Die eigene Geschichte neu schreiben - Narrative Selbstreflexion mit KI für berufliche Umbruchphasen

Anerkannt als Online-Bildungsurlaub

Kursnummer 27O570324

Beginn Montag, 06.12.2027, 10:00 - 17:30 Uhr

Dauer 5 Termin(e)

Ort Online

Dozent Larissa Hellmund

Kursentgelt 361,00 €

Die Geschichten, die wir uns selbst erzählen, prägen nicht nur unser Selbstbild, sondern auch, was uns andere zutrauen. Dieser Bildungsurlaub lädt Sie ein, Ihre bisherigen Narrative zu reflektieren, hinderliche Muster zu erkennen und eine neue, kraftvolle Geschichte für Ihre berufliche Zukunft zu entwickeln. Ob nach Jobverlust, vor einer beruflichen Neuorientierung oder in einer persönlichen Umbruchphase - in fünf Tagen durchlaufen Sie einen klaren Prozess: Sie nehmen Ihre Gegenwart in den Blick, reflektieren prägende Erfahrungen, entwickeln eine Vision und übertragen diese in erste konkrete Schritte. Mit Hilfe von Methoden aus Storytelling, Coaching und KI-gestützter Reflexion gewinnen Sie Abstand, Klarheit und neue Perspektiven für Ihren weiteren, beruflichen Weg.

Hinweis: Dieser Bildungsurlaub ist ein pädagogisch?orientiertes Angebot zur beruflichen Selbstreflexion und -orientierung und ersetzt kein psychotherapeutisches Setting.

Voraussetzungen: Vorerfahrungen im Umgang mit KI können hilfreich sein, werden aber nicht vorausgesetzt.

Über die Dozentin: Larissa Hellmund ist qualifizierte Dramaturgin, Art Life Coach und Trainerin für Storytelling mit Künstlicher Intelligenz. In einzigartiger Weise verbindet sie narrative Techniken mit bewährten Coaching-Methoden und modernen KI-Tools, um Menschen dabei zu helfen, von sich selbst und ihren Ideen für sich und die Welt klarer zu erzählen. In diesem Bildungsurlaub begleitet sie die Teilnehmenden auf einer transformativen Reise zu sich selbst.

Die Kölner Volkshochschule ist eine anerkannte Einrichtung der Arbeitnehmerweiterbildung gemäß § 10 AWbG NRW. Dieses Seminar entspricht den Anforderungen gemäß § 9 AWbG und gilt damit als anerkannte Bildungsveranstaltung.

Kurstermine

Datum	Uhrzeit	Ort
06.12.2027	10:00 - 17:30 Uhr	online
07.12.2027	10:00 - 17:30 Uhr	online
08.12.2027	10:00 - 17:30 Uhr	online
09.12.2027	10:00 - 17:30 Uhr	online
10.12.2027	10:00 - 17:30 Uhr	online

zur Kursdetail-Seite