



# Krisen-fest und lebens-wendig

## *Ressourcenorientiert*

## *Lebensübergänge begleiten*

Dozent: Dr. Hubert Klingenberg

Unser Privatleben und unsere Berufsbiografien scheinen in zunehmendem Maße von Wenden, Brüchen und Krisen geprägt zu sein. Die Fähigkeit, mit diesen Wendepunkten offensiv und selbst-bewusst umgehen, ja sie gestalten zu können, wird zu einer zentralen biografischen Schlüsselkompetenz. Diese Krisen-Stärke wird vielfach als „Resilienz“ bezeichnet.

Der Blick in unser gelebtes Leben zeigt, welche Fähigkeiten wir in schon vollzogene Lebenswenden eingebracht und welche Stärken wir dabei erworben haben. Die Biografiearbeit hilft, Wissen, Werte und Werkzeuge zu identifizieren, die uns gestärkt in die kommenden Stürme des (Arbeits-) Lebens gehen lassen.

### **Ziele**

- Die TN kennen zentrale Aspekte der Krisenfestigkeit.
- Die TN sind sich ihrer Stärken, Fähigkeiten und Potenziale bewusst, die sie in die Bewältigung von Lebenswenden einbringen können. Sie können diese „Lebensschätze“ in der Begleitung Anderer heben.
- Die TN setzen Methoden und Tools zur Stärkung der Resilienz selbst-bewusst und gezielt ein

### **Nutzen**

- Die Teilnehmenden wissen um die eigenen Stärken und Entwicklungspotenziale ihres persönlichen Bewältigungsstils und sind in der Lage, diesen zu optimieren. Sie können ihre Klienten ressourcenorientiert begleiten und Impulse zur Gestaltung von Lebens-wenden geben.

**Themen**

- Zentrale Aspekte der Resilienz
- Wertschätzende Erkundung durch die Biografie meiner Lebenswenden
- Die Macht der Gewohnheit – die Kunst der Veränderung
- Der Systemdiamant – ein Modell zur Begleitung von Lebenswenden

**Methoden**

Impulse, Inputs, Selbstreflexionen, Übungen, Gruppengespräche

---

**Termin:** Seminar: 29./30.06. (Tag 1: 10-18:00 / Tag 2: 09:00 – 17:00)  
**Ort:** ACURA AKADEMIE Baden-Baden  
**TN-Anzahl:** 8-20  
**Zielgruppe:** Alle Interessierten  
**Gebühr:** 300,- € je Seminar  
**Anmeldung:** Jeweils 10 Tage vor Seminarbeginn (Zahlungseingang)