

Tut gut! Resilienz in Arbeitskontexten

Positive Selbstwirksamkeit statt Selbstoptimierung

Vor dem Hintergrund der sich rasant wandelnden Arbeitswelt sind Fragen rund um die Themen Zufriedenheit und Gesundheit bedeutsamer denn je. Diesen Themen nachzugehen ist nicht nur für Einzelne, sondern auch für Teams und Organisationen zentral. Entscheidend dabei ist, der Selbstoptimierungs-Falle zu entgehen!

Die Resilienzforschung untersucht das Gedeihen unter widrigen Arbeitsbedingungen etwa in einer fordernden Arbeitswelt und gibt nützliche Hinweise: Was befördert ein gutes Leben und einen nachhaltigen Umgang mit organisationalen Wirklichkeiten?

Inhalte:

- Dimensionen beruflicher Resilienz;
- Humor als Quelle für Gesundheit und Zufriedenheit sowie
- überrasche dich selbst: die kleinen Freiheiten.

Das grundlegende Ziel dieses Seminars ist, die berufliche Reflexions- und Handlungskompetenz zu erhöhen. Durch Kennenlernen der systemischen Sichtweise sowie Erprobung von Perspektivwechsel und Interventionsmöglichkeiten werden die Teilnehmenden dazu befähigt, neue Herangehensweisen zu entwickeln, um herausfordernde Situationen lösungsorientiert zu meistern.

Hinweis:

Dieses Seminar richtet sich unter anderem auch an Führungskräfte und gilt ebenfalls als Teil der flexiblen und modular aufgebauten Seminarreihe „In Führung sein“, die systemisch, ressourcenorientiert und praxisnah ausgerichtet ist. Die Module richten sich insbesondere an Führungskräfte der unteren und mittleren Führungsebene, Team-, Gruppen- und Stationsleitungen, angehende Führungskräfte sowie an Führungsaufgaben interessierte Mitarbeitende und Projektleitungen.

Durch den Besuch von insgesamt zehn Seminartagen Ihrer Wahl (80 UE) erwerben Sie auf dem CARITASCAMPUS das Zertifikat der Seminarreihe „In Führung sein“.

Bildungsurlaub

Dieses Seminar ist als Bildungsurlaub gemäß dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz NRW (AWbG) anerkannt. Alle notwendigen Unterlagen für den Antrag finden Sie [hier](#).

Nummer

23223-003

Datum

28.08.2023

29.08.2023

30.08.2023

Zeit

09:00 - 16:00 Uhr

Ort

Diözesan-Caritasverband Köln

Georgstraße 7

50676 Köln

Zielgruppen

Mitarbeitende katholischer Einrichtungen und alle Interessierten Führungskräfte

Referent/in

Kerstin Schmidt

Diplom-Pädagogin

Systemische Therapeutin

Beraterin

Supervisorin und Institutionsberaterin (SG)

Teilnehmende (max.)

12

Reduzierter Preis für Mitgliedsorganisationen

360.00 €

Normaler Preis für Externe

435.00 €

Bildungspunkte (ECTS)

1.10

Pflegepunkte (RbP)

10.00

Ansprechpartner/in

Heike Lammertz-Böhm

Verpflegung

Getränke und Mittagessen

Unterrichtsstunden

24