

Diakonisches Werk Bayern
Diakonie.Kolleg.
Postfach 12 03 20
90332 Nürnberg

Teilnahmekosten

Teilnahmegebühr für Mitarbeitende in evang. Kirche und Diakonie in Bayern: 255 €

Teilnahmegebühr für andere Interessierte: 435 €
inkl. Material zzgl. Unterkunft/Verpflegung ca. 200 €

>>> Wir bitten um Angabe Ihrer Privatadresse, da Ihre Rechnung über Verpflegung/Getränke und evtl. Unterkunft vom Tagungshaus auf Sie persönlich ausgestellt wird (ggf. zur Einreichung bei Ihrer Dienststelle).

Seminarzeiten:

Dienstag, 08.09.2020 von 10:00 bis 18:00 Uhr

Mittwoch, 09.09.2020 von 09:00 bis 18:00 Uhr

Donnerstag, 10.09.2020 von 09:00 bis 15:00 Uhr

Ankunftskaffee am Anreisetag ab 09:30 Uhr, Abreise ab 15:15 Uhr

Tagungsstätte:

RPZ Religionspädagogisches Zentrum

Abteigasse 7

91556 Heilsbronn

Tel 09872 509 145

www.rpz-heilsbronn.de

Information:

Christine Ursel

Fortbildungsreferentin

0911 9354 414

ursel@diakonie-bayern.de

Organisation:

Eva Ortwein

Sachbearbeitung

0911 9354 412

ortwein@diakonie-bayern.de

Photo von Casey Horner auf Unsplash

Diakonisches Werk Bayern
Diakonie.Kolleg.
Pirckheimerstraße 6
90408 Nürnberg
Tel. 0911 93 54-411
www.diakonie-bayern.de
www.diakoniekolleg.de



Alles im grünen Bereich!

Mit Selbst-Coaching-Methoden mir selbst gut zur Seite stehen

Dienstag, 08.09.2020
- Donnerstag, 10.09.2020
Heilsbronn

Diakonie.Kolleg.

Ihr diakonisches Kompetenznetzwerk für Bildung & Beratung

Situation:

Die Herausforderungen in Beruf und Privatleben sind heutzutage vielfältiger Art: Selbstmotivation, Organisation, eigene Ziele verfolgen, gute Ideen entwickeln, Leistung erbringen, Selbstsorge betreiben...

Da fühlt Mensch sich oftmals nicht im grünen Bereich und ein begleitender Coach steht nicht immer zur Verfügung. Gerade deshalb ist es äußerst hilfreich, sich mit Coaching-Methoden selbst gut zur Seite stehen zu können.

Wie wäre es also mit der Haltung: Das lerne ich kennen. oder Mein vorhandenes Wissen frische ich auf, Neues nehme ich mit hinzu. Für mich Passendes wende ich danach für mich selber an. So stehe ich mir selbst gut zur Seite.

Inhalt:

- Impulse und Übungen aus den Bereichen: Selbst-Coaching, Zeit- und Selbstmanagement, Motivationspsychologie, Resilienz und Selbstsorge
- Verknüpfung mit der Alltagspraxis und Tipps zum Dranbleiben
- Die zentrale Lage des Seminarhauses mit nächtlichem Blick auf das beleuchtete Heilsbronner Münster und die auf vielfältigen Wunsch nun dreitägige Dauer bilden einen guten Rahmen.
- Als Coach in eigener Sache selbstwirksam und beschwingt nach Hause gehen

Nutzen:

Sie lernen praxiserprobte Strategien, Methoden und Impulse aus dem Selbst-Coaching kennen.

Sie entdecken und üben, wie es für Sie gelingen kann, im grünen Bereich zu sein: für sich selbst typentsprechend gut zu planen, Unangenehmes anzupacken, Zeit für sich selbst und für Wesentliches im Leben zu finden sowie Freude und Lachen zu leben.

Vieles ist sofort anwendbar oder lässt sich als Handwerkszeug ins weitere Leben mitnehmen.

Methoden:

Einzelarbeit (geschützt mit persönlichen Arbeitsblättern)

Arbeit zu zweit, in Kleingruppen und im Plenum

Verschiedene inhaltliche Zugangsformen, Übungen, Reflexion.

Zur Unterstützung: Im Nachgang Selbstcoaching-e-mail.

Zielgruppe:

Mitarbeitende aus allen Arbeitsfeldern von Diakonie und Kirche; Interessierte

Teilnehmer*innen:

maximal 12 Personen

Referentin:**Christine Gesell**

M.A. Soziale Arbeit und Lebenslauf, Kommunikationstrainerin und Coach (zert.), Reflexiv-pädagogische Biografiearbeit (zert.), Ansbach

Anmeldung 2020-13 vom 08.09. - 10.09.20

Alles im grünen Bereich!

Online-Anmeldung: www.diakoniekolleg.de

Name Vorname

Funktion

Dienststelle/Einrichtung/Rechtsträger

Straße

PLZ, Ort

Telefon Fax

E-Mail

E-Mail (privat)

Rechnung an:

☐ Dienststelle

☐ Privatadresse

☐ Es gelten die AGB des Diakonie.Kolleg. Bayern:
www.diakoniekolleg.de/agb

(Datum, Unterschrift, Stempel)

Privatadresse für Rechnung: