



Bildungsurlaub

Stressbewältigung und Burn-Out-Prophylaxe

**Termine: 20. – 24.2.2017, 27.11.-1.12.17
und 22.-26.8.17**

Wer professionell mit Menschen arbeitet, weiß, wie unerlässlich Fähigkeiten wie Empathie, Fantasie, Kreativität aber auch ein sicheres Auftreten, Führungsqualitäten, die eigene Ausstrahlung und Authentizität sind.

Dabei wird unser Arbeitsalltag in den letzten Jahren immer anspruchsvoller, die Anforderungen und Fallzahlen höher, das Klientel schwieriger, die Zeiten knapper bemessen.

Umso wichtiger ist es für den Arbeitnehmer, sich selbst zu schützen, zu stärken und einen wertschätzenden Umgang mit den eigenen Ressourcen sowie die Kompensation von Stress und Zeitdruck zu schulen.

Diese innovative Art der Weiterbildung bietet eine Chance, sich auch in unbewussten Bereichen zu hinterfragen und weiter zu entwickeln, ohne sich bloßstellen zu müssen.



Hierfür wird das unverfälschte Feedback der Pferde genutzt, die sensibel insbesondere auf die Körpersprache des Menschen reagieren. Diese wird vom Pferd unmittelbar gespiegelt, in Videoanalysen aufbereitet und bearbeitet.

Im Umgang und gezielten praktischen Übungen unterstützen die Pferde bei Sequenzen der Atem- und Körperarbeit, mentalen Techniken zur Stärkung und inneren Reinigung und zur Unterstützung im Umgang mit Druck, Stress und Konflikten.

An und mit den Tieren lernen die Teilnehmer Methoden, die später mit minimalem Zeitaufwand maximal nutzbringend im Arbeitsalltag anwendbar sind.

zur:

- Entstressung
- Burn Out Prophylaxe
- Erweiterung der Konfliktfähigkeit



Bildungsurlaub 20. – 24.3.2017

Motivieren und Anleiten

Heutzutage ist es allgemein bekannt, dass Lernen in Schule, Beruf und Alltag durch Motivation in wertschätzender Atmosphäre jedoch mit Hilfe von klar definierten Grenzen am effektivsten funktioniert. Daher bringt sich die (an)leitende Fach- und Führungskraft mit ihrer gesamten Persönlichkeit in den Arbeitsalltag ein. Ob als Fachkraft sozialen Bereichen für die Arbeit mit Klienten, in der Ausbildung junger Menschen oder als Führungskraft im Betrieb:



Wer es versteht, zu motivieren und zielgerichtet anzuleiten gestaltet den Arbeitsalltag für sich und alle Beteiligten effektiv und erfolgreich.

Wir wollen uns diesem Thema daher in der Reflektion der eigenen persönlichen Fähigkeiten und fachlichen Kompetenzen nähern. Wir stellen uns die Fragen:

- Was ist eigentlich Motivation?
- Wie kann man sie auf einfache Mechanismen und Methoden herunter brechen?
- Welche Faktoren fördern, welche hemmen die Interaktion mit Klienten und/oder Untergebenen?
- Wie kann ich Orientierung und Sicherheit geben?
- Was hat das mit meiner eigenen inneren Einstellung zu tun?

Zielgruppe:

- Multiplikatoren in sozialen, pädagogischen und medizinischen Berufen, Führungskräfte
- Beschäftigte aus sozialen, pädagogischen, therapeutischen, medizinischen und gesundheitsfördernden Berufen für die Arbeit mit Klienten/Kunden

Zielsetzungen sind - frei nach dem berühmten ersten Axiom der Kommunikationstheorie nach Paul Watzlawick „Man kann nicht *nicht* kommunizieren“:

- Erfahren und Anwenden von Methoden zur Motivation und Wissens- und Kompetenzvermittlung
- ein Abgleich der Eigen- mit der Fremdwahrnehmung in wertschätzender Atmosphäre
- neue Erkenntnisse über den eigenen Anteil bei der Motivation und Anleitung von Betreuten
- eine Verfeinerung von Kommunikation und Körpersprache



Vorerfahrungen mit Pferden sind für eine Teilnahme nicht erforderlich.

Im Persönlichkeits- und Kompetenztraining mit Pferden werden Tore zu vielschichtigem Verständnis geöffnet. **Pferde bieten im Umgang mit ihnen durch Ihre besondere kommunikative Wesensart als große, soziale Herden- und Fluchttiere zusätzliche Möglichkeiten der inneren Reflexion, Stärkung und Selbsterfahrung.** Ein breites Lernfeld für die eigene Ausstrahlung sowie eine Sensibilisierung für die nonverbalen Botschaften unseres Gegenübers eröffnen neue Perspektiven für den beruflichen Alltag.

Das im Kontakt mit den Pferden erlangte Bewusstsein über die Wirkung der eigenen Haltung und Gedanken, kann unmittelbar in das Arbeits- und Lebensumfeld übertragen werden.

Die gewonnenen Erkenntnisse über Empathie, Authentizität und Wertschätzung sind unmittelbar in die tägliche Arbeit mit den Klienten und Kollegen übertragbar – für effektives Arbeiten und ein angenehmes Betriebsklima.

An und mit den Tieren lernen die Teilnehmer Methoden, die später mit minimalem Zeitaufwand maximal nutzbringend im Arbeitsalltag anwendbar sind.

Referentin:

Stephanie Ostendorf
Diplom-Pädagogin, Zus. Psychomotorik,
Fachübungsleiterin Voltigieren, Tierkommunikatorin



STEPHANIE
OSTENDORF

www.ostendorf-seminare.de



Termine: 20. – 24.2.2017, 27.11.-1.12.17 sowie 20. – 24.3.2017

Weitere Infos unter:

<http://www.seminar-bauernhof.de/stressbewaeltigung-und-burnout-prophylaxe.html>

Anmeldungen:

Reiter- und Erlebnisbauernhof Groß Briesen GmbH,
Geschäftsführerin Sabine Opitz-Wieben
Kietz 11 - 14806 Belzig OT Groß Briesen
Telefon 033846 41673 - Telefax 033846 90099
Email: info@reiterhof-gross-briesen.de

Termin: 22.-26.8.17

Dieses Seminar ist ein anerkanntes Zusatzangebot des Ministerium für Bildung,
Jugend und Sport (Referat 35 – Lehrerbildung und Qualifizierung von
Führungskräften im Schuldienst, LISUM in Brandenburg)

Anmeldungen:

Stephanie Ostendorf
Tel: 0151/10031862
Mail: info@ostendorf-seminare.de

Ort:

Pferdehof Bialek
Hauptstr. 11
14669 Ketzin OT Tremmen