

## Ressourcen | Training

### Beschreibung:

Menschen benötigen Ressourcen zur Bewältigung alltäglicher Probleme und erst recht für den Umgang mit krisenhaften Situationen. Diese sind somit ein Schlüssel für stabilisierende Interventionen in Coaching, Beratung und Therapie.

Um ressourcenorientiert tätig zu sein, ist es wichtig genauer zu bestimmen, welche Faktoren gemeint sind. Schiepek und Cremers (2003) definieren diese allgemein als »Kraftquellen«. Sie führen aus: »Es sind Quellen, aus denen man all das schöpfen kann, was man zur Gestaltung eines zufrieden stellenden, guten Lebens braucht, was man braucht, um Probleme zu lösen oder mit Schwierigkeiten zurechtzukommen. Das können sehr verschiedenartige Bedingungen sein, denn jeder Mensch ist anders, und jede Situation, jede Herausforderung und Lebensphase braucht andere Ressourcen.«

Stabilisierende Übungen, bedienen sich nicht selten der Imagination. Gerade belastete oder traumatisierte Menschen haben immer noch Zugang zu ihren Imaginationen, die in Ressourcen umgewandelt werden können, denn sie haben die Fähigkeit, sehr lebhaft Bilder in sich entstehen zu lassen. Es gibt eine ganze Reihe von wirkungsvollen Methoden und Tools, die bei der professionellen psychosozialen Arbeit gute Erfolge bringen.

In diesem Modul erlernen unsere Teilnehmenden Möglichkeiten der Intervention für verschiedene Phasen in Therapie und Coaching, sowie Methoden für die Arbeit mit Teams und Gruppen.

Sie lernen Methoden kennen, mit denen Sie ihren Klienten unterstützen, die eigenen Ressourcen bewusster wahrzunehmen und zu aktivieren, Ihre Ziele besser zu erreichen und positive Gefühle und Gedanken aktiv zu nutzen.

### Ausbildungsinhalte:

- Kennenlernen unterschiedlicher Formen von Ressourcen (u.a. interne, externe)
- Ressourcen als Gegenspieler von Problemen
- Grundannahmen eines lösungsorientierten Ansatzes
- Tätigkeitsprofil eines lösungsorientierten Prozessbegleiters
- PELZ Modell
- Ressourcenfördernde Fragen
- verschiedene Methoden für Coaching und Training:
  - Ressourcen Interview
  - Ressourcen Skulptur
  - Ressourcenscreening
  - Kraftfeldanalyse
  - Ressourcen Dusche
  - mit positiven Gedanken arbeiten (Sammlung) stabilisierende Übungen aus imaginativen Verfahren (z.B. Ort des Wohlbefindens, sicherer Ort, Imagination Baum, Revivifikation)
- Beispiel: Ressourcen Förderung für Teams

Dauer:  
2 Tage | 20 UE

Kosten: 390,00 €

**Aktuelle Termine**

## Zielgruppen

### **Therapeutische Berufe**

Heilpraktiker\*innen  
Heilpraktiker\*innen Psychotherapie  
Coach\*innen  
Psychologe\*innen  
Mediziner\*innen  
Praxisinhaber\*innen

### **Medizinische Fachberufe**

Gesundheits- & Krankenpfleger\*innen  
Hebammen  
Heilpädagog\*innen  
Logopäde\*innen  
Notfall- u. Rettungssanitäter\*innen

### **Pflegeberufe**

Pflegekräfte  
Palliativ- u. Hospizpfleger\*innen  
Trauerbegleiter u. Seelsorger\*innen  
Betreuungskräfte / Alltagsbegleiter\*innen

### **Sozial- u. Erziehungsberufe**

Lehrer / Pädagoge\*innen  
Erzieher\*innen  
Sozialarbeiter\*innen  
Schulbegleiter\*innen

### **Gesundheits- u. Rehabetberufe**

Physiotherapeut\*innen  
Ergotherapeut\*innen  
Fitness- & Gesundheitstrainer/innen  
Sporttherapeut\*innen  
Präventologe\*innen  
Masseur\*innen

### **Business**

Führungskräfte  
Mitarbeiter\*innen im Personalwesen  
Selbstständige  
Ausbilder\*innen  
Gesundheitsbeauftragte in Unternehmen  
Mitarbeitervertreter\*innen  
Betriebsräte\*innen  
Fachkräfte für Arbeitssicherheit

## Dieses Modul ist auch enthalten in:

- Trainer\*in | Mental
- FachCoach\*in | Mental & Meditation

## Ergänzende Module:

- Meditation | Lehrer\*in
- Entspannung | Trainer\*in
- Kurs & Seminar | Leiter\*in
- Autogenes Training | Trainer\*in
- Progressive Muskelentspannung | Trainer\*in
- Achtsamkeit | Trainer\*in Basic
- Resilienz | Trainer\*in

## Voraussetzungen:

- Mindestalter 25 Jahre
- Seelische Stabilität
- Bereitschaft, die eigene Biografie zu reflektieren und daraus zu lernen
- Dialogfähigkeit in Gruppen und Teams
- Fähigkeit zur Empathie