caritascampus

Caritasverband
für das Erzbistum Köln

Weitere Informationen und Online-Anmeldung unter www.caritascampus.de

Tut gut! Resilienz in Arbeitskontexten

Positive Selbstwirksamkeit statt Selbstoptimierung (Vertiefungsveranstaltung gemäß PrävO)

Vor dem Hintergrund der sich rasant wandelnden Arbeitswelt sind Fragen rund um die Themen Zufriedenheit und Gesundheit bedeutsamer denn je. Diesen Themen nachzugehen ist für Einzelne aber auch für Teams und Organisationen zentral. Entscheidend dabei ist, der Selbstoptimierungs-Falle zu entgehen!

Die Resilienzforschung untersucht das Gedeihen unter widrigen Arbeitsbedingungen beziehungsweise einer fordernden Arbeitswelt und gibt nützliche Hinweise: Was befördert ein gutes Leben und einen nachhaltigen Umgang mit organisationalen Wirklichkeiten?

- Dimensionen beruflicher Resilienz;
- Humor als Quelle für Gesundheit und Zufriedenheit sowie
- überrasche dich selbst: die kleinen Freiheiten.

Das grundlegende Ziel dieses Seminars ist, die berufliche Reflexions- und Handlungskompetenz zu erhöhen. Durch Kennenlernen der systemischen Sichtweise sowie Erprobung von Perspektivwechsel und Interventionsmöglichkeiten werden die Teilnehmenden dazu befähigt, neue Herangehensweisen zu entwickeln, um herausfordernde Situationen zu meistern.

Hinweis:

Dieses Seminar richtet sich unter anderem auch an Führungskräfte und gilt ebenfalls als Teil der flexiblen und modular aufgebauten Seminarreihe „In Führung sein“, die systemisch, ressourcenorientiert und praxisnah ausgerichtet ist. Die Module richten sich insbesondere an Führungskräfte der unteren und mittleren Führungsebene.

Durch den Besuch von insgesamt zehn Seminartagen Ihrer Wahl (80 UE) erwerben Sie auf dem CARITASCAMPUS das Zertifikat der Seminarreihe „In Führung sein“.

Bildungsurlaub

Dieses Seminar ist als Bildungsurlaub gemäß dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz NRW (AWbG) anerkannt. Alle notwendigen Unterlagen dafür finden Sie HIER.

Nummer

23925-005

Datum

17.11.2025
18.11.2025
19.11.2025

Zeit

09:00 - 17:00 Uhr

Ort

Maternushaus
Kardinal-Frings-Str. 1 - 3
50668 Köln

Zielgruppen

Mitarbeitende katholischer Einrichtungen und alle Interessierten

Referent/in

Kerstin Schmidt
Diplom-Pädagogin
Systemische Therapeutin
Beraterin
Supervisorin und Institutionsberaterin (SG)

Teilnehmende (max.)

12

Reduzierter Preis für Mitgliedsorganisationen

500.00 €

Normaler Preis für Externe

600.00 €

Bildungspunkte (ECTS)

1.10

Ansprechpartner/in

Heike Lammertz-Böhm

Verpflegung

Getränke und Mittagessen

Unterrichtsstunden

24