032/2023: Ich fühle, also bin ich?! - Eigene Emotionen besser verstehen und (be)handeln

Zielgruppe
Mitarbeitende in sozialen Einrichtungen sowie Interessierte

Termine
30.03.2023 - 31.03.2023

Uhrzeit
9.00 - 16.15 Uhr

Ort
Diakonische Akademie
für Fort- und Weiterbildung e.V.
Bahnhofstr. 9
01468 Moritzburg

ReferentInnen
Nicole Casper Heilpraktikerin für Psychotherapie

Leitung / Organisation
Stefanie Wildenhain / Karin Friedrich

Anmeldung
Nutzen Sie unser Angebot unter www.diakademie.de

Informationen
Tel.: 035207 - 843 50

Kursgebühren
280 €

Kursgebühren für Mitglieder
210 €

Bemerkungen zu den Kosten

Beschreibung
Menschen reagieren bei Belastungen und in ihren zwischenmenschlichen Beziehungen mit Kollegen und den zu Betreuenden nach bestimmten Mustern, die auf vielen Erfahrungswerte und individuellen Strukturen beruhen. Diese Muster haben sich manifestiert und können beastend für beide Seiten werden. Das spürt man spätestens dann, wenn zum Beispiel Konflikte mit Teamkollegen bewältigt werden müssen oder zu betreuende Menschen Verhaltensgrenzen überschreiten.

Diesbezüglich vermittelt das Seminar weiterhin Anregungen sich 'emotional intelligenter' mit den Anforderungen auseinanderzusetzen, damit die eigenen Emotionen im Umgang mit schwierigen Situationen besser verstanden und emotional ausgewogener gelöst werden. Die Teilnehmenden lernen die Bedeutung von Gefühlen wie Wut, Angst, Schuld und Zufriedenheit kennen, sowie der Unterscheidung von sogenannten 'Pseudogefühlen' und 'echten Gefühlen'. Die eigene Persönlichkeitsentwicklung, sowie das Veränderte einordnen dessen in das berufliche Setting sind Ziel dieser Fortbildung.

Schwerpunkte
- Bennenung von Emotionen
- Reflexion der eigenen Emotionen
- emotionales Handeln im Alltag
- Facetten emotionaler Kommunikation und deren Auswirkung
- Situationsbeipiele aus dem (Arbeits-)Umfeld

Zugangsvoraussetzungen

Bemerkungen