

Kursleitung

Ute Zander-Schreindorfer

Diplom-Psychologin, Systemische Therapeutin und Beraterin (SG), lehrende Supervisorin (SG), Hypnotherapeutin (MEG), Mediatorin (BM), BGM-Managerin (IHK). langjährige Tätigkeit als Trainerin und Coach, geschäftsführende Gesellschafterin der ZS Consult GmbH, Taufkirchen

Teilnehmerkreis

MitarbeiterInnen aller Berufsgruppen aus dem psychiatrischen, psychotherapeutischen, psychosomatischen oder psychosozialen Bereich, die beratend, begleitend oder therapeutisch tätig sind; Führungskräfte, die ihre eigene Belastung und die ihrer Mitarbeiter reduzieren möchten

Teilnehmerzahl

16 Personen

Termin

Montag, 27.06.2022, 12:30 Uhr bis
Mittwoch, 29.06.2022, 13:00 Uhr

Kursgebühr

505,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung
405,00 € ohne Ü/F, inkl. Verpflegung

Anmeldung und Information

Bildungswerk Irsee
Klosterring 4
87660 Irsee
Tel.: +49 (0)8341 906-608 oder -604
Fax: +49 (0)8341 906-605
E-Mail: info@bildungswerk-irsee.de

Veranstaltungsort

Kloster Seeon, Kultur- und Bildungszentrum
des Bezirks Oberbayern
Klosterweg 1
83370 Seeon
Tel.: +49 (0)8624 897-0

Sie erreichen Kloster Seeon

mit dem Auto

- Autobahn A8 bis Ausfahrt Grabenstätt;
über Grabenstätt, Chieming und Seebruck
- Autobahn A8 bis Ausfahrt Bernau/Prien am
Chiemsee;
über Prien, Rimsting, Eggstätt, Roitham oder
über Prien, Rimsting, Breitbrunn, Gstadt am
Chiemsee und Seebruck
- B 304 über Ebersberg, Wasserburg, Obing

mit der Bahn

bis Bad Endorf, von dort mit dem Taxi



Stand: 21.04.2022

Bildungswerk Irsee

www.bildungswerk-irsee.de

Wie kann Gesundheit erhalten bleiben?

Erarbeitung von Impulsen, um die eigene oder die Gesundheit von KlientInnen und MitarbeiterInnen aufrecht zu erhalten

Kurs 4003/22

27.06.2022 - 29.06.2022

Kloster Seeon



FÜHRUNG



SELBST- UND FREMDFÜRSORGE



Bildungswerk des
Bayerischen Bezirktags

Führung & Management & Moderation

Wie kann Gesundheit erhalten bleiben? (Kurs 4003/22)

Was treibt Menschen an, über ihre eigenen Grenzen zu gehen?

Was hindert sie daran, ihre Grenzen zu beachten und deutlich zu markieren?

In einer Welt, die in ihrer Komplexität unüberschaubar und grenzenlos erscheint, entwickeln immer mehr Menschen Lösungsversuche, die als "Störungen" erscheinen, mit denen verloren geglaubte Ordnungen wiederhergestellt werden sollen.

In diesem Seminar werden systemische Hintergründe beleuchtet, die einen Zugang zu den Phänomenen Stress, Burnout und Depression eröffnen. Zudem werden Herangehensweisen vorgestellt, durch die psychische und körperliche Gesundheit in Beruf und Privatleben erhalten oder wiederhergestellt wird.

Themen und Inhalte

- Prozessbetrachtung und funktionale Analyse der Phänomene Burnout und Depression
- Lösungswege und Stressbewältigung in Therapie und Beratung
- Psychische Belastung am Arbeitsplatz erkennen, bewerten, vermeiden
- Grundsätze des Betrieblichen Gesundheitsmanagements
- Gesund führen - Ansätze aus der systemischen Organisationsberatung zur Entlastung von Teams

Hinweis

Für diese Veranstaltung werden Fortbildungspunkte bei der Psychotherapeutenkammer Bayern (ptk-Bayern) beantragt.

Montag, 27.06.2022

- 12:30 Uhr Mittagessen
- 14:00 Uhr **Begrüßung & Einstieg:**
Klärung der Erwartungen
Vorstellung des Programms
- Einführung in die Grundbegriffe und Grundkonzepte:**
Bedingungsgefüge und Lösungsgefüge für Stress, Beanspruchung, Burnout und arbeitsbedingte Depression
- Grundannahmen eines system-theoretischen Gesundheitsbegriffs**
- 15:30 Uhr Kaffeepause
- 16:00 – 17:30 Uhr **Übung mit dem „Energiefass“:**
Was gibt mir momentan in meinem Leben Energie?
Was raubt mir Energie?
- 19:00 Uhr Abendessen

Dienstag, 28.06.2022

- 07:30 Uhr Frühstück
- 09:00 Uhr **Arbeit mit dem „Konflikt-Lösungs-Modell“ in energieraubenden Belastungssituationen**
Demo-Coaching
- 10:30 Uhr Kaffeepause
- 11:00 Uhr **Übung einzelner Schritte des „Konflikt-Lösungs-Modells“ in Klein-Gruppen:**
Arbeit mit Belastungsthemen
Auswertung und Feedback
- 12:30 Uhr Mittagessen

Fortsetzung Dienstag, 28.06.2022

- 14:00 Uhr **Überblick über Themen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) in Wirtschafts- und Sozialunternehmen**
Input zum Anstieg psychischer Belastungen in der Wirtschafts- und Arbeitswelt in den letzten 10 Jahren
Input zum BGM-Prozessmodell anhand zweier Beispiele
Modell der 4 Ebenen von Veränderung
- 15:30 Uhr Kaffeepause
- 16:00 – 17:30 Uhr **Gesunde Teams:**
Gefährdungsanalyse und Ressourcenaktivierung in Arbeitsgruppen und Teams
- Arbeit mit dem „Team-Gesundheits-Check“:**
Praxisübung in Gruppen
Auswertung und Diskussion
- 19:00 Uhr Abendessen

Mittwoch, 29.06.2022

- 07:30 Uhr Frühstück
- 09:00 Uhr **Input zum betrieblichen Eingliederungsmanagement**
Praxisübung dazu
- 10:30 Uhr Kaffeepause
- 11:00 Uhr **Transferübung, Offene Themen Seminarabschluss**
- 12:30 Uhr Mittagessen

(Änderungen vorbehalten)