

Sobi

Sozialpädagogisches Bildungswerk Münster
Achtermannstraße 10–12 · 48143 Münster
Telefon 02 51 / 51 11 77 · Fax 02 51 / 4 82 81 88 · Mail info@sobi-muenster.de
www.sobi-muenster.de

Bildungsurlaub:

Einführung in die Personzentrierte Beratung

Zielgruppe:

Menschen in beratenden, (sozial-)pädagogischen, sozialarbeiterischen und psychologischen Berufen und andere Interessierte

Lerninhalte und Lernziele:

Carl Rogers hat sich grundsätzlich mit der Frage beschäftigt, was die konstruktive (Weiter-)Entwicklung von Menschen fördert. Eine Frage, die sich auch heute noch in vielen pädagogischen, therapeutischen und auch betrieblichen Kontexten stellt. Seine Antwort: Eine Haltung, die von Empathie, Akzeptanz und Echtheit geprägt ist; Begegnung auf Augenhöhe und eine hohe Bedeutung der (professionellen) Beziehung. Gerade die Begriffe „Empathie“ und „Akzeptanz“ sind heutzutage in aller Munde und scheinen eigentlich selbstverständlich. Aber ist dem auch so? Was bedeutet es, wenn wir versuchen, unser Gegenüber wirklich zu verstehen und wirklich zu akzeptieren?

Während dieser intensiven Woche lernst du, Gespräche empathisch(er) und respektvoll(er) zu führen und eine vertrauensvolle Beziehung zu deinem Gegenüber aufzubauen. Dabei arbeiten wir mit einer Mischung aus Theorieinput, praktischen Übungen, Selbsterfahrung und Gruppenarbeiten. Mit vielen neuen Ideen und Fähigkeiten kannst du anschließend in deinen (Berufs-)Alltag starten und die Grundsätze der personzentrierten Gesprächsführung direkt in deinem beruflichen oder privaten Umfeld anwenden.

Die wichtigsten Themen im Überblick:

- Grundlagen des Personzentrierten Menschenbildes
- Aktives Zuhören & empathische Gesprächsführung
- Akzeptanz und Wertschätzung als entwicklungsfördernde Elemente
- Nähe & Distanz: Echtheit in (helfenden) Beziehungen
- Gefühle & Bedürfnisse wahrnehmen und konstruktiv einbeziehen
- Selbstreflexion und -fürsorge

Der Bildungsurlaub entspricht den Qualitätsstandards "Einführung in den Personzentrierten Ansatz" der Gesellschaft für Personzentrierte Psychotherapie und Beratung e.V. (GwG). Eine Anrechnung für die GwG-zertifizierten Weiterbildungskurse, z.B. „Personzentrierte Gesprächsführung/Beratung“, ist grundsätzlich möglich. Eine Entscheidung obliegt den jeweiligen Kursleitenden.

Kursleiterin:

Ellen Prange, Soziale Arbeit M.A., Erziehungswissenschaften B.A., Weiterbildungsleiterin der Gesellschaft für Personzentrierte Psychotherapie und Beratung e.V. (GwG), Personzentrierte Beraterin (GwG/ DGfB).

Ich bin begeisterte Beraterin, Lernende und Lehrende mit großer Freude an kreativen & erlebnisbezogenen Methoden und Begegnungen auf Augenhöhe. www.ellen-prange.de

Die Bildungsveranstaltung ist in NRW nach §9 des Gesetzes zur Freistellung von ArbeitnehmerInnen zum Zwecke der beruflichen und politischen Weiterbildung -Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG)- anerkannt.

Konzept:

Termin + Unterrichtsstunden: _____ - 50 Ustd

Zeiten: Mo bis Fr 09.00 - 18.00h

MONTAG:

09:00 – 10:30 Uhr:	Begrüßung und Kennenlernen
10:30 – 10:45 Uhr:	Pause
10:45 – 11:30 Uhr:	Erwartungen, Zusammenarbeit & Ablauf des Seminars
11:30 – 12:15 Uhr:	Meine bisherige Gesprächsführung/-praxis <ul style="list-style-type: none">· Interaktive Reflexion & Erfahrungsaustausch
12:15 – 12:45 Uhr:	Individuelle Wirklichkeitskonstruktion: Subjektivität <ul style="list-style-type: none">· Übung in Kleingruppen
12:45 – 13:30 Uhr:	Der Personzentrierte Ansatz nach Carl Rogers <ul style="list-style-type: none">· Grundlegende Annahmen verstehen
13:30 – 14:30 Uhr:	Mittagspause
14:30 – 15:30 Uhr:	Grundlagen der Kommunikation <ul style="list-style-type: none">· Übungen im 2er-Setting· Erfahrungsaustausch & Reflexion im Plenum
15:30 – 16:00 Uhr:	Handlungsgrundlagen professioneller Beziehungsgestaltung I <ul style="list-style-type: none">· Gesprächsübung im 2er-Setting
16:00 – 16:15 Uhr:	Pause
16:15 – 17:00 Uhr:	Handlungsgrundlagen professioneller Beziehungsgestaltung II <ul style="list-style-type: none">· Austausch über die Ergebnisse im Plenum
17:00 – 17:30 Uhr:	Persönlicher Tagesabschluss
17:30 – 18:00 Uhr:	Raum für Austausch und Fragen & Check-Out

DIENSTAG

09:00 – 09:30 Uhr:	Begrüßung & Einstiegsrunde
09:30 – 10:30 Uhr:	Demonstration eines (Beratungs-)Gesprächs <ul style="list-style-type: none">· Auswertung & Reflexion im Plenum
10:30 – 10:45 Uhr:	Pause
10:45 – 12:15 Uhr:	Die drei Basisvariablen: Akzeptanz, Empathie & Kongruenz
12:15 – 13:15 Uhr:	Akzeptanz <ul style="list-style-type: none">· Übungen & Erfahrungsaustausch
13:15 – 14:15 Uhr:	Mittagspause
14:15 – 14:30 Uhr:	Aktivierungsübung
14:30 – 15:30 Uhr:	Akzeptanz: Wann fällt es mir schwer? <ul style="list-style-type: none">· Selbstreflexion
15:30 – 15:45 Uhr:	Pause
15:45 – 16:00 Uhr:	„Ich zeig mich dir?!“ <ul style="list-style-type: none">· Erlebensbezogene Selbsterfahrung mit Knete
17:00 – 17:30 Uhr:	Persönlicher Tagesabschluss
17:30 – 18:00 Uhr:	Raum für Austausch und Fragen & Check-Out

MITTWOCH

09:00 – 09:30 Uhr:	Begrüßung & Einstiegsrunde
09:30 – 10:00 Uhr:	Vertiefende Übung zur Einstiegsrunde <ul style="list-style-type: none">· Zuhören und Verstehen im 2'er-Setting
10:00 – 10:30 Uhr:	Empathie <ul style="list-style-type: none">· Übung in Kleingruppen
10:30 – 10:45 Uhr:	Pause
10:45 – 12:15 Uhr:	Verbalisieren emotionaler Erlebnisinhalte <ul style="list-style-type: none">· Input & Übung
12:15 – 13:15 Uhr:	Gespräch üben im 3'er-Setting
13:15 – 14:15 Uhr:	Mittagspause
14:15 – 14:45 Uhr:	„Bei mir sein“ als Berater*in <ul style="list-style-type: none">· Focusing & Austausch
14:45 – 16:00 Uhr:	Kongruenz <ul style="list-style-type: none">· Input, Übung und Austausch
16:00 – 16:15 Uhr:	Pause
16:15 – 17:00 Uhr:	Lehrvideo der GwG
17:00 – 17:30 Uhr:	Persönlicher Tagesabschluss
17:30 – 18:00 Uhr:	Raum für Austausch und Fragen & Check-Out

DONNERSTAG

09:00 – 09:30 Uhr:	Begrüßung & Einstiegsrunde
09:30 – 10:30 Uhr:	Inkongruenz & Selbstkonzept
10:30 – 10:45 Uhr:	Pause
10:45 – 13:00 Uhr:	Gefühle – Mich selbst und andere besser verstehen <ul style="list-style-type: none">· Selbsterfahrung & Austausch
13:00 – 14:00 Uhr:	Mittagspause
14:00 – 14:30 Uhr:	Das Selbst in der Beratung <ul style="list-style-type: none">· Textbasierte Selbstreflexion
14:30 – 16:00 Uhr:	Gespräche üben
16:00 – 16:15 Uhr:	Pause
16:15 – 17:30 Uhr:	Anlässe und Ziele Personenzentrierter Beratung <ul style="list-style-type: none">· Input und Diskussion
17:30 – 18:00 Uhr:	Raum für Austausch und Fragen & Check-Out

FREITAG

09:00 – 09:30 Uhr:	Begrüßung & Einstiegsrunde
09:30 – 10:00 Uhr:	Vertiefende Übung zur Einstiegsrunde <ul style="list-style-type: none">· Gemeinsam schweigen
10:00 – 10:30 Uhr:	Akzeptanz & empathisches Mitschwingen <ul style="list-style-type: none">· Übung & Austausch
10:30 – 10:45 Uhr:	Pause
10:45 – 12:15 Uhr:	Gesprächsphasen <ul style="list-style-type: none">· Input & Reflexion
12:15 – 13:15 Uhr:	„Einen Rahmen geben“ – ganz praktisch
13:15 – 14:15 Uhr:	Mittagspause
14:15 – 15:45 Uhr:	Mit allen Sinnen „hören“ <ul style="list-style-type: none">· Übung
15:45 – 16:00 Uhr:	Pause
16:00 – 17:30 Uhr:	Persönliches Revue & Transfer
17:30 – 18:00 Uhr:	Seminarabschluss