

## Woraus schöpfen wir unsere Kraft?



Weiterbildung am Mittwoch, 26. März 2025, 9.15 – 16.15 (vorab Begrüssungskaffee)

**Kirchgemeindehaus Paulus, Freiestrasse 20, 3012 Bern**

Die Arbeit im sozialen Bereich ist anspruchsvoll und erfordert ein grosses Engagement, Idealismus und Verbindlichkeit. Sie ist sinnstiftend, kann aber auch mit emotionaler Belastung und Stress verbunden sein. Anforderungen an die Mitarbeiter\*innen steigen aufgrund von Personalmangel, wachsenden Herausforderungen und Aufgaben.

Es lässt sich eine Zunahme der Empfindlichkeit sowohl im zwischenmenschlichen Bereich als auch im Umgang mit äusseren Einflüssen beobachten, was mit einer Abnahme der Belastbarkeit einhergehen kann.

Worin liegen Quellen, um die eigenen physischen und emotionalen Ressourcen zu stärken? Gute Arbeitsbedingungen, der Erhalt und die Förderung von Gesundheit und Resilienz der Mitarbeitenden und der begleiteten Menschen sind für jeden Einzelnen, aber auch für den gesamten Organismus einer Institution oder Organisation von grosser Bedeutung. Sie wirken sich auf die Zufriedenheit aller Beteiligten und auf die Qualität der Arbeit aus. Für die Institutions- und Bereichsleitungen sowie die Personalverantwortlichen wird die Unterstützung und Stärkung der Mitarbeitenden zu einer immer wichtigeren Aufgabe.

### Dozent

Walter Dahlhaus, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Heilpädagoge, Dozent an verschiedenen Ausbildungsstätten, Freiburg im Breisgau.

### Zielsetzungen

Im Rahmen der Fortbildung soll der Frage nachgegangen werden, welche Ursachen der Erschöpfung zugrunde liegen und welche Möglichkeiten es gibt, damit umzugehen.

Was gibt uns die Kraft, den Alltag zu meistern?

Aktuelle wissenschaftliche Ansätze, wie auch die Verstehens- und Unterstützungsmöglichkeiten der anthroposophischen Menschenkunde, werden in die Betrachtung mit einbezogen.

### Zielgruppe

Die Weiterbildung richtet sich an Personalverantwortliche, Einrichtungs- und Bereichsleitungen sowie Mitarbeitende von heilpädagogischen Einrichtungen und Institutionen für Menschen mit psychischen und/oder kognitiven Behinderungen.

### Ort

Kirchgemeinde Paulus, Freiestrasse 20, 3012 Bern. 12 Minuten zu Fuss von der «Welle 7» des Bahnhof Bern. ÖV insgesamt 7 Minuten: Bus Nr. 20 von Schanzenstrasse bei «Welle»

Bahnhof Bern in Richtung Länggasse bis Haltestelle Mittelstrasse, dann 3 Minuten zu Fuss bis zur Freiestrasse 20.

### **Kosten inklusive Pausenverpflegung**

Einzelmitglieder Anthrosocial	Fr. 150.-
Ich arbeite für eine Mitgliederinstitution von Anthrosocial	Fr. 150.-
Nichtmitglieder	Fr. 190.-

### **Mittagessen**

Sie haben die Möglichkeit, sich zu einem gemeinsamen Mittagessen im inklusiven Restaurant [Provisorium46](#), nahe des Kurslokales anzumelden. Das Menü, inklusive Getränk und Kaffee, kostet Fr. 35.-.

### **Programm**

09.00 – 09.30	Begrüssungskaffee
09.30 – 09.45	Begrüssung/Organisatorisches
09.45 – 10.30	Referat Walter Dahlhaus
10.30 – 10.45	Fragen, Austausch
10.45 – 11.15	Pause
11.15 – 12.00	Referat Walter Dahlhaus
12.00 – 12.15	Fragen, Austausch
12.15 – 13.30	Mittagspause
13.30 – 14.45	Arbeit in Gruppen
14.45 – 15.00	Kurze Pause
15.00 – 15.45	Referat Walter Dahlhaus
15.45 – 16.15	Plenum (Fragen, Austausch). Abschluss

### **Anmeldung**

Die Anmeldung erfolgt über die [Website](http://www.anthrosocial.ch) [www.anthrosocial.ch](http://www.anthrosocial.ch) (unter Termine und Veranstaltungen).

Nach Eingang der Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung per Mail.

Ist die Mindestanzahl an TeilnehmerInnen nicht erreicht, wird der Kurs abgesagt und die angemeldeten Personen werden informiert.



QR – Code zur Anmeldung

### **Annulationsbedingungen**

Bis 2 Wochen vor der Weiterbildung wird eine Abmeldung kostenlos entgegengenommen. Bei späterer Abmeldung ist die ganze Tagungsgebühr fällig. Wird eine Ersatzperson bekanntgegeben, entstehen keine Kosten.