

# »WORKSHOP«



## NACHHALTIGE TRAUER SYSTEME

»Man schafft niemals Veränderung, indem man das Bestehende bekämpft. Um etwas zu verändern, baut man Modelle, die das Alte überflüssig machen.«

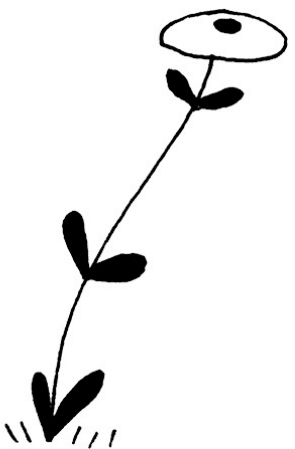
Richard Buckminster Fuller

### Tag I

Nachhaltige Trauer ist ein zwei tägiger Workshop, bei dem wir uns selbst ein wenig besser kennen lernen. Dabei verquicken wir Wissen aus der Trauerarbeit mit Wissen aus der Permakultur und Ihrer/Deiner Expertise. Bei einem Verlust und in der Natur geht es sehr viel um Systeme. Was hat wie in welcher Konstellation gut funktioniert? Was passiert, wenn ein Teil wegbricht? Wie können wir uns ein neues System gestalten? Diese und weitere Fragen werden gemeinsam erarbeitet, mit Mitteln aus dem Coaching und der Improvisation.

### Tag II

Am zweiten Tag gehen wir raus und setzen eine gemeinsame Vision aller Teilnehmerinnen (jeder bringt seinen\*ihren eigenen Traum ein) auf einem kleinen Stück Erde auf dem Friedhof in die Tat um. Wir gestalten sozusagen ein kleines Paradies auf dem Friedhof.



## ZIELGRUPPE

- Alle, die sich mit dem Thema Tod und Leben auf eine andere Art auseinandersetzen wollen und die gerne permakulturell eine Vision erarbeiten möchten, mit und ohne Verlusterfahrung.

## INHALTE

- Selbstreflexion
- Trauerauslöser
- Lebensweg
- Auseinandersetzung mit dem eigenen Sein
- Systeme in der Natur/Mensch
- Rolle der Gefühle
- Erarbeitung Bedürfnisse
- erste permakulturelle Erfahrungen sammeln

## TECHNIKEN

- Selbsterfahrung
- Einzelarbeit
- Gruppenarbeit
- systemische Arbeit
- Permakultur

