



•Bildung Ohne Barrieren•

Bildungsinstitut für blinde und sehbehinderte Menschen e. V.  
Birkenwaldstr. 17  
77866 Rheinau  
Tel.: 07844-911502  
Fax: 07844-911503

E-Mail: [info@bildung-ohne-barrieren.de](mailto:info@bildung-ohne-barrieren.de)  
Internet: [www.bildung-ohne-barrieren.de](http://www.bildung-ohne-barrieren.de)

## **Seminarausschreibung TriMentor Resilienztraining – Modul 1**

### **Termin:**

Mittwoch, 03. Oktober 2018, Beginn nach dem Abendessen  
bis  
Sonntag, 07. Oktober 2018, Abreise nach dem Frühstück

### **Seminar:**

Resilienztraining – Modul 1

Das TriMentor Resilienztraining „Mit innerer Stärke souverän handeln“ richtet sich an blinde und sehbehinderte im Berufsleben sowie an Schwerbehindertenvertreter und Personalräte.

### **Tagungsstätte:**

Aura-Hotel Saulgrub  
Alte Römerstr. 41 - 43  
82442 Saulgrub  
Tel: 08845 / 99-0

### **Teilnehmerbeitrag:**

990,00 Euro inklusive Unterkunft und Vollpension.  
Zusätzliche Kosten (wie z. B. für Diät oder Führhund) sind in unserem Preis nicht inbegriffen und müssen von den Teilnehmern selbst mit dem Haus abgerechnet werden.

### **Anmeldung:**

ab sofort bei Bildung Ohne Barrieren  
bitte verwenden Sie unser Anmeldeformular im Internet:  
<http://www.bildung-ohne-barrieren.de/angebote/seminaranmeldung.html>  
oder fordern Sie dieses bei uns an.

Der Anmeldeschluss ist der 14.09.2018.

### **Mögliche Kostenträger:**

Diese Fortbildung wird vom Integrationsamt Karlsruhe für schwerbehinderte / gleichgestellte berufstätige Personen anerkannt, die die Inhalte für ihren Beruf

benötigen und durch die Teilnahme an dieser Veranstaltung ihre Eingliederung ins Erwerbsleben sichern und ihre Wettbewerbsfähigkeit dadurch erhalten.

- Die Teilnehmer durchleuchten umfassend ihre Ausgangslage und hinterfragen ihr bisheriges Verhalten im Umgang mit sich selbst, mit anderen und mit alltäglichen Herausforderungen.
- Sie entwickeln Achtsamkeit im Umgang mit ihren Ressourcen, Handlungsspielräumen sowie Quellen der Kraft, und sie erarbeiten eigene Methoden zu deren Stärkung.
- Die Teilnehmer entfalten und stärken ihre ganzheitliche Selbstwahrnehmung auf den Ebenen Körper, Gefühl, Verstand und Seele.
- Darüber hinaus erhalten sie Impulse dafür, wie sie erfolgreiche Muster aufbauen und weiterentwickeln und hinderlichen Gewohnheiten Entfaltungsraum nehmen können.
- Die Teilnehmer erkennen, wie sie innere Stabilität schaffen und gleichzeitig Flexibilität und dynamische Anpassungsfähigkeit entwickeln und leben.
- Sie befassen sich mit speziellen Bewältigungsmodellen aus der Psychotherapie mit Fokus auf Sehbehinderung und Blindheit.

Schwerbehindertenvertreter und Personalräte lernen auch die erworbene Resilienz in ihre Beratung zu integrieren.

Das TriMentor Resilienztraining dient dem Erforschen der eigenen Persönlichkeit, dem Erkennen der eigenen Potenziale und deren bewusster Entfaltung.

Der Trainingsaufbau ist praxisnah. Er enthält viele Elemente, die die Teilnehmer ins eigene Erforschen, Erproben und Handeln bringen.

Im TriMentor Resilienztraining „Mit innerer Stärke souverän handeln“ arbeiten wir mit Methoden aus dem H.B.T. Resilienzkonzept. Wir ergänzen diese mit Steuerungsmodellen und Impulsen aus der systemischen Beratungspraxis des ISB-Wiesloch.

Im Nachgang zum diesem dreimoduligen Seminar erhalten die Teilnehmer ein individuelles, einstündiges Transfercoaching am Telefon zur Festigung und Konkretisierung der Implementation des Erlernten im professionellen Umfeld.

### **Modul 1**

- Themenschwerpunkte: persönliche Kraftquellen und Ressourcen, Widerstandskraft und Flexibilität, Lebensgeschichte, Prägungen, Muster und Glaubenssätze, dynamische Anpassungsfähigkeit, besondere psychotherapeutische Konzepte für den Umgang mit Behinderung

Trainerin Astrid Weidner, Trimentor