

HELFFEN - ZWISCHEN NÄHE UND DISTANZ

Réf. 4216



» ZIELGRUPPE

Alle Interessierte

» LEITUNG

Anja HARTMANN
Diplom-Psychologin,
Ergotherapeutin und
Verhaltenstrainerin

» TERMINE

2., 3., und 4. Mai 2016
09:00-17:00

21 Fortbildungsstunden
Formation certifiée

» KOSTEN

390 €
(das Mittagessen ist im Preis
inbegriffen)

» FORTBILDUNG IN DEUTSCHER SPRACHE

» ORT

Centre Écologique et Touristique
"Parc Housen", Hosingen

Was erwartet Ihr alle von mir ?
Darf ich einem Bewohner sagen, dass ich nicht umarmt werden möchte ?
Ich will zu Hause nicht laufend über meinen Job nachdenken !

Täglich begegnen uns verschiedenste Mensch und Situationen.
Dabei ist es nicht immer leicht die Balance zwischen professioneller
Distanz und persönlicher Nähe zu finden. Und oft stellen wir dann
auch noch unbewusst unsere eigenen Bedürfnisse zum Wohle der uns
anvertrauten Menschen hinten an. Oder wir schaffen es nicht zu Hause
abzuschalten - habe ich dem Kollegen alle Infos gegeben ? Habe ich alles
erledigt ? Ich wollte doch noch...

AM ENDE DER FORMATION HABEN WIR GEMEINSAM FOLGENDE THEMEN BEARBEITET

Sie haben sich bewusst mit Ihrem eigenem Nähe-Distanz-Verhalten in
Arbeitssituationen auseinandergesetzt. Sie kennen durch Übungen und
durch Gespräche mit anderen TeilnehmerInnen Ihren Umgang mit sich
selbst und anderen in sozialen Situationen. Daraus haben wir gemeinsam
neue Strategien für mehr Energie, Wohlbefinden und Spaß an der Arbeit
abgeleitet. Sie kennen Methoden und haben deren Anwendung geübt, um
die Balance zwischen beruflichem und privatem Alltag zu leben.

INHALTE

- Kommunikationsmodell nach Schulz von Thun
- Die OK-Positionen aus der Transaktionsanalyse
- Mein Nähe-Distanz-Verhalten
- Meine Selbstfürsorge
- Fallbeispiele

METHODEN

Impulsvorträge, Gruppenarbeit, Einzelarbeit mit Selbstreflexion, Feedback
zur Selbst- und Fremdwahrnehmung, Achtsamkeits-Übungen

Référence UFOCOR

Carrières PE4 - PE7 : 1c) réflexion sur la profession

Übernachtungsmöglichkeit im Centre Écologique et Touristique "Parc Housen"



Falls Sie in Hosingen übernachten wollen, wenden Sie sich bitte an den
Centre Écologique et Touristique "Parc Housen" (Tel: 92 95 98-700).

Preis: 20 € (Einzelzimmer mit Bad und Frühstück)