

Angebote
für Führungskräfte und Stabsstellen
des AWO Bezirksverbandes Niederrhein e.V.

durch das Personal- und Organisationsentwicklungsprojekt



GESUNDHEIT
in Arbeit ...
Beschäftigte stärken, Führung fördern

SEMINARE

ANMELDEBÖGEN

KONTAKTMÖGLICHKEITEN

Liebe Führungskräfte, liebe Stabsstellen,

das Projekt „Gesundheit in Arbeit...“ bietet uns bis August 2019 zahlreiche Möglichkeiten, um u.a. Sie in Ihren arbeitsalltäglichen Herausforderungen und in Ihren Führungsaufgaben zu unterstützen, und damit einen Beitrag zum subjektiven Wohlbefinden und zur allgemeinen Gesundheitssteigerung für Sie und ggf. Ihrem Team beizutragen.

Sie haben im Rahmen Ihres persönlichen Personalentwicklungsgespräches einige Themen aus unserem Projektkatalog „Führungsthemen“ identifiziert, die Ihnen besonders wichtig erscheinen. Die Summe Ihrer Rückmeldungen bildete die Grundlage für die Entwicklung der vorliegenden Seminarformate.

Wir freuen uns deshalb sehr, Ihnen hiermit unser konkret an Ihrem Bedarf orientiertes und detailliertes Angebot für Sie persönlich vorlegen zu können und hoffen, dass Sie die Möglichkeiten, die Ihnen das Projekt dadurch bietet, nutzen werden.

Die Teilnahmen sind kostenfrei, lediglich ein ESF-Fragebogen muss vor der Teilnahme ausgefüllt werden.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldungen!

Für Rückfragen und Anregungen stehen wir gerne zur Verfügung und freuen uns auf die weitere Zusammenarbeit.

Ihr Projektteam



Die Arbeitswelt wird schneller und komplexer. Dies ist für Beschäftigte mit Personalverantwortung eine besondere Herausforderung, da auch die Erwartungshaltung von Mitarbeiter*innen steigen. Abwechslungsreiche und verantwortungsvolle Aufgaben, Fürsorge und Wertschätzung, schnelle und transparente Entscheidungen, Zusammenhalt des Teams gewährleisten, für Flexibilität und Beteiligung Sorge tragen sind nur einige von vielen Ansprüchen, mit denen sich Personalverantwortliche auseinandersetzen müssen. Mit den folgenden Angeboten, die sich aus den Rückmeldungen der Zielgruppe in Anlehnung an unseren Themenkatalog für Führungskräfte generiert haben, möchten wir Personalverantwortliche unterstützen, fördern und inspirieren.

Beschäftigte in Stabsstellenfunktion erfüllen wichtige Aufgaben im Unternehmen und vertreten bedeutende Themen.

Problematisch an ihrer Tätigkeit kann sein, dass sie häufig keine*keinen regelmäßige*n Austauschpartner*in und kein Team haben, mit dem sie eine bestimmte Situation reflektieren oder sich im Sinne von kollegialer Beratung neue Impulse holen können. Sie stehen oft allein als Vertreter*in ihrer Themen und Aufgabengebiete und haben somit weniger Möglichkeiten für Feedback und Austausch.

Darüber hinaus gibt es häufig geringe Alternativen zur inhaltlichen Arbeitsentlastung oder Auflösung von zu starker Arbeitsdichte, da die Zuständigkeit ausschließlich bei Ihnen liegt. Dies kann sich auf die psychische und physische Belastbarkeit langfristig ungünstig auswirken.

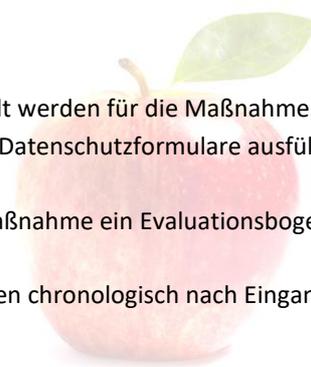
Hier möchten wir mit folgenden Angeboten gegensteuern und wenden uns damit auch an Beschäftigte in Stabsstellenfunktion, um sie zu unterstützen, zu fördern und Ihnen Methoden zur Selbstentlastung anzubieten.

Teilnahmebedingungen für die folgenden Fortbildungsveranstaltungen:

Die Teilnahme ist kostenlos, die Teilnehmer*innen müssen lediglich freigestellt werden für die Maßnahme. Teilnehmer*innen müssen bei Projekteintritt einmalig statistische Bögen und Datenschutzformulare ausfüllen, die vom Förderer vorgegeben sind.

Um die Wirksamkeit der Maßnahme messen zu können muss am Ende der Maßnahme ein Evaluationsbogen ausgefüllt werden.

Pro Termin können max. 15 Beschäftigte teilnehmen. Die Anmeldungen werden chronologisch nach Eingang berücksichtigt.



„Viele Wege führen nach Rom....“

Gruppen und Gespräche mit Methodik zielorientiert steuern

Besprechungen und Sitzungen führen leider nicht immer zum gewünschten Erfolg, auch wenn alle Eingeladenen anwesend und gut vorbereitet sind. Geschickte Moderation mit dem Einsatz nützlicher Methoden und Techniken kann da sehr hilfreich sein.

Das Bearbeiten von Arbeitsaufträgen in Arbeitsgruppen beinhaltet manchmal unstrukturiertes, zeitraubendes und wenig zielführendes Diskutieren ohne klare Ergebnisse. Reflektieren Sie geeignete und innovative Diskussions- und Entscheidungsprozesse sowie kreative Methoden zur Lösungsfindung in der Gruppenarbeit.

Dieses Seminar liefert das nötige Handwerkszeug, bietet Zeit und Raum zur Reflektion und zur praxisnahen Erprobung von Methoden, die zu Ihnen passen.

Folgende Ziele werden in dieser Fortbildung erreicht:

- Sie erweitern Ihr Spektrum an Moderationstechniken
- Sie üben zielorientierte Gesprächs- und Kreativitätstechniken, um Gruppen zu einem tragfähigen Ergebnis zu führen
- Sie kennen unterschiedliche Visualisierungstechniken und wenden sie an
- Ihr Umgang mit Störfaktoren wird optimiert

Vorgesehene Methoden:

Impulse, Reflektionsarbeit, Einzel- und Gruppenarbeit, Übungssequenzen, Feedback, Plenumsdiskussionen

Umfang und Termin: (2 Tage)

Dienstag/Mittwoch 03. + 04.07.2018

Seniorenzentrum Moers-Schwafheim, Dachgeschoss

Ihre Trainerin:

Ortrud Hillmer, Magister Artium der Pädagogik und Psychiatrie

Trainerin, Coach, Supervisorin

Themenschwerpunkte: Führung, Kommunikation, Teamentwicklung

„Wie gehe ich mit Ekel Alfred um?“

*Gewinnbringende Kommunikation mit schwierigen Gesprächspartner*innen*

Kennen Sie das? Der*die Kolleg*in, der*die sich immer in den Vordergrund spielt? Jemand, der dauernd vom Thema abschweift und mit deutlicher Befindlichkeit und Killerphrasen auf Ihre Argumente reagiert? Kennen Sie das Gefühl, wenn Sie von einer bestimmten Person „vorgeführt“ werden?

Machtspiele, Befindlichkeiten, unterschiedliche Beurteilungen von Sachverhalten enden oft in mühseligen, anstrengenden und energieraubenden Endlosdiskussionen.

In diesem Seminar lernen Sie, Ihre innere Haltung zum Thema Ärger zu schärfen, mehr Gelassenheit zu entwickeln und geeignete Gesprächstechniken anzuwenden, um wieder auf eine konstruktive und angenehme Gesprächsebene zurückzukommen.

Folgende Ziele werden in dieser Fortbildung erreicht:

- Reflektion des eigenen Ärgerverhaltens und Definition persönlicher Triggerpunkte
- Sensibilisierung für eigenes und fremdes Gesprächsverhalten
- Die Kraft der Empathie rhetorisch nutzen
- Methoden der gewinnbringenden und wertschätzenden Kommunikation kennen und üben

Vorgesehene Methoden:

Impulse, Einzel-, Partner- und Gruppenübungen, Fallbesprechungen, Plenumsdiskussionen, Reflektionsarbeit, rollenbasierte Übungen

Umfang und Termine: (2 x 2 Tage)

Donnerstag/Freitag 15. + 16.03.2017

Seniorenzentrum Moers-Schafheim, Dachgeschoss

und

Mittwoch/Donnerstag 18. + 19.04.2017

Seniorenzentrum Moers-Schwafheim, Dachgeschoss

Ihre Trainerin:

Ortrud Hillmer, Magister Artium der Pädagogik und Psychiatrie

Trainerin, Coach, Supervisorin

Themenschwerpunkte: Führung, Kommunikation, Teamentwicklung

„Sprechen Sie mich nochmal darauf an...“

Gesunde Führungs- und Entscheidungskompetenz

Als Führungskraft müssen Sie permanent Entscheidungen treffen, selbst wenn nicht alle Fakten auf dem Tisch liegen. Manchmal bleibt da ein mulmiges Gefühl zurück. Habe ich die richtige Entscheidung getroffen? Hätte es bessere oder andere Lösungen gegeben? Beteilige ich das Team an der Entscheidung oder treffe ich sie allein? Wie gehe ich damit um, wenn meine Entscheidungen in Frage gestellt werden oder wenn sich zeigt, dass sie nicht gut waren? Stehe ich dazu, versuche ich sie zu relativieren oder ändere ich sie einfach wieder? Es gibt unterschiedliche Problemlösungs- und Entscheidungsstrategien. Die Fähigkeit, Entscheidungen kompetent zu treffen, lässt sich trainieren.

Folgende Ziele werden in dieser Fortbildung erreicht:

- Sie erarbeiten effektive Wege zur Entscheidungsfindung
- Sie lernen, intuitiv getroffene Entscheidungen analytisch abzusichern
- Sie erfahren, welche Methoden Ihnen weiterhelfen
- Sie lernen, wie Sie Entscheidungen konsequent umsetzen
- Sie lernen, wie Sie bei getroffenen Entscheidungen andere ins Boot holen
- Ihre Entscheidungsvorbereitung und Recherche werden effektiver
- Sie erkennen die eigenen Stärken und Schwächen in Ihrer Entscheidungskompetenz

Vorgesehene Methoden:

Gruppenarbeiten, Einzelarbeit, Lehrgespräch, Erfahrungsaustausch, geleitete Diskussion, kollegiale Beratung, Fallbeispiele, Rollenspiele, Kreativmethoden

Umfang und Termin: (1 Tag)

Freitag

18.05.2018

Geschäftsstelle, Saal A

Ihre Trainerin:

Ortrud Hillmer, Magister Artium der Pädagogik und Psychiatrie

Trainerin, Coach, Supervisorin

Themenschwerpunkte: Führung, Kommunikation, Teamentwicklung

„Ich würde wenn ich wüsste, dass ich könnte....“

Gesunder Umgang mit eigenen Emotionen

Häufig erleben wir einen Widerspruch zwischen dem, was wir fühlen und dem, was wir besser fühlen sollten, gerade wenn wir den Anspruch haben, professionell zu bleiben. Ärgern wir uns beispielsweise über das Verhalten anderer, so wissen wir in der Regel, dass uns diese Gefühle nicht weiterhelfen im souveränen und konstruktiven Umgang mit einer Situation.

Manchmal sind wir aus irgendeinem Grund aufgeregt und befürchten, dass man es uns anmerkt. Gerne ärgern wir uns dann über uns selber, weil wir eigentlich ganz gelassen bleiben wollten.

Dies sind nur zwei Beispiele von typischen Situationen im Berufsalltag, die uns psychisch belasten können und wo es für unsere Gesundheit häufig besser wäre, wenn wir anders reagieren könnten.

Natürlich kann man nicht aus seiner Haut...aber sicher können wir lernen, unsere Gefühle besser zu steuern und dabei trotzdem ganz wir selbst zu bleiben.

Folgende Ziele werden in dieser Fortbildung erreicht:

- eigenen Umgang mit Emotionen reflektieren und eigene Verhaltensmuster erkennen lernen
- Auseinandersetzung mit der Frage: „ Kann man Gefühle überhaupt „managen“?“
- Geeignete und authentische Strategien zum alternativen Umgang mit Emotionen in wiederkehrenden beruflichen Situationen entwickeln und ausprobieren
- Aufrechterhaltung und Steigerung des psychischen Wohlbefindens

Vorgesehene Methoden:

Impulse, Reflexionsarbeit, Kleingruppen, Diskussionen, kreative Methoden

Umfang und Termine: (2 x 1 Tag)

Donnerstag	12.07.2018	und	Donnerstag	30.08.2018
Geschäftsstelle, Saal B			Seniorenzentrum Moers- Schwafheim, Musikzimmer	

Ihre Trainerin:

Ortrud Hillmer, Magister Artium der Pädagogik und Psychiatrie

Trainerin, Coach, Supervisorin

Themenschwerpunkte: Führung, Kommunikation, Teamentwicklung

„Alles was Du brauchst bist Du...“

Effiziente Methoden des Selbstcoachings

Um unsere beruflichen Ziele zu erreichen oder Schwierigkeiten im Arbeitsumfeld zu überwinden benötigen wir nicht notwendigerweise ein Team oder einen externen Coach. In vielen Fällen können wir uns - mit den notwendigen Werkzeugen - selbst zu unseren Zielen coachen. In Stabsstellen hat man viel mit sich selbst auszumachen, schwierige Entscheidungen vielleicht allein zu treffen, gewollte oder ungewollte Veränderungen mitzutragen u.v.m. Dies hat häufig Auswirkungen auf das subjektive Wohlbefinden am Arbeitsplatz und auf die eigene Gesundheit.

Um erfolgreich zu sein und gesund zu bleiben sollten wir deshalb über Fähigkeiten verfügen, die helfen, diese Herausforderungen zu meistern: Selbstführungstechniken, Flexibilität, Veränderungsmotivation, Mut, ein „Gefühl für die Situation“, um nur ein paar Beispiele zu nennen.

Niemand kennt Sie so gut wie Sie sich selbst. Seien Sie Ihr eigener Coach!

Folgende Ziele werden in dieser Fortbildung erreicht:

- Sich selbst die richtigen Fragen stellen
- Eigene Standortbestimmung zu Motiven, Stärken, Schwächen und Erwartungen durchführen
- Eigene Ziele schärfen und Zielerreichung in handliche Portionen aufteilen
- Werkzeuge und Wege kennenlernen und definieren, mit denen die Ziele erreicht werden können
- Instrumente zur Selbstkontrolle anwenden lernen

Vorgesehene Methoden:

Coachingtechniken, Einzelübungen, Fallbeispiele, Gruppendiskussionen, Feedback

Umfang und Termine: (1 x 2 Tage)

Donnerstag/Freitag 04. + 05.10.2018

Seniorenzentrum Moers-Schwafheim, Musikzimmer

Ihre Trainerin:

Ortrud Hillmer, Magister Artium der Pädagogik und Psychiatrie

Trainerin, Coach, Supervisorin

Themenschwerpunkte: Führung, Kommunikation, Teamentwicklung

Begeisterung und Unterstützung für meine Themen auslösen

Rollenverständnis und Netzwerkarbeit

Eine wichtige Aufgabe von Stabstellen ist häufig, die vertretenden Themen an bestimmte Personen und Organisationen zu adressieren, sie für Themen zu gewinnen und Unterstützung zu bekommen, andererseits aber auch für die Arbeit benötigte Informationen von den entsprechenden Personen zu erhalten.

Zu diesem Zweck ist eine professionelle und kontinuierliche Netzwerkarbeit gerade für Stabstellen von besonderer Bedeutung. Kooperation und Kommunikation sowie die Fähigkeit, Menschen für Themen zu begeistern stehen hierbei im Vordergrund.

Wer ist wichtig für meine Arbeit? Was sind die Erfolgsfaktoren für gelingende Netzwerkarbeit? An welcher Stelle kann ich mein Thema gut platzieren, um die gewünschten Unternehmensziele zu erreichen? Wie denken und handeln meine Netzwerpartner*innen? Netzwerke sind dynamische Konstrukte, die sich entwickeln; lernen Sie, dies zu reflektieren und vorausschauend zu planen und zu handeln.

Häufig haben Mitarbeiter*innen zwei oder mehr Funktionen bzw. Stellenanteile. Dies kann zu inneren und äußeren Rollenkonflikten sowie generelle Überforderung und Überbelastung führen, die langfristig unsere Gesundheit beeinträchtigen können.

In welcher Rolle spreche ich wie mit wem? Diese Klarheit kann auch in der Netzwerkarbeit eine große Erleichterung darstellen.

Folgende Ziele werden in dieser Fortbildung erreicht:

- Grundlagen der Zusammenarbeit gut funktionierender Netzwerke wird vermittelt
- Reflektion und Klarheit über die eigenen Rollen und Funktionen in der Organisation und im Netzwerk wird gewonnen
- persönliche und fachliche Kompetenz zu Aufbau und Pflege eines Netzwerkes wird geschärft
- Persönliche Zielsetzung und Strategie zu Netzwerkaufbau und –pflege wird erarbeitet
- Aufrechterhaltung und Steigerung des psychischen Wohlbefindens

Vorgesehene Methoden:

Coachingtechniken, Einzelübungen, Fallbeispiele, Gruppendiskussionen, Feedback



Arbeiterwohlfahrt
Bezirksverband
Niederrhein e.V.

**GESUNDHEIT
in Arbeit ...**
Beschäftigte stärken, Führung fördern

rückenwind⁺

Umfang und Termine: (1 x 2 Tage)

Dienstag/Mittwoch 10. + 11.07.2018

Seniorenzentrum Moers-Schwafheim, Dachgeschoss

Ihre Trainerin:

Ortrud Hillmer, Magister Artium der Pädagogik und Psychiatrie

Trainerin, Coach, Supervisorin

Themenschwerpunkte: Führung, Kommunikation, Teamentwicklung

An das Projekt
**GESUNDHEIT
in Arbeit ...**
Beschäftigte stärken, Führung fördern

Lützowstrasse 32
45151 Essen

ANMELDEBOGEN

Ja, ich buche folgende Fortbildungen für mich

1. Seminartitel

Termin

2. Seminartitel

Termin

3. Seminartitel

Termin

Name

Funktion

Telefon

Datum/ Unterschrift

Haben Sie Fragen?

Wollen Sie wissen, ob eine Teilnahme möglich ist?

Wollen Sie noch mehr über Format und Inhalte erfahren, bevor Sie sich anmelden?

Rufen Sie uns gerne an oder schreiben Sie uns eine Mail:

Tamara Zeidler

Tel.: 0201 / 3105 – 206

Tamara.Zeidler@wo-niederrhein.de

Heike Kahlert

Tel.: 0201 / 3105 – 250

Heike.Kahlert@awo-niederrhein.de

Sonja Lukat

Tel.: 0201 / 3105 – 259

Sonja.Lukat@awo-niederrhein.de

Wie funktioniert die Anmeldung?

- Sie können sich mit dem beiliegenden Anmeldebogen per Post oder per Mail anmelden
- Sie können uns anrufen und Ihre Anmeldungen telefonisch vornehmen
- Sie können uns eine formlose Mail zusenden und sich damit anmelden

In jedem Fall erhalten Sie von uns eine Anmeldebestätigung!

Wir freuen uns auf Sie!