

Seminar

Resilienz Basistraining

Der Arbeitsalltag vieler Mitarbeiter*innen im sozialen Bereich ist geprägt von Termindruck, verdichteten Prozessen und zunehmender Geschwindigkeit. Die Anforderungen führen bei nicht Wenigen zu einem Gefühl der Ohnmacht bis hin zum Ausgebranntsein.

Resilienz wurde ursprünglich als Konzept auf Kinder angewandt, denen es gelungen war, sich trotz ungünstiger Bedingungen positiv zu entwickeln. Letztendlich beschreibt Resilienz die Fähigkeit aus Krisen gestärkt hervorzugehen, so dass diese als Chance verstanden werden. In den letzten Jahren wird Resilienz zunehmend stärker in den beruflichen Kontext bis hin zur organisationalen Resilienz gestellt. Dabei geht es nicht nur darum Krisen, sondern auch die Komplexität des Arbeitsalltags besser zu bewältigen.

Resilienz befähigt Sie, ein selbstbestimmtes Leben zu führen. Dabei ist Resilienz nicht eine einzige Fähigkeit, sondern das Zusammenspiel verschiedener Faktoren. Sie ist nicht angeboren sondern ein Leben lang erlernbar. Authentizität und innere Balance zu finden sowie versöhnlich mit sich und anderen umzugehen stellen dabei zentrale Elemente dar. Resiliente Menschen wecken und nutzen ihre eigenen Kräfte und Potentiale, zeichnen sich durch Gelassenheit und Lebenstüchtigkeit aus und sind zufriedener und produktiver.

Ziel:

Der Begriff der Resilienz hat in verschiedenen Fachbereichen unterschiedliche Bedeutungen. In diesem Resilienz Basistraining steht die persönliche Resilienz im Mittelpunkt der Betrachtungen. Das Seminar bietet Ihnen die Möglichkeit, sich mit den Grundlagen der Resilienz und Resilienzforschung zu beschäftigen. Über die Sensibilisierung für die Wahrnehmung der persönlichen Stärken und Eigenschaften lernen Sie Möglichkeiten und Strategien zur Stärkung der eigenen Ressourcen und Widerstandskraft kennen.

Inhalte:

- Definition der Begrifflichkeiten "Resilienz"
- Einführung in die Ergebnisse der Resilienzforschung
- Die sieben Resilienzfaktoren nach GRUHL/KÖRBÄCHER
- Eigene Stärken und Potentiale anhand praktischer Übungen reflektieren und alternative Handlungsoptionen erarbeiten

SEMINAR-NR.:

A3-384 /17

ZIELGRUPPE:

Fach- und Führungskräfte

DOZENT*IN:

Sabine Theobald
Dipl.-Sozialarbeiterin, Resilienz-
trainerin, Qualitätsauditorin

ZUSTÄNDIG:

Susanne Hecht

TERMIN:

Mi. 22.11.2017, 14:00 Uhr -
Fr. 24.11.2017, 13:00 Uhr

ORT:

AWO Tagungszentrum
Haus Humboldtstein
Am Humboldtstein
53424 Remagen-Rolandseck

Resilienz Basistraining

Anmeldung:

Für die Anmeldung benutzen Sie bitte das beigefügte Anmeldeformular oder melden Sie sich direkt online an unter www.awo-bundesakademie.org. Sie erhalten eine verbindliche Zusage, sobald die Mindestteilnehmerzahl erreicht ist, spätestens jedoch ca. vier Wochen vor Veranstaltungsbeginn. Eine schriftliche Einladung mit weiteren Unterlagen (Wegbeschreibung etc.) geht Ihnen ebenfalls ca. vier Wochen vor Beginn zu. Bei zu geringer Teilnehmerzahl behalten wir uns vor, die Veranstaltung abzusagen.

Anmeldeschluss ist der 20. Oktober 2017.

Kosten:

320 € Teilnahmebeitrag für AWO-Mitarbeiter*innen und -Mitglieder,
370 € Teilnahmebeitrag für externe Teilnehmer*innen.

In diesem Betrag sind die Kosten für Unterkunft und Verpflegung bereits enthalten.

In diesem Betrag sind die Kosten für Verpflegung bereits enthalten. Übernachtungskosten sind von den Teilnehmer*innen selbst zu tragen.

Der Teilnahmebeitrag wird ca. vier Wochen vor dem Seminar in Rechnung gestellt. Wir bitten Sie diese Rechnung abzuwarten.

Kündigungsmöglichkeit:

Falls Sie Ihre Teilnahme absagen müssen, ist dies kostenfrei bis **vier** Wochen vor Seminarbeginn möglich. Danach wird der Teilnahmebeitrag – unabhängig vom Absagegrund – als Stornogebühr einbehalten, es sei denn, dass in Absprache mit der Akademie eine Ersatzperson teilnimmt. Die Stornierung muss schriftlich (per Mail an akademie@awo.org) erfolgen.

Hinweise zum Datenschutz:

Ihre Angaben werden von uns elektronisch gespeichert und nach den Vorschriften des Datenschutzes bearbeitet. Sie werden ausschließlich für die Durchführung und Abrechnung unserer Veranstaltung verwendet. Bei einer Kooperationsveranstaltung werden teilnehmerbezogene Daten zwischen den beteiligten Veranstaltern ausgetauscht, jedoch in keinem Fall von uns an Dritte weitergegeben. Teilnehmende unserer Fortbildungen erklären sich grundsätzlich damit einverstanden, dass während der Veranstaltungen in Absprache entstandene Fotos und Videos auf der Homepage oder in Printmedien der AWO Bundesakademie veröffentlicht werden können.

Zuständig:

Für weitere Informationen zu dieser Veranstaltung steht Ihnen zur Verfügung:

Susanne Hecht, Bildungsreferentin der AWO Bundesakademie, Blücherstr. 62-63, 10961 Berlin,
Tel: 030/26309-174, Fax: 030/26309-32174, E-Mail: susanne.hecht@awo.org