



## Fortbildungsangebot für Einrichtungen der Altenpflege





## Unser Fortbildungsangebot im Überblick:

### **Kommunikation & Teamarbeit**

Konflikt- und stressfrei handeln – auch in schwierigen Situationen einen kühlen Kopf bewahren	1
Die lieben Kolleginnen und Kollegen – das interdisziplinäre Miteinander am Arbeitsplatz	2
TEAM: Toll, ein anderer macht's! Im Team erfolgreich sein	3
„Schwierige“ Klienten und Angehörige? – Beschwerdekommunikation erfolgreich führen	4
Das Dilemma mit der „Für-Sorge“ - Gelingende Interaktion / Konfliktreduktion zwischen Angehörigen und Pflegekräften	5
Generation XYZ – Chancen und Herausforderungen des generationenübergreifenden Arbeitens	6

### **Stressprävention & Selbstreflexion für Mitarbeiter & Teams**

Dem Stress Paroli bieten: Strategien und Methoden zum nachhaltigen Stressabbau	7
Achtsamkeit – durch Ruhe und Gelassenheit die eigene Widerstandsfähigkeit entdecken und fördern	8
Die Kraft der Resilienz entdecken	9
Ständig unter Strom – Was können Pflegekräfte tun, damit der Traumjob nicht zum Albtraum wird?	10
Wenn Helfer Hilfe brauchen – eine Einführung in die Psychosoziale Unterstützung (PSU)	11
„Schon wieder nicht alles geschafft“ – Umgang mit zunehmender Arbeitslast im Pflegealltag	12
Älterwerden im Beruf – gelassen und souverän in die Zukunft blicken	13

### **Führungskompetenzmodule**

Konflikt- und stressfrei im Umgang mit Mitarbeitern agieren	14
In der Generationenvielfalt Mitarbeitende fordern und fördern	15
Gesundes Führen – für höhere Motivation und bessere Arbeitsfähigkeit	16
„Nicht geschimpft ist Lob genug!“ Wertschätzung, eine Anleitung für Führungskräfte	17
Mitarbeiter erfolgreich motivieren	18
Konfliktmanagement in Teams (2 Tage)	19
Vom Kollegen zum Vorgesetzten (2 Tage)	20
Einführung in die Kollegiale Beratung	21
Moderationstechniken/Leitung von Teamsitzungen (2 Tage)	22
Mitarbeitergespräche erfolgreich führen	23



Spannungsfeld Pflegequalität: Als Führungskraft mit zunehmender Arbeitslast im Pflegealltag umgehen	24
Praktische Stressbewältigung für Führungskräfte	25
<b>Fachthemen</b>	
Expertenstandards	26
<b>Über [go] connecting</b>	27





## **Konflikt- und stressfrei handeln – auch in schwierigen Situationen angemessen reagieren**

Kommunikation in der Altenpflege ist nicht immer leicht. Bewohner sind verunsichert, Angehörige überfordert oder haben sehr hohe Erwartungen. Pflegekräfte und Kollegen sind durch ihren straffen Zeitplan stark beansprucht – da kann die Freundlichkeit schon mal auf der Strecke bleiben. Gerade in stressbedingten und konfliktbeladenen Situationen ist aber „Fingerspitzengefühl“ bei der Kommunikation eine Grundvoraussetzung, um Spannungen abzubauen, zu deeskalieren und so Konflikte zu vermeiden.

### **Zielgruppe:**

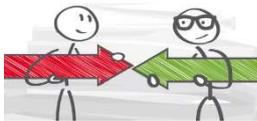
Das Seminar richtet sich an Mitarbeitende der ambulanten und stationären Altenpflege, die ihr Kommunikationsgeschick in schwierigen Situationen mit Bewohnern, Klienten und Angehörigen verbessern möchten.

### **Seminardauer:**

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr

### **Teilnehmerzahl:**

bis 14 Teilnehmer



### **Inhalte:**

Ziel dieses Seminars ist es, schwierige Gesprächssituationen zu bewältigen und ein angemessenes Verhalten zu erlernen oder zu verbessern. Kommunikation – besonders in schwierigen Situationen – soll zukünftig positiv und gewinnbringend für alle Beteiligten gestaltet werden.

- Grundregeln der Kommunikation
- Möglichkeiten der situationsgerechten Kommunikation (Kommunikationsmodelle)
- Konflikte: Entstehung, Wahrnehmung, Analyse
- Individuelle Analyse von Stärken und Schwächen bei der Kommunikation mit Bewohnern, Klienten und Angehörigen
- Berücksichtigung individueller Kommunikationssituationen
- Konfliktverhaltensmuster und -vorschläge

### **Methoden:**

Referat, Reflexion, Feedback, Moderation, praktische Übungen



## Die lieben Kolleginnen und Kollegen – das interdisziplinäre Miteinander am Arbeitsplatz

Unterschiedliche Vorstellungen, Anforderungen und Erwartungen machen die interdisziplinäre Zusammenarbeit nicht immer einfach. Weitere Faktoren, wie z. B. Zeitdruck oder nicht vorhandenes Verständnis, führen häufig dazu, dass das gewünschte Miteinander zu einem Gegeneinander wird – das Klima kühlt spürbar ab. Meinungen prallen aufeinander, die Fronten verhärten sich und zwischenmenschliche Konflikte entstehen. Sowohl der Einzelne als auch die Teams sind zunehmend belastet.

Das Ziel dieses Seminars ist es, die Grundlagen einer von Wertschätzung geprägten Zusammenarbeit aufzuzeigen, Probleme und damit verbundene Konflikte rechtzeitig zu erkennen und diese mit geeigneten Methoden zu lösen.

### Zielgruppe:

Das Seminar richtet sich an Mitarbeitende in Altenpflegeeinrichtungen.

### Seminardauer:

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr

### Teilnehmerzahl:

bis 14 Teilnehmer



### Inhalte:

- Faktoren für ein gutes Miteinander
- Interdisziplinäre Kommunikation: Miteinander reden
- Wertschätzung: Auswirkungen auf den Einzelnen und das Kollegium
- Emotionale Kompetenz einsetzen
- Konflikte angemessen lösen
- Das alltägliche Miteinander: Wünsche und Leitlinien formulieren

### Methoden:

Referat, Reflexion, Feedback, praktische Übungen, kollegiale Beratung



## **TEAM: „Toll, ein anderer macht's!“ – Im Team erfolgreich sein!**

Erfolgreiches Arbeiten im Team macht Spaß und schafft ein positives Betriebsklima. Hand in Hand agieren, sich aufeinander verlassen können, ohne Kommunikationsschwierigkeiten – das alles sind Komponenten, die motivieren und den Teamzusammenhalt fördern. Letztendlich profitieren auch die Bewohner und Klienten von zufriedenen, motivierten und an einem Strang ziehenden Mitarbeitern.

### **Zielgruppe:**

Das Seminar richtet sich an Mitarbeitende der ambulanten und stationären Altenpflege.

### **Seminardauer:**

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr

### **Teilnehmerzahl:**

bis 14 Teilnehmer



### **Inhalte:**

- Was ist Teamarbeit?
- Positive Auswirkungen von Teamarbeit
- Individuelle Voraussetzungen für gute Teamarbeit
- Kommunikation in der Gruppe
- Ist-Zustand / Soll-Zustand
- Rollenverteilung
- Ich und die anderen
- Teamregeln und Leitsätze

### **Methoden:**

Referat, Reflexion, Feedback, praktische Übungen



## „Schwierige“ Klienten/Bewohner und Angehörige? – Beschwerdekommunikation erfolgreich führen

Nicht immer kann das Pflegepersonal den steigenden Ansprüchen von Bewohnern, Klienten und deren Angehörigen gerecht werden. Immer wieder entstehen im Arbeitsalltag schwierige Situationen, mit denen sich die MitarbeiterInnen konfrontiert sehen. Aber wie reagieren, wenn man sein Gegenüber nicht vor den Kopf stoßen will? Wie Grenzen setzen? Und wie baut man einen guten und vertrauenswürdigen Kontakt auf, der die Bewohner-, Klienten-/Angehörigenbeziehung auch in stressigen Situationen in Balance hält?

In diesem Seminar lernen Ihre MitarbeiterInnen, wie sie mit den Erwartungen in adäquater Art und Weise umgehen. Sie erhalten zahlreiche praktische Tipps zum wertschätzenden Umgang mit Bewohnern und Klienten sowie deren Angehörige.

### Zielgruppe:

Das Seminar richtet sich an Mitarbeitende in der ambulanten und stationären Altenpflege.

### Seminardauer:

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr, 8 UE

### Teilnehmerzahl:

bis 14 Teilnehmer



### Inhalte:

- Standards im Umgang mit Bewohnern, Klienten und Angehörigen
- Der Mitarbeiter als Repräsentant der Altenpflegeeinrichtung
- Wie mit hohen Erwartungen des Bewohners/Klienten und der Angehörigen umgehen?
- Wertschätzung zeigen und Vertrauen aufbauen
- Schwierige Situationen gekonnt entschärfen
- Was machen, wenn...? Strategien im Umgang mit schwierigen Bewohnern/Klienten und Angehörigen

### Methoden:

Referat, moderierte Gesprächsführung, Reflexion, Analyse/Feedback



## Das Dilemma mit der „Für-Sorge“

### Gelingende Interaktion / Konfliktreduktion zwischen Angehörigen und Pflegekräften

In diesem eintägigen Seminar setzen wir uns mit der Interaktion und der Beziehungsgestaltung zwischen Angehörigen und Pflegekräften auseinander.

Mit der Aufnahme in eine Altenpflegeeinrichtung werden verschiedene Emotionen freigesetzt, Angst, Ohnmacht, Hilflosigkeit und Kontrollverlust sind nur einige davon. Der hilfebedürftige Mensch muss sein vertrautes Umfeld aufgeben und sich an eine veränderten Lebensrealität anpassen. Dieses geht oft mit dem Gefühl des Verlustes der Selbstbestimmung und Autonomie einher.

Ebenso sind i.d.R. Angehörige in ähnlicher Weise von all diesen Emotionen betroffen. Sie müssen auf die Hilfe und Unterstützung der Mitarbeitenden vertrauen. Dieser Schritt ist für die Angehörigen nicht immer leicht zu bewältigen.

Unterschiedliche Wahrnehmungen mit Blick auf die Pflegesituation und die pflegebedürftige Person beeinflussen das Verhältnis. Ein Gefühl des Ausgeschlossenseins sowie Selbstzweifel und Schuldgefühle können die Interaktion zwischen Angehörigen, Pflegekraft und Bewohner/Klient erschweren und werden zum Teil von allen Beteiligten als herausfordernd erlebt.

### Zielgruppe:

Das Seminar richtet sich alle MitarbeiterInnen mit Kontakt zu Bewohnern/Klienten und Angehörigen.

### Seminardauer:

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr

### Teilnehmerzahl:

bis 14 Teilnehmer



### Inhalte:

- positive Interaktion und Beziehungsgestaltung
- unterschiedliche Angehörigentypen und wie kommuniziere ich mit wem
- Kommunikationsmodelle
- Perspektivwechsel
- Reflexion der gegenseitigen Erwartungen

### Methoden:

Theoretischer Input, Reflexion, praktische Übungen anhand von Fallbeispielen



## **Generation XYZ – Chancen und Herausforderungen der generationenübergreifenden Zusammenarbeit**

Auf dem Arbeitsmarkt sind aktuell vier Generationen beschäftigt. Immer wieder kommt es, nicht zuletzt aufgrund divergierender Vorstellungen und Einstellungen, zu Konflikten. Doch stellen neue Generationen nicht auch Chancen zur Weiterentwicklung des eigenen Horizonts dar? Kollegen, Auszubildende und Mitarbeitende, die einer jüngeren Generation als der eigenen angehören, müssen nicht als "schwierig" gelten, sondern sollten als Potential für die Zukunft gesehen werden. Auf der anderen Seite kann das Wissen bei den Jüngeren, über z. B. Erfahrung und Arbeitsweise älterer Generationen, in der täglichen Zusammenarbeit genutzt werden, um diese generationsgerecht zu gestalten.

Ziel der Veranstaltung ist die Schaffung eines Überblicks über die vertretenen Generationen und die Sensibilisierung für potenzielle Konflikte, die vermieden werden und Chancen, die gewinnbringend genutzt werden können.

### **Zielgruppe:**

Alle Mitarbeiter, die wertschätzend und gewinnbringend mit jüngeren und älteren Kollegen und Mitarbeitern zusammenarbeiten möchten.

### **Seminardauer:**

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr

### **Teilnehmerzahl:**

bis 14 Teilnehmer



### **Inhalte:**

In diesem Seminar werden folgende Inhalte praxisbezogen und lösungsorientiert thematisiert:

- Welche Generationen sind in der Einrichtung vertreten?
- Herausforderungen im Umgang mit den Digital Natives
- Chancen in der Zusammenarbeit herausfinden
- Generationskonflikte allgemein: Umgang, Chancen und Herausforderungen
- Wie kann man die Beschäftigungsfähigkeit bis zum Renteneintritt mit Unterstützung einer generationengerechten Zusammenarbeit erhalten?

### **Methoden:**

Referat, moderierte Gesprächsführung, Fallbeispiele, Reflexion, Analyse/Feedback



## Stressprävention & Selbstreflexion für Mitarbeiter und Teams

### Dem Stress Paroli bieten: Strategien und Methoden zum nachhaltigen Stressabbau

Menschen in Gesundheits- und Pflegeberufen stehen mehr denn je unter extremem Zeit- und Leistungsdruck. Der daraus resultierende Stress dominiert häufig den Arbeitsalltag. Die belastenden Folgen sind unübersehbar: Stimmungsschwankungen, Krankmeldungen, längerfristiger und kostspieliger Arbeitsausfall oder Jobwechsel sind an der Tagesordnung.

Wir bieten dem Stress Paroli, indem wir Wissen über die Stressfaktoren vermitteln und mit einfachen, alltagstauglichen Übungen die Widerstandsressourcen Ihrer Mitarbeiter stärken.

#### Zielgruppe:

Das Seminar richtet sich an Mitarbeitende aller Bereiche.

#### Seminardauer:

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr

#### Teilnehmerzahl:

bis 14 Teilnehmer



#### Inhalte:

In diesem Workshop erkennen die Teilnehmer ihre individuellen Stressmuster und stellen sich ihren persönlichen „Werkzeugkoffer“ für den Umgang mit Stress zusammen.

- Was ist Stress eigentlich genau?
- Stress – Was passiert in unseren Köpfen, was in unseren Körpern?
- Individuelle Belastungen/Stressauslöser identifizieren
- Stressreaktionen und bisherige Bewältigungskompetenzen beleuchten
- Die Stress-Ampel – Zusammenhang von innerer Bewertung und Intensität der Stressreaktion
- Stresstyp-Test – Lösungsorientierte Wege im Umgang mit den inneren „Antreibern“
- Viele praktische Übungen: Atemtechniken als Soforthilfemaßnahme, Visualisierungsübungen und körperliche Aktivierungsübungen (Auswahl)

**Methoden:** Theoretische Grundlagen, praktische Übungen, Einzelübungen, Gruppenarbeit, Reflexion, Analyse/Feedback



## **Achtsamkeit – durch Ruhe und Gelassenheit die eigene Widerstands- fähigkeit entdecken und fördern**

Häufig dominiert Stress den Arbeitsalltag und beeinflusst nicht nur Wohlbefinden und Gesundheit der Mitarbeitenden, sondern auch die Qualität der Arbeit. Die Praxis der Achtsamkeit hilft Ihren Mitarbeitern, u. a. Stress zu regulieren und wesentliche Fähigkeiten der Selbststeuerung, Entscheidungs- und Problemlösungskompetenz, und somit auch die Widerstandsfähigkeit zu fördern.

### **Zielgruppe:**

Das Seminar richtet sich an Mitarbeitende aller Bereiche.

### **Seminardauer:**

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr

### **Teilnehmerzahl:**

bis 14 Teilnehmer



### **Inhalte:**

- Grundlagenwissen: Was ist überhaupt Achtsamkeit?
- Stress – was passiert in unserem Kopf, was in unserem Körper?
- Ausstieg aus dem „Gedankenkarussell“
- Achtsamer Umgang mit Stress
- Praktische Achtsamkeitsübungen für den Arbeitsalltag: Atemtechniken als Sofortmaßnahme, Kurzmeditation, Visualisierungen, körperliche Aktivierungsübungen

### **Methoden:**

Theoretische Grundlagen, praktische Übungen, Einzelübungen, Gruppenarbeit, Reflexion, Analyse/Feedback



## Die Kraft der Resilienz entdecken

Den täglichen Herausforderungen im Berufsalltag mit innerer Stärke und Gelassenheit zu begegnen, scheint für manche Menschen ein Kinderspiel zu sein. Trotz starker Beanspruchung sind sie gut gelaunt, strahlen Optimismus aus und vertrauen ihren eigenen Fähigkeiten. Bekannt ist diese positive Haltung unter dem Begriff Resilienz. Die Steigerung der psychischen Widerstandsfähigkeit ist für jeden/jede erlernbar. Unser Resilienztraining ist der erste Schritt in diese Richtung.

Das Training beleuchtet wichtige Resilienzfaktoren und ermöglicht den Teilnehmenden eine Reflexion ihrer eigenen Widerstandsfähigkeit, zeigt Möglichkeiten auf, diese aktiv und wirkungsvoll zu steigern.

### Zielgruppe:

Das Seminar richtet sich an Mitarbeitende aller Bereiche.

### Seminardauer:

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr

### Teilnehmerzahl:

bis 14 Teilnehmer



### Inhalte:

- Grundlagenwissen: Warum eine starke Resilienz mir guttut!
- Stressbewältigung, u. a. gesunde Abgrenzung, physische & kognitive Stressbewältigung
- Gesundes Arbeiten – gut für mich und das Unternehmen
- Das Leben Resilienz fördernd gestalten
- Praktische Entspannungsübungen für den Arbeitsalltag, u. a. Atemtechniken, Kurzmeditation, Visualisierungen

### Methoden:

Theoretische Grundlagen, praktische Übungen, Einzelübungen, Gruppenarbeit, Reflexion, Analyse/Feedback



## **Ständig unter Strom – was können Pflegekräfte tun, damit der Traumjob nicht zum Albtraum wird?**

Oft besteht zwischen dem Anspruch an gute Pflege und der Wirklichkeit im Pflegealltag ein großer Widerspruch. Viele Pflegekräfte fühlen sich in einem Dilemma, schaffen es aber mit Hilfe des sogenannten „Coolout“ (sich kaltmachen), in diesem Spannungsfeld handlungsfähig zu bleiben. Manche Pflegekräfte erkranken aber auch – weil sie dem vermeintlichen Widerspruch nicht gerecht werden können – an „Burnout“.

**Ziel der Veranstaltung** ist eine Sensibilisierung für die moralischen Konflikte im Pflegealltag sowie das Kennenlernen von möglichen Strategien zur Bewältigung.

Was kann man tun, damit der gewählte Beruf auch ein Traumjob bleibt? Das Wissen über „Coolout“ und „Burnout“ soll im pflegerischen Alltag präventiv genutzt werden.

### **Zielgruppe:**

Das Seminar richtet sich an Pflegekräfte.

### **Seminardauer:**

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr

### **Teilnehmerzahl:**

bis 14 Teilnehmer

### **Inhalte:**

- Was ist „Coolout“ – was ist „Burnout“?
- Die verschiedenen Reaktionsmuster des „Coolout“ erkennen
- Instrumente zur Identifikation von Coolout bzw. Burnout nutzen
- Das eigene Rollenverständnis
- Präventive Maßnahmen
- Die eigene Resilienz stärken

### **Methoden:**

Theoretische Grundlagen, Diskussion, Einzel- und Gruppenarbeit



## Wenn Helfer Hilfe brauchen – eine Einführung in die Psychosoziale Unterstützung

„Wenn du das nicht aushalten kannst, bist Du hier im falschen Job!“, „Zähne zusammenbeißen und weitermachen.“ – so oder so ähnlich heißt es oft im Alltag von helfenden Berufen. Pflegende und weitere Berufsgruppen im Gesundheitswesen stehen in ihrem Arbeitsalltag immer wieder vor belastenden Situationen. Wie aber damit umgehen und was tun? Kollegiale Unterstützung in Krisensituationen, sozusagen die „Erste-Hilfe“-Maßnahmen auf psychischer Ebene, kann gelernt und effektiv eingesetzt werden.



In diesem Seminar setzen sich die Teilnehmenden mit den Begrifflichkeiten der Psychosozialen Unterstützung auseinander, lernen Symptome und Belastungsreaktionen kennen sowie durch gezielte Gesprächsführung richtig auf schwerwiegende Situationen zu reagieren.

### Zielgruppe:

Das Seminar richtet sich an Mitarbeitende in der Pflege.

### Seminardauer:

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr

### Teilnehmerzahl:

bis 14 Teilnehmer

### Inhalte:

- Was ist PSU?
- Was ist ein schwerwiegendes Ereignis?
- Belastungsreaktionen
- Bewältigungsphasen und -strategien
- Wie reagiere ich als „Ersthelfer“?

### Methoden:

Präsentation, Lehrgespräch, Einzel-, Paar- und Gruppenarbeit



## „Schon wieder nicht alles geschafft“ – Umgang mit zunehmender Arbeitslast im Pflegealltag

Zunehmende Arbeitslast in Einrichtungen der Altenpflege macht vielen Mitarbeitenden zu schaffen. Unerledigte Arbeiten mit den einhergehenden Schuldgefühlen bleiben ein Problem des Einzelnen, eine offene Kommunikation im Team über nicht erbrachte Leistungen findet häufig nicht statt. Angesichts der zunehmenden Arbeitslast sehen sich Mitarbeitende vor der Herausforderung, ein klares professionelles Selbstverständnis beizubehalten, offen und lösungsorientiert im Team zu kommunizieren und Prioritäten im Handeln bewusst und begründet zu setzen.

### Zielgruppe:

Das Seminar richtet sich an Mitarbeitende in der Pflege.

### Seminardauer:

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr, 8 UE

### Teilnehmerzahl:

bis 14 Teilnehmer



### Inhalte:

- Warum schaffe ich meine Arbeit nicht?
- Welche Bedeutung spielt das eigene professionelle Selbstverständnis?
- Individuelle Belastungen identifizieren
- Persönliche Reaktionsmuster erkennen
- Grenzen setzen – für mich und andere
- Schon wieder nicht alles geschafft– wie sprechen wir im Team darüber?
- Unterstützung holen
- Reflektiert und begründet Prioritäten setzen

### Methoden:

Theoretische Grundlagen, Gruppenarbeit, Reflexion, Analyse/Feedback



## Älterwerden im Beruf – gelassen und souverän in die Zukunft blicken

Älterwerden im Beruf hat viele Facetten. Einerseits hat man in den vergangenen Jahrzehnten einen großen Erfahrungs- und Wissensschatz aufgebaut, Routine entwickelt und Gelassenheit gelernt, andererseits fühlt man sich angesichts der sich immer schneller drehenden Arbeitswelt vielleicht schon zum „alten Eisen“ zugehörig bzw. wird als solches gesehen. Eigen- und Fremdeinschätzung von Altern haben einen erheblichen Einfluss auf das Selbstwertgefühl und die Motivation, mit entsprechenden Auswirkungen auf den Wohlfühlfaktor und die Gesundheit am Arbeitsplatz.

### Zielgruppe:

Das Seminar richtet sich an Mitarbeitende aller Bereiche.

### Seminardauer:

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr

### Teilnehmerzahl:

bis 14 Teilnehmer



### Inhalte:

Die berufliche Standortbestimmung, die Perspektiventwicklung für die kommenden Arbeitsjahre, die Reflexion der belastenden Faktoren und die Betrachtung der persönlichen Ressourcen stehen im Mittelpunkt der Veranstaltung. Eigene Kompetenzen und Interessen sollen zukünftig von den Teilnehmern bewusst im Arbeitsalltag eingesetzt, Chancen bei Veränderungen und neuen Aufgaben erkannt werden.

- Wo stehe ich eigentlich auf meinem Berufsweg? Reflexion des beruflichen Werdegangs und der augenblicklichen Situation am Arbeitsplatz
- Individuelle Belastungen identifizieren und analysieren
- Sich der eigenen Fähigkeiten bewusstwerden: Welche Ressourcen, welche Stärken und Kompetenzen habe ich?
- Umgang mit Belastungen, erhöhten Anforderungen und Stress
- Wie kann der berufliche Weg für mich weitergehen? Perspektiven entwickeln

### Methoden:

Theoretische Grundlagen, Gruppenarbeit, Reflexion, Analyse/Feedback



## Führungskompetenzmodule

### Führungskompetenz: Konflikt- und stressfrei im Umgang mit Mitarbeitern agieren

Erfolgreiche Kommunikation ist das wichtigste Werkzeug in der Zusammenarbeit mit Menschen. Daher gilt diese als entscheidender Erfolgsindikator bei Führungskräften. Neben der Analyse der eigenen Kommunikationsstärken und -schwächen lernen Sie in diesem Seminar mit aufreibenden Situationen im turbulenten Arbeitsalltag stressfrei umzugehen. Darüber hinaus konzentrieren wir uns darauf, dass Sie Informationen, Gedanken und Anforderungen an Mitarbeiter zielgerichtet und wertschätzend kommunizieren. Das führt dazu, dass Sie in Zukunft Ihre Kommunikation gewinnbringend zu Ihrem und zum Wohle des Unternehmens einsetzen können.

#### Zielgruppe:

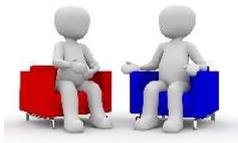
Das Seminar richtet sich an Führungskräfte.

#### Seminardauer:

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr

#### Teilnehmerzahl:

bis 12 Teilnehmer



#### Inhalte:

Förderung des gezielten Dialogs im Unternehmen:

- Individuelle Analyse von Stärken und Schwächen im Umgang mit Mitarbeitern
- Unterschiedliche Persönlichkeiten und Verhaltensweisen erkennen
- Die Beziehung zwischen Führungskraft und Mitarbeiter
- Wertschätzender Umgang und wertschätzende Kommunikation als Erfolgsfaktoren im täglichen Miteinander
- Lob und Feedbackregeln
- Konstruktiv Kritik üben

#### Methoden:

Referat, Reflexion, Feedback, Moderation, praktische Übungen



## **Führungskompetenz: In der Generationenvielfalt Mitarbeitende fordern und fördern**

Auf dem Arbeitsmarkt sind aktuell vier Generationen beschäftigt. Immer wieder zeigt sich, nicht zuletzt aufgrund divergierender Vorstellungen und Einstellungen, Konfliktpotential. Doch stellen verschiedene Generationen nicht auch Chancen zur Weiterentwicklung dar? Mitarbeitende, die einer anderen Generation als der eigenen angehören, müssen nicht als "schwierig" gelten, sondern können als Potential für die Zukunft gesehen werden. Dabei kommt der Führungskraft eine besondere Bedeutung zu.

Die Veranstaltung setzt Impulse für eine generationenorientierte Führung und zeigt Handlungsmöglichkeiten für eine gewinnbringende Zusammenarbeit auf.

### **Zielgruppe:**

Diese Fortbildung richtet sich an (Nachwuchs-)Führungskräfte.

### **Seminardauer:**

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr

### **Teilnehmerzahl:**

bis 12 Teilnehmer

### **Inhalte:**

- Generationenübergreifendes Arbeiten – „Worauf sollte ich als Führungskraft achten?“
- Generationstypisches Kommunikationsmodell – „Wie erreiche ich meine Mitarbeitenden?“
- Generationsorientierte Weiterentwicklung / Mentoring – „Fordern und fördern“
- Mehr-Generationen-Management

### **Methoden:**

Referat, Reflexion, Feedback, Moderation, praktische Übungen



## **Führungskompetenz: Gesundes Führen – für höhere Motivation und bessere Arbeitsfähigkeit**

Der Arbeitsalltag im Gesundheits- und Sozialwesen gestaltet sich zunehmend komplexer – sowohl für die Führungskraft als auch für ihr Team. Umso wichtiger ist es für Führungskräfte, den Zusammenhang zwischen Führung, der eigenen Gesundheit und der Gesundheit der Mitarbeiter zu erkennen und zu verstehen. Mit diesem Wissen stärken Sie nachhaltig das Wohlbefinden in Ihrem Team, mit dem Ergebnis, dass durch höhere Motivation und bessere Arbeitsfähigkeit Produktivität sowie Effizienz zunehmen.

### **Zielgruppe:**

Das Seminar richtet sich an Führungskräfte.

### **Seminardauer:**

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr

### **Teilnehmerzahl:**

bis 12 Teilnehmer



### **Inhalte:**

- Zusammenhang von Führungsverhalten und der Mitarbeitergesundheit
- Das eigene Wohlbefinden als Basis gesundheitsgerechter Führung
- Stressbewältigung und Ressourcenaufbau
- Die Bedeutung von wertschätzendem Umgang und wertschätzender Kommunikation
- Transparenz und Offenheit
- Eigene Ansätze für gesundes Führen entwickeln

### **Methoden:**

Referat, Reflexion, Feedback, Moderation, praktische Übungen



## **Führungskompetenz „Nicht geschimpft ist Lob genug!“ Wertschätzung, eine Anleitung für Führungskräfte**

Sie wissen um die Kraft der Wertschätzung in der Zusammenarbeit mit Ihren Mitarbeitern? Sie respektieren Ihre Mitarbeiter und loben Sie vielleicht auch häufig? Trotzdem haben Sie das Gefühl, dass Ihre Anerkennung nicht immer oder nicht richtig ankommt? Oder, dass die Wahrnehmung Ihrer Mitarbeiter eine andere zu sein scheint?

Dieses Seminar zeigt Ihnen die Schlüsselfaktoren wertschätzender Führung auf. Sie lernen, wie jeder Mitarbeiter Wertschätzung auf unterschiedliche Art und Weise erlebt, und wie Sie erkennen, welche Ansprache in welcher Situation die richtige ist. Erfahren Sie mehr über die Wünsche und Bedürfnisse Ihrer Mitarbeiter, und wie Sie echte Anerkennung als Motivationsfaktor nutzen können. Das Seminar sensibilisiert darüber hinaus, Wertschätzungshindernisse aufzuspüren und vermittelt viele praktische Werkzeuge, um diese zu lösen.

### **Zielgruppe:**

Das Seminar richtet sich an (Nachwuchs-) Führungskräfte.

### **Seminardauer:**

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr

### **Teilnehmerzahl:**

bis 12 Teilnehmer



### **Inhalte:**

- Wertschätzung im Arbeitsalltag
- „Nicht geschimpft ist Lob genug“ – was ist eine wertschätzende Haltung?
- Anerkennung von Wertschätzung als Gesundheits- und Produktivitätsfaktor
- Wertschätzung & Mitarbeitermotivation
- Erfolgsfaktoren für die Weiterentwicklung der Mitarbeiter
- Die richtigen Worte finden – auch Kritik wertschätzend äußern

### **Methoden:**

Theoretische Grundlagen, moderierte Gesprächsführung, Reflexion, Analyse/Feedback



## **Führungskompetenz: Mitarbeiter erfolgreich motivieren**

Der ökonomische Erfolg eines Unternehmens steht und fällt mit dem Grad der Mitarbeitermotivation. Nur mit engagierten und zufriedenen Mitarbeitern erreichen Sie Ihre gesteckten Ziele. Guter Wille reicht aber in den meisten Fällen nicht aus, um Mitarbeiter zu motivieren. Erfahren Sie in diesem Seminar, wie Sie die Ressourcen Ihres Personals erkennen, gezielt fördern und motivationsgerecht gestalten.

### **Zielgruppe:**

Das Seminar richtet sich an (Nachwuchs-) Führungspersonal aller Abteilungen.

### **Seminardauer:**

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr

### **Teilnehmerzahl:**

bis 12 Teilnehmer



### **Inhalte:**

- Was ist Motivation?
- Motivation und Demotivation
- Führungsstile und ihre Auswirkung auf die Motivation
- Soziale/Emotionale Kompetenz
- Persönlichkeiten und Bedürfnisse erkennen
- Erfolgsfaktor Eigenmotivation
- Wertschätzende Kommunikation

### **Methoden:**

Referat, Reflexion, Feedback, praktische Übungen



## **Führungskompetenz: Konfliktmanagement in Teams (2 Tage)**

Dort wo viele Menschen unter Zeitdruck miteinander arbeiten, können schnell Konflikte entstehen. In der Teamzusammenarbeit werden Konflikte oftmals zu spät oder nicht allumfassend erkannt. Selbst wenn sie identifiziert werden, können sie oft nicht effizient gelöst werden. Je selbstverständlicher Führungskräfte mit Konflikten umgehen, desto konstruktiver und zufriedenstellender wird die Konfliktlösung sein. Diese praxisorientierte Veranstaltung richtet sich an Führungskräfte, die ihre Konfliktkompetenz im Umgang mit ihrem Team erweitern möchten und sich ein solides Repertoire an Interventionen und Techniken aneignen wollen.

### **Zielgruppe:**

Das Seminar richtet sich an Führungspersonal aller Abteilungen.

### **Seminardauer:**

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr

### **Teilnehmerzahl:**

bis 12 Teilnehmer

### **Inhalte:**

- Konflikttypen: Persönliches Konfliktverhalten reflektieren
- Eskalationsdynamiken von Konfliktsituationen in Teams erkennen und intervenieren
- Konfliktvermeidung in interkulturellen Teams
- Produktiver Umgang mit Widerstand und Kritik
- Erstellen von Teamdiagnosen
- Kritisches Feedback geben
- Konfliktmoderation und Gestaltung von Teammeetings
- Lösungsfokussierte Gesprächsführung und Fragetechniken
- Arbeit an eigenen Praxisfällen:
- Kreative Übungen und Methoden zur Konfliktlösung in und mit Teams

### **Methoden:**

Einsatz verschiedener Medien, Kleingruppenarbeit, lösungsfokussierte Ansätze



## **Führungskompetenz: Vom Kollegen zum Vorgesetzten / Von der Kollegin zur Vorgesetzten (2 Tage)**

Der Wechsel vom Mitarbeiter zum Vorgesetzten ist mit einer Reihe neuer Herausforderungen verbunden. Als Vorgesetzter wird plötzlich ein anderes Verhalten gegenüber Mitarbeitern und Kollegen notwendig. Aber was macht eine gute und erfolgreiche Führungskraft aus? Was sollten Sie unbedingt tun, beziehungsweise was vermeiden? In diesem Workshop erfahren Sie, wie Sie den Rollenwechsel bewusst umsetzen und erhalten Orientierungshilfen für die Entwicklung Ihrer Führungsqualitäten.

### **Zielgruppe:**

Das Seminar richtet sich an Nachwuchsführungskräfte, die gerade ihre neue Aufgabe übernommen haben oder sich darauf vorbereiten.

### **Seminardauer:**

2 Tage, z. B. jeweils 09.00 – 16.00 Uhr

### **Teilnehmerzahl:**

bis 12 Teilnehmer



### **Inhalte:**

- Klärung der neuen Führungsrolle – den eigenen Führungsstil entwickeln
- Selbst- und Fremdrelexion: Wie sehe ich mich als Führungskraft, wie sehen mich andere?
- Wie setze ich meine Stärken gezielt ein, wie gehe ich erfolgreich mit meinen Schwächen um?
- Positionierung in der neuen Rolle als Führungskraft
- Kommunikation mit Mitarbeitern und im Team
- Lob und Kritik – Feedback-Regeln
- Do's and Don'ts

### **Methoden:**

Referat, Positions- und Meinungsbarometer, Reflexion, Feedback, praktische Übungen



## **Führungskompetenz: Einführung in die Kollegiale Beratung**

Die Kollegiale Beratung ist eine strukturierte Methode mit verschiedenen Prozessschritten und vorgegebenen Kommunikationsregeln. Ziel ist es, berufsbezogene Problemstellungen und Reflexionsprozesse im Team, also ohne externen Moderator, professionell zu lösen bzw. zu betrachten. Bei der Kollegialen Beratung nehmen die Teilnehmenden definierte Rollen ein, um eine spezifische Handlungssituation mit einer verbundenen individuellen beruflichen Fragestellung eigenständig in der Gruppe zu beleuchten und Lösungswege zu finden.

Neben der Reflexion des eigenen Führungs- und Arbeitsstils erhalten die Teilnehmenden neue Impulse bzw. Sicht- und Verhaltensweisen für die Bewältigung aktueller Problemstellungen.

### **Zielgruppe:**

Teamleitungen, Projektleitungen, Führungskräfte

### **Seminardauer:**

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr

### **Teilnehmerzahl:**

bis 12 Teilnehmer



### **Inhalte:**

- Was ist Kollegiale Beratung?
- Ablauf der Kollegialen Beratung
- Methoden der Kollegialen Beratung
- Moderation einer Kollegialen Beratung

### **Methoden:**

Referat, Reflexion, Feedback, praktische Übungen



## **Führungskompetenz: Moderationstechniken / Leitung von Teamsitzungen (2 Tage)**

Führen Sie Besprechungen zielsicher und effizient durch! Lernen Sie, Ihre Moderationsfähigkeiten weiter auszubauen und im Zusammenspiel mit wirksamen Techniken Lösungsprozesse entscheidend voranzubringen.

Die Ziele dieses Seminars sind:

- Die TeilnehmerInnen kennen die Definition von Moderation und deren Einsatzmöglichkeiten.
- Die Moderationsphasen und exemplarische Instrumente der Moderation sind den Teilnehmenden bekannt und wurden von ihnen in praktischen Übungen erprobt.
- Die Rolle des Moderators – im Unterschied zur Gesprächsleitung – sowie die Zusammenarbeit mit einem/einer Co-Moderator/-in sind bekannt und erprobt.
- Maßnahmen bei Schwierigkeiten im Rahmen der Moderation/der Gesprächsleitung wurden erläutert.

### **Zielgruppe:**

Diese Fortbildung richtet sich an (Nachwuchs-)Führungskräfte aus allen Bereichen .

### **Seminardauer:**

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr

### **Teilnehmerzahl:**

bis 12 Teilnehmer

### **Inhalte:**

- Definition Moderation
- Einsatzfelder der Moderation
- Moderationstechniken
- Moderationsphasen
- Selbstverständnis und Rolle des Moderators/ der Gesprächsführung
- Schwierigkeiten, was tun?
- Strukturen für die Gesprächsleitung von Teamsitzungen

### **Methoden:**

Theoretische Einheiten, Einzelarbeit, praktische Übungen



## **Führungskompetenz: Mitarbeitergespräche erfolgreich führen**

In diesem Seminar lernen die Teilnehmer, wie sie sich optimal und zielgerichtet auf ein Mitarbeitergespräch vorbereiten und dieses erfolgreich durchführen. Es wird vermittelt, wie die Kommunikation zwischen Mitarbeitern und Vorgesetzten verbessert werden kann und Missverständnisse vermieden werden können. Weiterhin werden die Möglichkeiten der Mitarbeiterbeurteilung und das Festlegen und Formulieren von Zielen besprochen.

### **Zielgruppe:**

Das Seminar richtet sich an (Nachwuchs-) Führungskräfte.

### **Seminardauer:**

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr

### **Teilnehmerzahl:**

bis 12 Teilnehmer



### **Inhalte:**

- Verschiedene Gesprächsanlässe und ihre Ziele
- Vorbereitung auf ein Mitarbeitergespräch
- Regeln für ein Mitarbeitergespräch
- Die Wirkung von Ich/Du-Botschaften
- Sach- und Beziehungsebene
- Gesprächstechniken
- Tabus: Was Sie auf keinen Fall tun sollten
- Beurteilung von Mitarbeitern (Lob und Kritik)
- Zielvereinbarungen und Maßnahmenplan

### **Methoden:**

Theoretische Grundlagen, moderierte Gesprächsführung, Reflexion, Analyse/Feedback



## **Führungskompetenz: Spannungsfeld Pflegequalität – als Führungskraft mit zunehmender Arbeitslast im Pflegealltag umgehen**

Schlechte oder nicht erbrachte Pflegeleistung – in den Medien sehr präsent, in der Praxis gibt es scheinbar noch immer kaum bewussten Umgang mit der Problematik. In der Folge bleiben Pflegekräfte mit diesem in der Pflegeforschung als „missed nursing care“ bezeichneten Phänomen allein. Unerledigte Arbeiten mit den einhergehenden Schuldgefühlen bleiben ein Problem des Einzelnen, eine offene Kommunikation im Team über nicht erbrachte Leistungen findet häufig nicht statt. Angesichts der zunehmenden Arbeitslast sehen sich Führungskräfte in der Pflege vor der Herausforderung, ein klares professionelles Selbstverständnis beizubehalten, offen und lösungsorientiert im Team zu kommunizieren und Prioritäten im Handeln bewusst und begründet zu setzen, um so die Prozesse und Abläufe der Einrichtung zu optimieren.

### **Zielgruppe:**

Führungskräfte im pflegerischen Bereich

### **Seminardauer:**

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr

### **Teilnehmerzahl:**

bis 12 Personen



### **Inhalte:**

- Ausmaße unterlassener Pflegeleistung
- Wer ist schuld an unterlassener Pflegeleistung?
- Coolout in der Pflege: Reaktionsmuster erkennen
- Welche Bedeutung spielt das eigene professionelle Selbstverständnis?
- Unterlassene Pflegeleistung – wie sprechen wir im Team darüber?
- Qualität sichern und weiterentwickeln
- Prozesse und Abläufe der Pflege optimieren
- Reflektiert und begründet Prioritäten im Pflegehandeln setzen

### **Methoden:**

Theoretische Grundlagen, Reflexion, Gruppen- und Einzelarbeit, praktische Übungen



## Praktische Stressbewältigung im Führungskräftealltag

Gerade Führungskräfte in Gesundheits- und Sozialberufen sehen sich täglich vor neue Herausforderungen gestellt: Der hohe Zeit- und Leistungsdruck sollte weder die eigene Stimmung noch die Führung der Mitarbeiter beeinflussen. Im stressigen Arbeitsalltag ist das jedoch häufig unmöglich. Und das möchten wir ändern! Unser Seminar stattet Sie mit viel Grundlagenwissen rund um Stressbewältigung aus. Das hat zur Folge, dass Sie reflektierter und souveräner eigene Stressmomente und die Ihrer Mitarbeiter reflektieren und meistern können.

Das Ziel des Workshops ist es, dass die Teilnehmer ihre individuellen Stressmuster erkennen und ihren persönlichen „Werkzeugkoffer“ für den Umgang mit Stress zusammenstellen können.

### Zielgruppe:

Das Seminar richtet sich an Führungskräfte.

### Seminardauer:

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr

### Teilnehmerzahl:

bis 12 Teilnehmer



### Inhalte:

- Was stresst mich eigentlich?
- Analyse der individuellen Belastungen und Stressauslöser
- Was macht chronischer Stress mit mir, und welchen Einfluss hat er auf meine Leistungsfähigkeit?
- Stress oder Burnout?
- Einstellungen und Werte: Führungsverhalten in Bezug auf meine Gesundheit und die meiner Mitarbeiter
- Distanz gewinnen: Gelassenheit und Achtsamkeit lernen
- Körperliche und mentale Entspannungsübungen anwenden

### Methoden:

Theoretische Grundlagen, praktische Übungen, Einzelübungen, Gruppenarbeit, Reflexion, Analyse/Feedback



## Fachthemen

### Expertenstandards in der Pflege

Die nationalen Expertenstandards haben in der letzten Zeit zahlreiche Änderungen und Neuerungen erfahren. Wir möchten Sie und Ihre Mitarbeiter an diesem Fortbildungstag auf den aktuellen Stand bringen. Ziel ist es, die Kompetenzen der Pflegekräfte zu verbessern und so eine optimale Versorgungsqualität zu leisten.

#### Zielgruppe:

Das Seminar richtet sich an MitarbeiterInnen in der Pflege.

#### Seminardauer:

Tagesveranstaltung, z. B. 09.00 – 16.00 Uhr

#### Teilnehmerzahl:

bis 14 Teilnehmer



#### Inhalte:

Kombinieren Sie pro Seminartag zwei der folgenden Expertenstandards:

- Förderung der Mundgesundheit in der Pflege
- Dekubitusprophylaxe
- Pflege von Menschen mit chronischen Wunden
- Entlassungsmanagement
- Schmerzmanagement in der Pflege
- Sturzprophylaxe
- Förderung der Harnkontinenz
- Erhaltung und Förderung der Mobilität (aktueller Stand)
- Beziehungsgestaltung in der Pflege von Menschen mit Demenz (Tagesveranstaltung)

#### Methoden:

u. a. theoretische Grundlagen, Referat, Reflexion



## Über [go] connecting

Wir sind erfahrener Anbieter von Seminaren/Trainings/Workshops und haben uns auf den Gesundheitsbereich spezialisiert. Ob Institution, Unternehmen, Krankenhaus oder Altenpflegeeinrichtung – dank unserer qualifizierten Dozenten sind wir thematisch breit aufgestellt und können nahezu jeden Kundenwunsch erfüllen. Mit unseren Fortbildungen vermitteln wir nachhaltiges Know-how in den Bereichen Kommunikation, Teamarbeit, Gesundheitsmanagement und Führung sowie zu ausgewählten Fachthemen.

Wir entwickeln individuelle Schulungskonzepte und unterstützen bei der Planung und Durchführung von Fortbildungsprogrammen.

Ein weiterer Schwerpunkt unserer Arbeit liegt in der Beratung und Begleitung von Mitarbeitern und Teams bei neuen oder sich ändernden Arbeitsabläufen, z. B. Umstrukturierungen.

## Darüber hinaus ...

... unterstützen wir medizinische Einrichtungen und Unternehmen bei der Positionierung ihres Angebotes im Gesundheitsmarkt. Dazu gehört die strategische Beratung ebenso wie die Umsetzung von Marketing- und Kommunikationsmaßnahmen wie zum Beispiel Homepage, Broschüre und Imagefilm.

**Sprechen Sie uns gerne an!**

**Tel: 0611. 7244441**

**seminare@go-connecting.de**



### \*Hinweis:

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird bei Personenbezeichnungen und personenbezogenen Hauptwörtern i.d.R. die männliche Form verwendet. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung grundsätzlich für alle Geschlechter. Die verkürzte Sprachform hat lediglich redaktionelle Gründe.