, Münster

E-Mail: astrid@mai-lebenswert.de

Tel. +49 (0) 177 810 6886

www.mai-lebenswert.de



**Das Geheimnis des Glücks ist die Freiheit,
das Geheimnis der Freiheit aber ist der Mut.**

(Thukydides)