

Müssen wir über Gefühle reden?

Erfolgreiches Selbstmanagement in Konfliktsituationen (Vertiefungsseminar gemäß Prävo)

Immer wieder treffen wir – ob im beruflichen oder privaten Kontext – auf Menschen, die Grenzen überschreiten. Mal nur um eine Fingerbreite, mal mit der Wucht und Empathie eines Panzergeschwaders. Das verletzt, macht wütend oder ängstlich, vor allem aber oft hilflos.

Gerade in der sozialen Arbeit ist Grenzsetzung ein permanentes Thema, das allerdings in der Hektik des Alltages oft unter den Tisch fällt. Es bleibt keine Zeit oder keine Energie für die Austragung und Aufarbeitung eines damit einhergehenden Konfliktes.

Das führt häufig zu erhöhter Frustration, Selbst- und Fremdadwertung, verminderter Lebensqualität und Selbstzweifeln, manchmal gar bis zur Depression oder zum Burn Out.

Aber wo sind meine Grenzen und wie wahre ich sie? Nehme ich die Grenzen meiner Mitmenschen wahr? Wie trete ich in schwierigen Situationen in Kontakt? Worauf springe ich an, was macht mich aggressiv und wie kann ich deeskalieren? Und wer hat Recht?

Mit diesen Fragen setzen wir uns im Seminar auseinander und üben, uns selbst in Konfliktsituationen besser zu managen.

Nummer

23222-232

Datum

10.05.2022

Zeit

09:00 - 16:00 Uhr

Ort

Diözesan-Caritasverband für
das Erzbistum Köln e. V.
Georgstraße 7
50676 Köln

Zielgruppen

Mitarbeitende katholischer Einrichtungen und alle Interessierten

Referent/in

Dagmar Schönleber

Kabarettistin
Diplom-Sozialarbeiterin
Gewaltberaterin

Teilnehmende (max.)

15

Reduzierter Preis für Mitgliedsorganisationen

85.00 €

Normaler Preis für Externe

105.00 €

Bildungspunkte (ECTS)

0.60

Pflegepunkte (RbP)

8.00

Hinweis

Die Veranstaltung ist gemäß der Präventionsordnung als Vertiefungsschulung anerkannt.

Ansprechpartner/in

Heike Lammertz-Böhm

Verpflegung

Getränke und Mittagessen

Unterrichtsstunden

8

