„UND ICH...?" ÜBER DIE PFLEGE DER EIGENEN PSYCHOHYGIENE IN SOZIALEN BERUFEN - TEIL 2

Réf. 3924

ZIELGRUPPE

Alle Interessierte.
(siehe Voraussetzungen)

VORAUSSETZUNGEN

Teilnahme an der Weiterbildung „Und ich...?" Teil 1

WEITERBILDNERIN

Martine WALLENBORN
Klinische Integrative Musiktherapeutin (FPI), Sozialpädagogin.

TERMINE

03.10.2024 und 04.10.2024
09:00-17:00

14 Fortbildungsstunden
Formation certifiée

KOSTEN

320 €
(das Mittagessen ist im Preis inbegriffen)

CADRE DE RÉFÉRENCE AEF

SPRACHE

Lëtzebuergesch

ORT

Domaine du Château
Bettange-sur-Mess

Die regelmäßige und systematische „Reinigung" und „Pflege" der eigenen Psyche in der Begleitung von Menschen in sozialen Kontexten, ist von grundlegender Wichtigkeit und Notwendigkeit, um selbst gesund zu bleiben. Das Vertiefungsseminar möchte einerseits Rückblick ermöglichen, was aus dem ersten Seminar umgesetzt werden konnte und zugleich Raum bieten, Neues zu entdecken, zu festigen und zu stabilisieren.

ZIELE

- Achtsamkeit für sich selbst herstellen, innere Grenzen erkennen und neue Rituale für sich selbst pflegen
- Ihr Bewusstsein für die Notwendigkeit der eigenen Psychohygiene in der Begleitung von Menschen stärken und erweitern
- Ihr Bewusstsein der eigenen Ressourcen und Stärken vertiefen
- Schneller und effektiver reagieren und gesundheitsfördernd auf sich einwirken können.

INHALTE

Durch das Erfahren und Erleben am eigenen SELBST, möchte dieses Seminar eine Oase bieten für:

- Emotionale und kognitive Bewusstseinsarbeit zum Thema
- Erholung
- Aufdeckung von Ressourcen
- Stärkung der beruflichen Haltung.

METHODEN

- Einsatz von kreativen Medien (Musik, Form, Farbe, Texte, usw.)
- Diskussion
- Kleingruppenarbeit
- Spezielle Arbeitskontexte.

AM ENDE DER WEITERBILDUNG WERDEN SIE:

- Die Kompetenzen, welche im Teil 1 gestärkt wurden, aufgefrischt haben
- Sich selbst und anderen gegenüber eine gesundheitsfördernde Arbeitshaltung vertieft haben.