

Wege Gehen

Kreuzbund Speyer

Wochenend-Seminar

Frauen-Gender

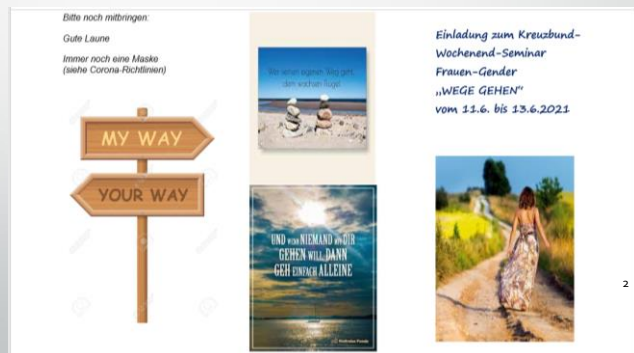
Maria Rosenberg 11.-13.06.2021

Dipl. Psych. K.M. Gladisch

1

Zu Beginn...

- Wieso habe ich diese Karte ausgewählt?
- Was war meine erste Idee, als ich das Seminarthema auf dem Flyer gelesen habe?



Wege Gehen? Welche Wege...??

Feldwege Wasserwege Uferwege
 steile Wege ebene Wege
 Umwege sandige Wege Radwege
 Wanderwege steinige Wege
 Lebenswege
 gefährliche Wege Blütenwege Gebirgswege
 geheime Wege verwunschene Wege Waldwege bemooste Wege
 Wiesenwege schöne Wege schwere Wege

Dipl. Psych. K.M. Gladisch

3

Wege Gehen? Welche Wege...??

alte Wege

- bekannt
- vertraut
- „immer gleich“

neue Wege

- unbekannt
- nicht vertraut
- machen manchmal Angst

Dipl. Psych. K.M. Gladisch

4

...und was sagt die Bibel??

- **Jes 42,16:**
Ich will die Blinden auf einem Weg führen, den sie nicht kennen, und auf Pfaden leiten, die ihnen unbekannt sind; ich werde die Finsternis vor ihnen zum Licht machen und das Hügelige zur Ebene. Diese Worte werde ich erfüllen und nicht davon lassen
- **Psalm 25,4/5:**
Herr, zeige mir deine Wege und lehre mich deine Pfade!
Leite mich in deiner Wahrheit und lehre mich, denn du bist der Gott meines Heils; auf dich harre ich allezeit

Dipl. Psych. K.M. Gladisch

5

...und was machen wir jetzt am WE?

- Austausch
- Entdecken
- Reflektieren
- Zeit für sich habe
- **...wir machen uns auf den Weg!**

Dipl. Psych. K.M. Gladisch



Wege Gehen

Kreuzbund Speyer
Wochenend-Seminar
Frauen-Gender
Maria Rosenberg 11.-13.06.2021

Dipl. Psych. K.M. Gladisch

7

Der längste Weg beginnt mit dem ersten Schritt!!

- ...ist das so???

Dipl. Psych. K.M. Gladisch



8

Neue Wege gehen – alte Wege Verlassen ...weswegen altes und bekanntes verlassen??

- ...wenn es einem nicht gut geht so wie es ist
- „Soll es das gewesen sein, gibt es nicht noch was anderes?“
- ...wenn man etwas verändern will
- ...wenn man im Trott gefangen ist
- ...wenn man auf dem alten Weg festgefahren ist und man nicht mehr weiter kommt
- ...wenn man gezwungen ist den alten Weg zu verlassen
- ...wenn man weggeschickt wird
- ...wenn man jemandem begegnet mit dem man neue Wege beschreiten kann
- ...wenn man selbst neue Herausforderungen sucht
- ...bei einer Erleuchtung: Das war's noch nicht!
- ...wenn ich auf der Suche nach mir selbst bin
- ...um aus der Bequemlichkeit heraus zu kommen
- ...aus der Sehnsucht heraus

9

Dipl. Psych. K.M. Gladisch



Dipl. Psych. K.M. Gladisch

10

Was bedeutet es neue Weg zu gehen?

- Da gehört schon Mut dazu!!
- Es braucht Kraft und Vertrauen
- Sich selbst neu finden müssen
- Dinge selbst stemmen zu müssen
- Man merkt, was man alles kann und wozu man fähig ist
- Neue Dinge ausprobieren
- Gewohnheiten aufzugeben
- Man muss sich was zutrauen
- Neue Rollen/Facetten ausprobieren
- Selbständiger werden
- Veränderung
- Manchmal auch Befreiung
- Aufbruch!

Dipl. Psych. K.M. Gladisch

11

Was bedeutet es Wege zu gehen?

- Wege gehen – Bewegung
- Neue Wege gehen – Veränderung, Weiterentwicklung, Abenteuer
- Wege gestalten – Freiheit



Dipl. Psych. K.M. Gladisch



Dipl. Psych. K.M. Gladisch

13

Was macht meinen Weg zu meinem Weg?

- Welche Wege sind meine? ...oder welche gehe ich?
- Welchem Zeichen folge ich?
- Wo darf ich Rast machen?
- Wer geht mit mir zwei Meilen, wenn ich ihn um eine bitte?



14

Was macht meinen Weg zu meinem Weg?

- Stolpern und hinfallen: Ich stolpere Zeit meines Lebens
 - Steiniger und aufregender neuer Weg: Weg ist zu bewältigen, Steine werden mit Hilfe vom Freunde weg geräumt
 - Selbstbestimmtes und unabhängiges neues Leben führen können
 - Familie, Kind, Haus, Hund, Mann, ...schon immer mein Lebenstraum auch wenn der Weg steinig war und Umwege hatte
 - Neues Entdecken
 - Voller Stolpersteine in unterschiedlichen Größen: positives Denken hilft
 - Stolpern und abfangen
 - Achtsam mir gegenüber, auf Bedürfnisse achten, Wünsche und Träume leben so gut es geht
 - Dankbarkeit, Lebensweg schätzen, was daraus machen
 - Sich selbst manchmal Steine in den Weg gerollt haben: was ist wichtig im Leben und was nicht
 - Sich von Schuldgefühlen befreien
 - Philosophie: immer was suchen, was das Leben lebenswert macht
 - Abstinenz, Stärke, Kreuzbund
 - Steine überwinden, auch wenn es mühsam ist
- Aus dem Leben lernen können



Dipl. Psych. K.M. Gladisch

Gabe es besondere Begleiter/innen auf meinem Weg?

- Kreuzbund
- Familie: Mutter, Vater, Sohn, Tochter, Enkel, Geschwister
- Beste Freunde
- Lebenspartner
- ehem. Schulfreunde
- Arbeitsplatz
- Personalchef
- Tiere
- Alkohol



Dipl. Psych. K.M. Gladisch

...mein besonderer Rastplatz...



17

Dipl. Psych. K.M. Gladisch

Wanderkarte meines Lebens

So viele Wege.
 So viele Namen.
 So viele Markierungen.
 So viele Umwege!
 So viele Sackgassen!
 So viele einsame Trampelpfade.

 Aufbruch zu unbekanntem Zielen.
 Jedes Ziel ein DU.

 Welche Wege sind meine?
 Welche gehe ich?
 Welchem Zeichen folge ich?
 Wo darf ich Rast machen?
 Wer geht mit mir zwei Meilen,
 Wenn ich ihn um eine bitte?

© Gisela Baltés



18

Dipl. Psych. K.M. Gladisch

Wege Gehen

Kreuzbund Speyer
Wochenend-Seminar
Frauen-Gender
Maria Rosenberg 11.-13.06.2021

Dipl. Psych. K.M. Gladisch

19

Was brauchen wir, um uns auf neue Wege zu wagen?

- Kraft
- Vertrauen in uns
- Mut
- Neugierde
- Orientierungshilfe

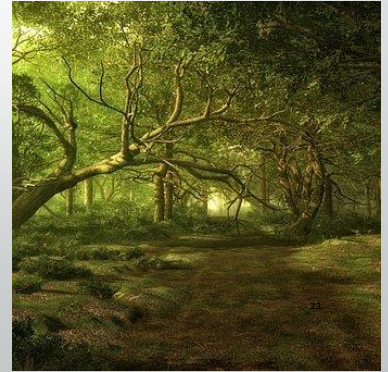


Dipl. Psych. K.M. Gladisch

20

Gibt es den „richtigen Weg“?

- **Joh 14,6:** Ich bin der Weg, die Wahrheit und das Leben.
- ...oder gibt es einfach nur lauter spannende Wege??
- Jeder Weg hat seine eigene Magie!



Dipl. Psych. K.M. Gladisch

Gibt es den „richtigen Weg“?

- **Nein, es gibt nur eigene Wege, den eigene Lebensweg und der ist immer richtig, auch wenn es manchmal ein schwieriger Weg ist!**



22

Dipl. Psych. K.M. Gladisch

- **Nur wer seinen eigenen Weg geht, kann von niemandem überholt werden.**

B.B. Metrickz

Dipl. Psych. K.M. Gladisch

23



...auf das die Füße viele spannende Wege gehen mögen!!

Dipl. Psych. K.M. Gladisch

24