

Ikigai trifft Transaktionsanalyse

Dein Kompass zu einem erfüllten Leben

Für Menschen, die sich auf eine Entdeckungsreise nach ihrem persönlichen Lebenssinn und ihrer Lebensfreude begeben wollen

Ikigai

Wofür lohnt es sich zu leben?

Wofür lohnt es sich, morgens aufzustehen?

Um diese Frage geht es bei *Ikigai*.

Es ist mehr als das Schaubild mit den vier Fragen, das vor allem im Internet im Umlauf ist. *Ikigai* ist kein fixes Konzept, das sich in einer Grafik oder mit 4 Fragen darstellen lässt. Es ist viel mehr ein persönlicher und sich entwickelnder Prozess - ein Weg, auf dem man sich mit seinen Bedürfnissen, seinen Werten und der Frage nach dem Sinn des Lebens und der Lebensfreude auseinandersetzt.

Dich erwartet

- ✓ eine wertschätzende und kreative Atmosphäre
- ✓ eine Einführung ins Thema *Ikigai*
- ✓ Begleitung beim Entdecken deines persönlichen *Ikigais*
- ✓ ein Blick auf ausgewählte Modelle der Transaktionsanalyse, die du auf Deinem *Ikigai*-Weg hilfreich einsetzen kannst
- ✓ Theorie in kleinen Portionen und viel Gelegenheit zum praktischen Umsetzen
- ✓ Austausch und Support innerhalb der Gruppe

Nächste Seminare

Samstag, 5. Juli 2025

Sonntag, 6. Juli 2025

jeweils 09:15 - 16:45 Uhr

Samstag, 17. Januar 2026

Sonntag, 18. Januar 2026

jeweils 09:15 - 16:45 Uhr

Ort

Flörli, Florastrasse 21, Olten

Leitung

Jürg Bolliger

Lehrender und supervidierender
Transaktionsanalytiker (TSTA-E)

Kosten

480 CHF, zahlbar vor Seminarbeginn

Anmeldung

connectart.ch/ikigai

