

Ressourcen | Training

Beschreibung:

Menschen benötigen Ressourcen zur Bewältigung alltäglicher Probleme und erst recht für den Umgang mit krisenhaften Situationen. Diese sind somit ein Schlüssel für stabilisierende Interventionen in Coaching, Beratung und Therapie.

Um ressourcenorientiert tätig zu sein, ist es wichtig genauer zu bestimmen, welche Faktoren gemeint sind. Schiepek und Cremers (2003) definieren diese allgemein als »Kraftquellen«. Sie führen aus: »Es sind Quellen, aus denen man all das schöpfen kann, was man zur Gestaltung eines zufrieden stellenden, guten Lebens braucht, was man braucht, um Probleme zu lösen oder mit Schwierigkeiten zurechtzukommen. Das können sehr verschiedenartige Bedingungen sein, denn jeder Mensch ist anders, und jede Situation, jede Herausforderung und Lebensphase braucht andere Ressourcen.«

Stabilisierende Übungen, bedienen sich nicht selten der Imagination. Gerade belastete oder traumatisierte Menschen haben immer noch Zugang zu ihren Imaginationen, die in Ressourcen umgewandelt werden können, denn sie haben die Fähigkeit, sehr lebhaft Bilder in sich entstehen zu lassen. Es gibt eine ganze Reihe von wirkungsvollen Methoden und Tools, die bei der professionellen psychosozialen Arbeit gute Erfolge bringen.

In diesem Modul erlernen unsere Teilnehmenden Möglichkeiten der Intervention für verschiedene Phasen in Therapie und Coaching, sowie Methoden für die Arbeit mit Teams und Gruppen.

Sie lernen Methoden kennen, mit denen Sie ihren Klienten unterstützen, die eigenen Ressourcen bewusster wahrzunehmen und zu aktivieren, Ihre Ziele besser zu erreichen und positive Gefühle und Gedanken aktiv zu nutzen.

Ausbildungsinhalte:

- Kennenlernen unterschiedlicher Formen von Ressourcen (u.a. interne, externe)
- Ressourcen als Gegenspieler von Problemen
- Grundannahmen eines lösungsorientierten Ansatzes
- Tätigkeitsprofil eines lösungsorientierten Prozessbegleiters
- PELZ Modell
- Ressourcenfördernde Fragen
- verschiedene Methoden für Coaching und Training:
 - Ressourcen Interview
 - Ressourcen Skulptur
 - Ressourcenscreening
 - Kraftfeldanalyse
 - Ressourcen Dusche
 - mit positiven Gedanken arbeiten (Sammlung) stabilisierende Übungen aus imaginativen Verfahren (z.B. Ort des Wohlbefindens, sicherer Ort, Imagination Baum, Revivifikation)
- Beispiel: Ressourcen Förderung für Teams

Dauer:
2 Tage | 20 UE

Kosten: 390,00 €

Aktuelle Termine

Zielgruppen

Therapeutische Berufe

Heilpraktiker*innen
Heilpraktiker*innen Psychotherapie
Coach*innen
Psycholog*innen
Mediziner*innen
Praxisinhaber*innen

Medizinische Fachberufe

Gesundheits- & Krankenpfleger*innen
Hebammen
Heilpädagog*innen
Logopäde*innen
Notfall- u. Rettungssanitäter*innen

Pflegeberufe

Pflegekräfte
Palliativ- u. Hospizpfleger*innen
Trauerbegleiter u. Seelsorger*innen
Betreuungskräfte / Alltagsbegleiter*innen

Sozial- u. Erziehungsberufe

Lehrer / Pädagoge*innen
Erzieher*innen
Sozialarbeiter*innen
Schulbegleiter*innen

Gesundheits- u. Rehabetberufe

Physiotherapeut*innen
Ergotherapeut*innen
Fitness- & Gesundheitstrainer/innen
Sporttherapeut*innen
Präventolog*innen
Masseur*innen

Business

Führungskräfte
Mitarbeiter*innen im Personalwesen
Selbstständige
Ausbilder*innen
Gesundheitsbeauftragte in Unternehmen
Mitarbeitervertreter*innen
Betriebsräte*innen
Fachkräfte für Arbeitssicherheit

Dieses Modul ist auch enthalten in:

- Trainer*in | Mental
- FachCoach*in | Mental & Meditation

Ergänzende Module:

- Meditation | Lehrer*in
- Entspannung | Trainer*in
- Kurs & Seminar | Leiter*in
- Autogenes Training | Trainer*in
- Progressive Muskelentspannung | Trainer*in
- Achtsamkeit | Trainer*in Basic
- Resilienz | Trainer*in

Voraussetzungen:

- Mindestalter 25 Jahre
- Seelische Stabilität
- Bereitschaft, die eigene Biografie zu reflektieren und daraus zu lernen
- Dialogfähigkeit in Gruppen und Teams
- Fähigkeit zur Empathie