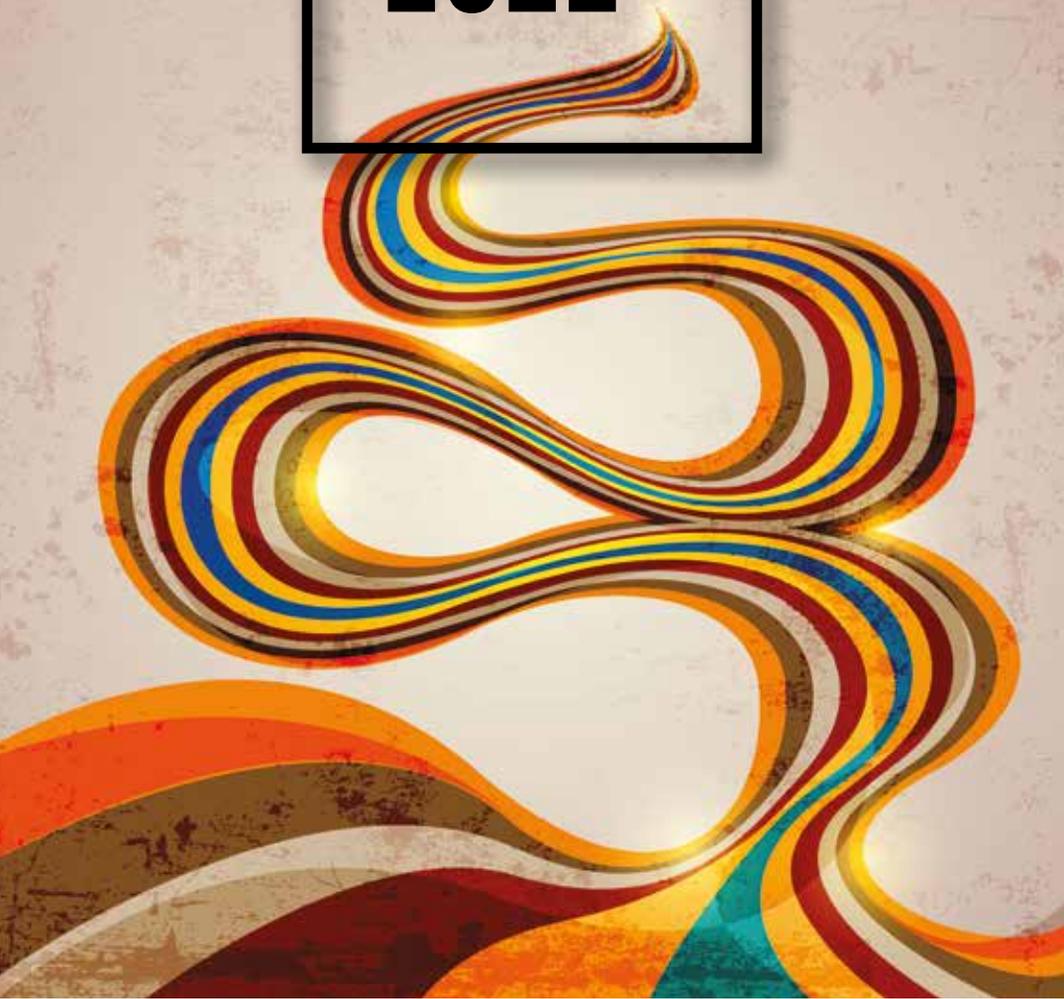


**BIL  
DUNGS  
ANGE  
BOTE  
2022**



alpha  nova  
Akademie



# Mit Freude und Begeisterung lernen!

## **Herzlich Willkommen in der alpha nova Akademie!**

Es freut uns sehr, dass wir jedes Jahr viele begeisterte Teilnehmer\*innen aus den Bereichen Gesundheit und Soziales bei uns begrüßen dürfen. In der Planung, Durchführung, und Umsetzung unserer Angebote stehen für uns der persönliche Kontakt, eine gelungene Atmosphäre und die Qualität unserer Weiterbildungsangebote an oberster Stelle. Das Bildungsangebot 2022 spiegelt unsere jahrelange Erfahrung im Weiterbildungsbereich wieder und beinhaltet Themen und Inhalte, die fortwährende Begleiter sind sowie neue Inhalte, die begeistern und inspirieren können.

## **Schwerpunkt Kinder- und Jugendarbeit:**

Im Bildungsangebot 2022 finden sich verschiedene Seminare, die speziell die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen im Fokus haben.

- „Die Angst, den Zwang aufzugeben, macht mich immer depressiver...“
- Systemische Elternarbeit
- Sucht und Medien
- Digitalisierte Gewalt
- Delinquenz bei Jugendlichen
- Geschlechtsidentität und sexuelle Orientierung bei Jugendlichen

## **NEU Onlineangebote:**

2022 gibt es Workshops und Seminare (halbtägig und ganztägig) zu verschiedenen Themen, die wir ausschließlich online via ZOOM anbieten.

## **Im Bedarfsfall online via Zoom:**

Die Seminare mit dem Zusatz „im Bedarfsfall online via Zoom“ werden grundsätzlich in Präsenz abgehalten und können im Bedarfsfall auch online stattfinden, wobei Sie vorab darüber informiert werden.

Werfen Sie einen Blick hinein und holen Sie sich einen frischen Input für Ihren beruflichen Kontext, folgen Sie Ihrem Interesse und sorgen für Wissensnachschub oder stillen Sie einfach Ihre Neugier an neuen Themen!

Wir beraten Sie gerne und freuen uns auf ein Wiedersehen oder auf ein Kennenlernen!

Ihr Akademie Team:

Andrea Graf - Stefan Csacsinovits - Bettina Wilfinger

alpha nova Akademie  
8401 Kalsdorf, Römerstraße 92  
03135-56382-17  
akademie@alphanova.at  
<http://akademie.alphanova.at>

## **INHALTSVERZEICHNIS**

### **1. Lehrgänge (Start Herbst 2022)**

Sozialpsychiatrischer Grundlehrgang	5
Sozialpsychiatrischer Aufbaulehrgang	6
Neue Autorität - Stärke statt Macht	7
Systemisches Casemanagement (ÖGCC)	8-9
Kompaktlehrgang Trauma	10
Lösungsorientierte Beratung	11

### **2. Seminare**

#### **Seminare im Frühjahr (Zeitraum April-Juni 2022)**

Selbstbewusst selbstbestimmt	12
Psychische Belastungen & Symptome bei Kindern und Jugendlichen	13
SWÖ-KV, Arbeits- und Sozialrecht	14
Konfrontieren und Kritisieren	15
Mit Willenskraft und Motivation erfolgreich sein	16
Von der gefährlichen Drohung zur Tat	17
Sexualität ist keine Frage des Alters - Onlineseminar	77
Doppel- und Mehrfachdiagnosen	18
Gewalt und Aggression bei psychisch kranken Menschen	19
Unbewusstes sichtbar machen - LOVT – Seminar	20
Häusliche Gewalt – erkennen, verstehen, Hilfestellung bieten	21
Freiheit versus Sicherheit	22
Achtsamkeit und Selbstmitgefühl	23
Alkohol – die Krankheit der anderen?	24
Sucht und psychiatrische Begleiterkrankungen	25
Digitalisierte Gewalt - Onlineseminar	77
Gewaltfreie Kommunikation - Vertiefung	26
Online-Besprechungen gestalten - Onlineseminar	77
Tod und Trauer in der Behindertenbegleitung	27
Wirkungsvolle Gespräche führen	28
Bewegung und Sport - Grundlagenseminar	29
Emotionen - erkennen, aktivieren, nutzen	30
Sucht und Medien	31
Positive Psychologie	32
Menschen mit basalen Bedürfnissen verstehen	33
Psycho-Neuro-Immunologie	34
Systemische Elternarbeit - Spannungsfeld Institution/Umfeld	35
Psychosomatik	36
Intuition	37
Depression und Angst bei chronischer Stressbelastung	38
Konfliktmanagement	39
Widerstand verstehen, respektvoll handeln	40

#### **Seminare im Herbst (Zeitraum September-Dezember 2022)**

Verhaltensmuster unterbrechen	41
Manipulation	42
Beratung von Menschen mit Behinderung	43
Umgang mit herausforderndem Verhalten	44
Heute Kolleg*in, morgen Führungskraft	45

Meine Scham und ich	46
Jugenddelinquenz – erkennen, verstehen, Prognose	47
Leichte und verständliche Sprache - Onlineseminar	77
Bewegung und Sport - Vertiefung	48
Grenzen und Regeln – erkennen und vereinbaren	49
Digitalisierung im Arbeitsumfeld	50
Gerontopsychiatrie	51
Persönlichkeitsstörungen	52
Umgang mit Gewalt und Aggression	53
Rückenschonendes Arbeiten	54
Ach du liebe Zeit – mehr Balance im Arbeitsalltag	55
Suizidalität bei psychisch kranken Menschen	56
Ökologie und Nachhaltigkeit im sozialen Arbeitsumfeld	57
In Krisen handlungsfähig bleiben!	58
Mit digitalen Medien umgehen	59
Sexualität – professionelle Umsetzung im Betreuungsalltag	60
Deeskalation und Selbstschutz in Gesundheits- & Sozialberufen	61
Zielorientiertes Führen – Onlineseminar	77
Teamarbeit erfolgreich (mit-)gestalten	62
Geschlechtsidentität & sexuelle Orientierung bei Jugendlichen	63
Humor ... als Ressource	64
Gesetzliche Grundlagen für Menschen mit Behinderung	65
Ressourcenorientierte Gespräche führen	66
Schizophrenien und andere Psychosen	67
Angehörigenarbeit im Kontext Sexualität	68
Achtsamkeit & Stressreduktion in der (psycho-) sozialen Arbeit	69
Keine Angst vor der Angst	70
Recht & Ethik	71
Motivational Interviewing	72
Gewaltfreie Kommunikation Einführung	73
Bindung & Skriptmodell	74
Sport & Psyche	75
Mit Zielen arbeiten	76
Übersicht Onlineseminare	77



## **Psychische Gesundheit**

Mit Willenskraft und Motivation erfolgreich sein	16
Achtsamkeit und Selbstmitgefühl	23
Bewegung und Sport – (auch) eine Frage der Motivation	29 & 48
Positive Psychologie	32
Ach du liebe Zeit – mehr Balance im Arbeitsalltag	55
In Krisen handlungsfähig bleiben!	58
Humor ... als RESSOURCE ....	63
Achtsamkeit & Stressreduktion in der (psycho-) sozialen Arbeit	69
Gewaltfreie Kommunikation Einführung	73
Sport & Psyche	75

**3. Onlineseminare 2022** 77

**4. Lernorte** 78

**5. Rufangebote** 81

**6. Organisatorisches** 82

## **SOZIALPSYCHIATRISCHER Grundlehrgang**

### **27. September 2022 - 13. April 2023**

Dieser ressourcenorientierte Lehrgang ermöglicht den Teilnehmenden, die für ihre anspruchsvolle Arbeit mit Menschen mit psychischen Erkrankungen erforderlichen fachlichen und persönlichen Kompetenzen zu erwerben. Die Ressourcen der Kund\*innen/Klient\*innen besser zu erkennen und diese zu fördern sowie die eigenen Handlungskompetenzen zu erweitern, stehen dabei im Fokus.

Dieser Lehrgang vermittelt fachlich-theoretische Grundlagen der Sozialpsychiatrie und ermöglicht eine praxisorientierte Auseinandersetzung für die Arbeit mit Menschen mit psychischer Erkrankung.

#### **ZIELGRUPPE:**

- Mitarbeiter\*innen stationärer, teilzeitstationärer und mobiler Einrichtungen im sozialen Bereich (aus Betreuung, Begleitung, Pflege, ...)
- Assistent\*innen (Freizeit, Arbeit ...)
- Quereinsteiger\*innen

<b>Inhalte</b>	<b>Referent*in</b>	<b>Datum</b>
Einstieg	Mag. Hannes Waldauer, Stefan Csacsinovits	27. September 2022
Einführung in die Sozialpsychiatrie	Dr. <sup>in</sup> Gerda Peschel	28. September 2022
Psychologische Grundlagen	Mag. <sup>a</sup> Edda Stadlbauer	19. und 20. Oktober 2022 sowie 23. und 24. November 2022
Umgang mit herausforderndem Verhalten	Mag. Wolfgang Binder	12. und 13. Dezember 2022
Rechtliche Grundlagen	Mag. <sup>a</sup> Anita Adamiczek, BSc, Mag. Hannes Waldauer	18. Jänner 2023
Zwischenreflexion & Selbstlernphase	Mag. Hannes Waldauer, Stefan Csacsinovits	18. Jänner 2023
Psychopharmaka & Psychotherapie	Dr. Frans van der Kallen	19. Jänner 2023
Doppel- und Mehrfachdiagnosen	Dr. <sup>in</sup> Sigrid Alvin	2. und 3. März 2023
Modelle zur Beziehungsgestaltung und Selbstreflexion, Fallbearbeitung	Dr. <sup>in</sup> Gerda Peschel	12. April und 13. April 2023
Umfeldarbeit und Abschluss	Mag. Hannes Waldauer, Stefan Csacsinovits	13. April 2023

**UMFANG:** 108 UE Anwesenheit und 26 UE Selbstlernphase = gesamt 134 Unterrichtseinheiten = 100 Stunden, dies entspricht der gesetzlichen Vorgabe der Steirischen Leistungsverordnung (LEVO-StBHG).

**Detaillierter Folder auf unserer homepage!**

**ORT:** Hotel Ramada, Seering 10, 8141 Premstätten

**KOSTEN:** 1.790,00 Euro (inkl. 10 % USt)  
Eine aliquote Teilzahlung für 2022 und 2023 ist möglich.

**ANMELDESCHLUSS:** Di, 13. September 2022

# Sozialpsychiatrischer AUFBAULEHRGANG

18. Oktober 2022 - 19. April 2023

In diesem Lehrgang steht eine vertiefende Auseinandersetzung mit fachlichen und persönlichen Kompetenzen für die Arbeit mit Menschen mit psychischen Erkrankungen im Fokus.

Es werden zwei Ebenen betrachtet:

- psychische Erkrankungen mit den dazugehörigen Erkenntnis- und Therapiewegen
- sozialpsychiatrische Begleitung – Reflexion, Beziehung, Aufgabe und Rolle

## ZIELGRUPPE:

- Absolvent\*innen eines Sozialpsychiatrischen Grundlehrgangs/Grundkurses
- Personen mit Vorkenntnissen oder beruflicher Erfahrung im Sozialpsychiatrischen Berufsfeld

Inhalte	Referent*in	Datum
Einstieg	Dr. <sup>in</sup> Gerda Peschel, Stefan Csacsinovits	18. Oktober 2022
Sucht und Abhängigkeit	Dr. <sup>in</sup> Andrea Lienhart	18. Oktober und 19. Oktober 2022
Professionalität in der Beziehung	Dr. <sup>in</sup> Gerda Peschel	17. November 2022
Gerontopsychiatrie	Dr. <sup>in</sup> Sigrid Alvin	18. November 2022
Depression und bipolare Störungen	Dr. Frans van der Kallen	1. und 2. Dezember 2022
Persönlichkeits- und Verhaltensstörungen	Dr. <sup>in</sup> Christina Pilich	12. Jänner 2023
Schizophrenien und wahnhaftige Störungen	Dr. <sup>in</sup> Christina Pilich	13. Jänner 2023
Zwischenreflexion und „Professionalität in der Beziehung 2“	Dr. <sup>in</sup> Gerda Peschel, Stefan Csacsinovits	1. Februar 2023
Professionalität in der sozialpsychiatrischen Begleitung	Sandra Taschner, BA	1. und 2. Februar 2023
Belastungsstörungen	Mag. Herwig Thelen	27. und 28. Februar 2023
Kinder- und Jugendpsychiatrie	Dr. Thomas Trabi	21. und 22. März 2023
Weg von der Diagnose – Hin zum Fall	Dr. Thomas Trabi	18. April 2023
Abschluss, Reflexion, Zertifikatsvergabe	Dr. <sup>in</sup> Gerda Peschel, Stefan Csacsinovits	19. April 2023

**Detaillierter Folder auf unserer homepage!**

**UMFANG:** 124 UE Anwesenheit und  
10 UE Selbstgestaltetes Lernen - Fachdiskurs  
= gesamt 134 UE (100 Stunden)

**ORT:** Hotel Ramada, Seering 10, 8141 Premstätten und alpha nova Akademie, Kalsdorf

**KOSTEN:** 1.920,00 Euro (inkl. 10 % Ust).

Eine aliquote Teilzahlung für 2022 und 2023 ist möglich.

**ANMELDESCHLUSS:** Di, 4. Oktober 2022

# **Modularer Kompaktlehrgang NEUE AUTORITÄT Stärke statt Macht**

**19. Oktober 2022 – 15. März 2023**

Das Konzept der „Neuen Autorität“ nach Haim Omer stellt die Gestaltung einer professionellen Beziehungskultur in den Mittelpunkt. Grundlagen dieses Konzepts bilden sieben Säulen, eine starke Grundhaltung und die Reflexion des eigenen Verhaltens.

Dieser Kompaktlehrgang vermittelt die Grundlagen der Neuen Autorität und vertiefende Aspekte des Handelns. Ziel ist es, im Handeln und Auftreten gestärkt zu sein, sich aus möglichen Ohnmachtsgefühlen zu führen und mit Souveränität und Wohlbefinden im Arbeitsalltag agieren zu können.

## **GRUNDLAGEN:**

**Mi, 19. und Do, 20. Oktober 2022, jew. 9-17 Uhr, Steiermarkhof, Graz**

Gemeinsam werden anhand von Fallbeispielen die sieben Säulen der Neuen Autorität erarbeitet und trainiert: PRÄSENZ, DEESKALATION, UNTERSTÜTZUNG, BEZIEHUNG, WIEDERGUTMACHUNG, TRANSPARENZ und GEWALTLOSER WIDERSTAND.

## **LERNERGEBNISSE GRUNDLAGEN - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- kennen das Konzept u. d. Grundhaltung der Neuen Autorität nach Haim Omer.
- wissen um die Grundsäulen dieses Ansatzes.
- reflektieren ihr Beziehungsverhalten und kennen Möglichkeiten, die eigenen Stärken zu stärken und Beziehungen aktiv zu gestalten.

## **VERTIEFUNG:**

Hier stehen an drei Tagen folgende Themen im Fokus:

- Selbstkontrolle und Deeskalation: **Mi, 18. Jänner 2023, 9-17 Uhr**
  - Unterstützung - Unterstützterkreis: **Mi, 15. Februar 2023, 9-17 Uhr**
  - Wiedergutmachung und Transparenz: **Mi, 15. März 2023, 9-17 Uhr**
- jeweils **alpha nova Akademie, Kalsdorf**

## **LERNERGEBNISSE VERTIEFUNG - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- kennen Methoden und Interventionsmöglichkeiten und haben diese erprobt.
- wissen, wie Sie diese Methoden in Ihrer (professionellen) Beziehung mit anderen einsetzen können.

**Grundlagen und Vertiefung sind auch einzeln buchbar.**

**Detaillierter Folder auf unserer homepage!**

## **REFERENT\*INNEN:**

**Mag.<sup>a</sup> Gloria Avar**, Klinische & Gesundheitspsychologin, Wahlpsychologin, NVR-Trainerin.

**Mag. Wolfgang Binder**, Klinischer & Gesundheitspsychologe, Psychotherapeut, NVR-Trainer.

**UMFANG:** Grundlagen 16 UE, Vertiefung, 24 UE = gesamt 40 UE

**ORTE:** Steiermarkhof, Graz und alpha nova Akademie, Kalsdorf

**KOSTEN:** Gesamter Lehrgang: 925,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Grundlagen: 370,00 Euro (inkl. 10 % USt), Vertiefung: 585,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mi, 5. Oktober 2022

# Lehrgang Systemisches Case Management mit dem Abschluss

„zertifizierte Case Managerin (ÖGCC)/zertifizierter  
Case Manager (ÖGCC)“

20. Oktober 2022 – November 2023



Case Management kommt im Sozial- und Gesundheitswesen sowie in der Beschäftigungs-förderung eine wachsende Bedeutung zu und wird in vielen Handlungsfeldern von unterschiedlichen Trägern, Einrichtungen und Professionen umgesetzt. In manchen Dienstleistungen, wie zum Beispiel in der beruflichen Integration (NEBA/Jugendcoaching), ist diese Qualifikation Voraussetzung für die Leistungserbringung.

Dieser Lehrgang orientiert sich an den Rahmenempfehlungen der Österreichischen Gesellschaft für Case und Care Management (ÖGCC) und den damit verbundenen Handlungsansätzen, Methoden und Grundhaltungen und setzt darüber hinaus einen systemisch-lösungsorientierten Schwerpunkt.

Es ist möglich,

- den gesamten Lehrgang zu absolvieren und mit dem Diplom „Zertifizierte Case Managerin (ÖGCC) / zertifizierter Case Manager (ÖGCC)“ abzuschließen.
- das Basismodul zu besuchen.
- das Vertiefungsmodul zu buchen, wenn der Umfang des Basismoduls bereits absolviert wurde. Auch hier gibt es die Möglichkeit mit dem Diplom abzuschließen.

## Systemisches Case Management BASISMODUL

### Basismodul: Gesamt 114 Unterrichtseinheiten

20. Oktober 2022 – 24. März 2023

bestehend aus:	96 UE Präsenz- und Onlineseminare 18 UE kollegialer Austausch (selbstorganisiert)
----------------	--

### Detaillierte Inhalte, Termine und Form der Seminare

Präsenzseminar 20. - 22. Oktober 2022 (20 UE)	Einstieg und Grundlagen Kennenlernen der systemisch, lösungsorientierten Grundhaltung Phasenmodell
Präsenzseminar 16. - 18. November 2022 (24 UE)	Lösungsorientierung - Aufbau eines Beratungsgesprächs Praxistransfer: Fragetechniken, Reframing, Skalierung Praxistransfer: Genogramm, Netzwerkkarte, Ressourcenkarte
Online-Seminar 12. Dezember 2022 (6 UE)	Abschluss Assessment
Präsenzseminar 18. - 20. Jänner 2023 (22 UE)	Hilfeplanung, Implementierung, Rollen, Qualität, Evaluierung
Online Seminar 28. Februar 2023 (6 UE)	Praxistransfer: Zielarbeit, Rollen
Präsenzseminar 22. - 24. März 2023 (20 UE)	Organisationsebene, Systemebene, Netzwerktheorien, Netzwerkmanagement, Reflexion und Abschluss Basismodul

## **Systemisches Case Management VERTIEFUNGSMODUL**

Das Reflexions- und Vertiefungsmodul bietet aufbauend fundiertes theoretisches Wissen und praxisorientierte Anwendungsmöglichkeiten von Case Management als innovatives Handlungskonzept. Übergeordnetes Ziel ist die Zertifizierung als Case Manager\*in durch die ÖGCC.

### **Vertiefungs- und Reflexionsmodul: Gesamt 105 Unterrichtseinheiten**

**17. April 2023 – 29. September 2023**

bestehend aus:	75 UE Präsenz- und Onlineseminare selbstorganisiert: 15 UE Supervision 15 UE selbstorganisierte Arbeitsgruppen
<b>Detaillierte Inhalte, Termine und Form der Seminare</b>	
Online-Seminar 4 UE	Start Vertiefung, Abschlussarbeit, Fallauswahl
Präsenzseminar 16 UE	Vertiefung Fallebene
Präsenzseminar 24 UE	Vertiefung Systemebene, Organisationsentwicklung
Präsenzseminar 16 UE	Recht und Ethik
Präsenzseminar 15 UE	Reflexion und Abschluss

### **Abschluss „zertifizierte Case Managerin/zertifizierter Case Manager (ÖGCC)“**

**November 2023 (Termine werden individuell festgelegt)**

bestehend aus:	Erfüllung aller Zugangsvoraussetzungen Abschlussarbeit Abschlusskolloquium inkl. Prüfungsgespräch
----------------	---

#### **Zugangsvoraussetzungen für den Abschluss mit Prüfung und Abschlussarbeit:**

- Absolvierung des Lehrganges mit 85 % Anwesenheit
- Abschlussarbeit und Ablegen einer Prüfung
- Nachweise, die im Laufe des Lehrganges erbracht werden müssen:
  - o 60 UE Kommunikation
  - o 30 UE Selbstreflexion
  - o 24 UE casemanagementrelevante Rechtskenntnisse

#### **LEHRGANGSLEITUNG:**

**Mag.<sup>a</sup> Karoline Weiß, MBA**, zertifizierte Case Managementtrainerin ÖGCC

**Detaillierter Folder auf unserer homepage,  
weitere Infos unter 03135-56382-17!**

**ORTE:** Steiermarkhof, Graz

**KOSTEN:** Lehrgang: 3.390,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Basismodul: 1.750,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Vertiefungsmodul: 1.720,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Eine aliquote Teilzahlung für 2022 und 2023 ist möglich.

**ANMELDESCHLUSS:** Do, 6. Oktober 2022

## **Kompaktlehrgang TRAUMA** **22. November 2022 - 7. März 2023**

In der professionellen Begleitung und Beratung von Menschen trifft man immer wieder auf traumatisierte Personen bzw. auf Verhalten, das auf ein traumatisierendes Erlebnis hinweist.

In diesem Lehrgang stehen Basiswissen über Trauma, traumaspezifische Methoden und die eigene Rolle bzw. Aufgaben für die professionelle Begleitung und Beratung im Fokus. Durch die Mischung aus Theorie und Praxis und die Reflexion von Fallbeispielen soll mehr Sicherheit im Umgang mit traumatisierten Menschen erlangt werden. Gleichzeitig sollen auch eigene Grenzen der Unterstützung traumatisierter Menschen erkannt werden.

### **ZIELGRUPPE:**

Personen, die in Begleitung und Beratung mit traumatisierten Menschen arbeiten.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- haben theoretisches Grundlagenwissen zum Thema Trauma und wissen über neurobiologisch-chemische Vorgänge sowie bindungstheoretische Aspekte Bescheid.
- kennen Traumafolgeerkrankungen und andere, ähnlich imponierende Störungen.
- haben einen Überblick über pharmakologische Behandlungsmöglichkeiten.
- haben über Ihre eigene Rolle und Aufgabe mehr Klarheit und wissen was Sie tun können/sollen und was nicht.
- können sich besser abgrenzen gegenüber Themen, die nicht in ihre Zuständigkeit fallen.
- erweitern Ihr methodisches Handlungsrepertoire.
- sind sicherer im Umgang mit traumatisierten Menschen.

Inhalte	Referent*in	Datum
Einstieg in den Lehrgang, Theoretische Auseinandersetzung	Dr. Thomas Trabi	Di, 22. November, 13:30 - 17 Uhr und Mi, 23. November 2022, 9-17 Uhr (12 UE)
Rolle, Haltung, Behandlungsansätze/Methoden	Mag. <sup>a</sup> Petra Gütl-Glanzer	Di, 10. Jänner, 9-17 Uhr und Mi, 11. Jänner 2023, 9-12:30 Uhr (12 UE)
Erarbeitung von Methoden für den Begleitungs- und Beratungskontext anhand von Fallbeispielen	Mag. <sup>a</sup> Petra Gütl-Glanzer	Mi, 8. Februar 2023, 9-17 Uhr (8 UE)
Methoden – Reflexion, Lehrgangsabschluss	Mag. <sup>a</sup> Petra Gütl-Glanzer, Dr. Thomas Trabi	Di, 7. März 2023, 9-17 Uhr (8 UE)

**Detaillierter Folder auf unserer homepage!**

**UMFANG:** 40 Unterrichtseinheiten

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

**KOSTEN:** 925,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Eine aliquote Teilzahlung für 2022 und 2023 ist möglich.

**ANMELDESCHLUSS:** Di, 8. November 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

# Lösungsorientierte BERATUNG Kompaktlehrgang

1. Dezember 2022 - 8. März 2023

Beratung ist mehr als „ein gutes Gespräch führen“ können. Lösungsorientierte Beratung bedeutet, die Begegnung und das Gespräch so zu gestalten, dass Klient\*innen/Kund\*innen mit ihrem ganzen Handlungspotential in Kontakt kommen. Auch mit solchen Fähigkeiten, Begabungen, Phantasien, von denen sie bislang keinen Gebrauch gemacht haben.

Eine Beratung hat ein gemeinsam definiertes Ziel, eine klare Rollenverteilung und stellt die Fragen der Klient\*innen/Kund\*innen in den Mittelpunkt. Systemisch-lösungsorientierte Beratung für die pädagogische und psychosoziale Arbeit steht im Fokus und begleitet den Lehrgang.

## LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN

- kennen die grundlegenden Ideen, Haltungen und Methoden systemisch-lösungsorientierter Beratung und haben diese erprobt.
- finden Kontextbedingungen vor, die Suchprozesse in Gang gesetzt haben, die Sie als Berater\*in bestärken.
- üben systemische und lösungsorientierte Beratung.
- wissen, wie man „den Roten Faden in der Beratung“ in Händen behält.

## REFERENTINNEN:

**DSP<sup>in</sup> Leonore Petrovic**, Systemische Psychotherapeutin, Sozialpädagogin, seit 1996 Psychotherapeutin in eigener Praxis und seit 2001 Mitarbeiterin am Institut für Systemische Therapie, Supervisorin und Coach.

**Dr.<sup>in</sup> Astrid Just**, Systemische Psychotherapeutin, Supervisorin und Family-Coach, Soziologin, Diplomierte Sozialarbeiterin, jahrelange Erfahrung im Bereich Psychiatrie, Trauma und Krisenintervention, Mitarbeiterin am Institut für Systemische Therapie Wien.

## TERMINE:

Do, 1. Dezember, 13.30-17 Uhr und Fr, 2. Dezember 2022, 9-17 Uhr (12 UE)

Do, 12. Jänner, 13.30-17 Uhr und Fr, 13. Jänner 2023, 9-17 Uhr (12 UE)

Do, 9. März, 13.30-17 Uhr und Fr, 10. März 2023, 9-17 Uhr (12 UE)

**UMFANG:** 36 Unterrichtseinheiten

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

**KOSTEN:** 870,- Euro (inkl. 10 % USt)

Eine aliquote Teilzahlung für 2022 und 2023 ist möglich.

**ANMELDESCHLUSS:** Do, 17. November 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

Diese Weiterbildung ist durch die wba mit 2,5 ECTS akkreditiert.



Kompetenz braucht Anerkennung

## **Selbstbewusst selbstbestimmt** **Was DU und ICH brauchen, um STARK zu sein**

*„Wenn wir an unsere Stärke glauben, so werden wir täglich stärker.“*

(Mahatma Gandhi)

Wer bin ich? Was kann ich? Was brauche ich? Bin ich in Ordnung, so wie ich bin? Die Antworten auf diese und ähnliche Lebensfragen bestimmen das Bewusstsein über uns selbst, unseren Selbstwert, unsere Selbstachtung und Selbstliebe. Sie bestimmen unser gesamtes Lebensgefühl und damit unseren Umgang mit anderen und der Welt.

In diesem Seminar beschäftigen wir uns damit, was wir und andere brauchen, um uns der eigenen Stärken bewusst zu werden. Wie können wir Menschen mit und ohne Behinderungen auf ihrem Weg zu mehr Selbstbewusstsein und Selbstwert begleiten.

Ein gutes, selbstbestimmtes Leben hängt stark von diesen Werten ab.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- erleben Methoden, sich selbst zu spüren und bewusst zu werden.
- setzen sich mit den Themen Selbstbewusstsein, Selbstwert, Selbstachtung auf einer persönlichen, aber auch theoretischen Ebene auseinander.
- haben Ideen entwickelt, Kund\*innen auf ihrem Weg zu mehr Selbstbewusstsein zu stärken.
- kennen den Zusammenhang zwischen Selbstbewusstsein und Selbstbestimmung.

### **REFERENTIN:**

**Dipl.-Päd.<sup>in</sup> Ingeborg Wolfmayr**, Lehrerin für schwer- und schwerstbehinderte Kinder und Jugendliche, Lehrbeauftragte im Behindertenbereich.

**TERMIN KALSDORF:** Mo, 25. April 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Anmeldeschluss: Mo, 11. April 2022

**TERMIN LIEZEN:** Mo, 7. November 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** Haus der Inklusion, Fronleichnamsweg 11, 8940 Liezen

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 24. Oktober 2022

# **Die Angst, den Zwang aufzugeben, macht mich immer depressiver...**

## **Belastungen und Symptome bei Kindern und Jugendlichen (im Kontext der Pandemie)**

Dieses Seminar gibt einen praxisbezogenen Überblick über psychische Erkrankungen aus dem Symptomenkomplex Depression, Angst und Zwang, die bei Kindern und Jugendlichen häufig kombiniert auftreten. Diese haben in Folge unterschiedlicher Einflüsse während der Pandemie deutlich zugenommen. In der psychosozialen und pädagogischen Arbeit mit der Zielgruppe bringt dies zusätzliche Herausforderungen mit sich. Dabei werden im Seminar folgende Fragen bearbeitet und anhand von Fallbeispielen diskutiert:

- Welches Verhalten ist altersadäquat und wo ist die Grenze zu einer Erkrankung, die professionelle Unterstützung benötigt?
- Wie kann ich Krankheitssymptome erkennen, verstehen und einordnen?
- Welche Formen von Therapien sind wann sinnvoll?
- Wie kann ich mit herausforderndem Verhalten bei psychisch erkrankten Kindern und Jugendlichen professionell umgehen?

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- haben einen Überblick über depressive, zwängliche und Angst-Erkrankungen, die bei Kindern und Jugendlichen aktuell besonders häufig auftreten.
- können Symptome erkennen und verstehen was „dahintersteckt“.
- denken auch an mögliche Differentialdiagnosen oder alternative Erklärungen.
- wissen um die Einflüsse und Möglichkeiten verschiedener Therapie- und Unterstützungsmaßnahmen.
- lernen, auffälliges Verhalten zu differenzieren und nächste Schritte einzuleiten.

### **REFERENT:**

**Dr. Thomas Trabi**, Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie im LKH Graz II und in eigener Praxis, Allgemeinmediziner, Psychotherapeutische Medizin, Diplom für Substitutionsbehandlung, Trainer für Kommunikation, Moderation und Projektmanagement.

**TERMIN KALSDORF:** Di, 26. April 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Di, 12. April 2022

**TERMIN LIEZEN:** Di, 14. Juni 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** Haus der Inklusion, Fronleichnamsweg 11, 8940 Liezen

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Di, 31. Mai 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

Vom **STLP** (Steirischer Landesverband der Psychotherapie) anerkannt.

# Arbeits- und Sozialrecht auf Basis des Kollektivvertrages der Sozialwirtschaft Österreich

Der Kollektivvertrag der Sozialwirtschaft Österreich gilt als Leitkollektivvertrag der Arbeitgeber\*innen im privaten Sozial- und Gesundheitsbereich. Daher kommt ihm auch in den einzelnen Betrieben umfassende Bedeutung zu. Nicht nur die Personalverrechnung, sondern auch Führungskräfte und deren Mitarbeiter\*innen kommen tagtäglich mit Arbeitsrecht und insbesondere mit dem SWÖ-KV in Kontakt.

Im Seminar soll daher ein Überblick über die wichtigsten Bestimmungen gegeben werden. Dabei ermöglicht ein interaktiver Rahmen das Eingehen auf individuelle Fragestellungen.

## LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN

- wissen, welche Rechte und Pflichten die Arbeitgeber\*innen und die Arbeitnehmer\*innen treffen.
- kennen die relevanten Bestimmungen hinsichtlich Durchrechnungszeitraum, Gleitzeit und Dienstplan in den einzelnen Bereichen.
- wissen wie sich das Gehaltssystem des SWÖ-KV zusammensetzt und welche Sonderansprüche der SWÖ-KV gewährt.
- erhalten einen Überblick über die wesentlichsten Grundlagen des Sozialrechts.

## REFERENTIN:

**Mag.<sup>a</sup> Yvonne Hochsteiner, LL.M.**, Rechtsreferentin Sozialwirtschaft Österreich

**TERMIN:** Mi, 27. April 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mi, 13. April 2022

## **KONFRONTIEREN und KRITISIEREN** **klar - respektvoll - direkt**

Mit dem Modell des „Dramadreiecks“ wird die innere Dynamik von unangenehmen oder angespannten zwischenmenschlichen Situationen beleuchtet. Darauf aufbauend finden Sie eine Haltung und eine Technik, mit der es Ihnen leichter gelingt, klar und respektvoll eine kritische Rückmeldung zu geben oder Ihr Anliegen zu vertreten. So gelingt es, auch heikle Dinge respektvoll anzusprechen, ohne andere ungewollt zu kränken oder zu beschämen.

Die erlernten Gesprächsführungs-Techniken werden anhand von praktischen Beispielen unmittelbar angewendet.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- kennen das Modell des Dramadreiecks und können es für sich anwenden.
- kennen Gesprächsführungstechniken, die auch in angespannten Situationen eine gute Gesprächsbasis ermöglichen.
- lernen, wie es Ihnen besser gelingen kann, mit Zurückweisung und Anschuldigungen umzugehen.
- lernen, wie Sie auch in emotionalen Situationen souverän und konstruktiv bleiben können.

### **REFERENTIN:**

**Mag.<sup>a</sup> Birgit Mahrle-Haas**, Erwachsenenbildnerin, Trainerin, Coach und Supervisorin, Lehrbeauftragte an diversen Bildungsinstitutionen wie z.B. FH-Joanneum, UNI for LIFE und weitere.

**TERMIN:** Do, 28. April, 9-17:00 Uhr und Fr, 29. April 2022, 9-12:30 Uhr (12 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 290,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Do, 14. April 2022

Vom **ÖVS-Landesgruppe Steiermark** anerkannt.



Österreichische Vereinigung  
für Supervision und Coaching

## **Mit WILLENS-KRAFT und MOTIVATION erfolgreich sein**

Mit Willenskraft und Begeisterung für das TUN kommen Sie fast immer an Ihr Ziel. Das bestätigt sich nicht nur im Sport. Im aktuellen Zeitalter ist es immer öfter eine besondere Herausforderung, die äußeren Anforderungen der Arbeitswelt mit den inneren Antreibern und den persönlichen Motivatoren für die Arbeit nachhaltig zu verbinden und auszubauen. Lernen Sie die Macht des Denkens kennen und erbauen Sie Ihre „innere Landkarte“ des positiven Denkens, um auch mit herausfordernden Situationen zielführend umzugehen.

Im Rahmen des Seminars erhalten Sie Einblick in die Arbeit mit Hochleistungssportler\*innen und deren Ansatz, motiviert zu bleiben. Sie stärken Ihre eigenen Kompetenzen und Potentiale und nehmen ein Praxishandbuch für den Umgang mit herausfordernden Situationen und deren erfolgreiche Bewältigung mit.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- benennen und überarbeiten die eigenen Strategien in der Bewältigung von Herausforderungen.
- benennen und stärken Ihre Motivatoren und Ihren Antrieb für die eigene berufliche Tätigkeit.
- erkennen die Chance für Entwicklung im Umgang mit Rückschlägen.

### **REFERENTIN:**

**Beatrix Arlitzer**, Mentaltrainerin und Mentalcoach, ÖVS Supervisorin, Coach und Wirtschaftstrainerin, Unternehmerin und Wirtschaftsmediatorin, Gewerbliche Unternehmensberaterin und LSB; Teamchefin der erfolgreichsten Ultraradfahrerin der Welt und Mentaltrainerin/Mentalcoach von vielen Hochleistungssportler\*innen.

**TERMIN:** Mo, 2. Mai 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 18. April 2022

Von der **ÖVS-Landesgruppe Steiermark** anerkannt.



Österreichische Vereinigung  
für Supervision und Coaching

## **Von der gefährlichen DROHUNG zur Tat Wann ist eine Drohung eine Drohung?!**

Menschen, die im psychosozialen Bereich arbeiten, sehen sich in ihrer Tätigkeit immer häufiger mit Bedrohungen konfrontiert. Dieses Seminar soll einen grundsätzlichen Einblick in die unterschiedlichen Formen von Drohungen bzw. deren Umsetzungswahrscheinlichkeit geben. Hierfür werden sowohl Persönlichkeits- und Störungsaspekte der/des Drohenden, als auch die Entwicklungsmodelle zum möglichen Gewaltdelikt erklärt und an Fallbeispielen anschaulich vorgestellt. Abschließend werden Strategien und Möglichkeiten im Umgang mit verschiedenen Drohungen erörtert und ein allgemeines bzw. individuelles Risikomanagement erstellt.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- wissen um die Abstufungen und Formen von Drohung und dem damit verbundenen Aggressionsrisiko.
- beschäftigen sich mit dem „Dahinterliegenden“ einer Drohung.
- wissen um zugrundeliegende Persönlichkeitsmerkmale und psychische Störungen.
- kennen Strategien und Möglichkeiten im Umgang mit verschiedenen Drohungen.

### **REFERENTIN:**

**Mag.<sup>a</sup> Anita Raiger, MA**, Forensische Psychologin, Klinische- und Gesundheitspsychologin, Mediatorin, gerichtlich beeidigte & zertifizierte Sachverständige mit dem Schwerpunkt auf Gefährlichkeits- und Rückfallprognosen von Gewalt- und Sexualstraftäter\*innen.

**TERMIN:** Di, 3. Mai 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Di, 19. April 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

Vom **STLP** (Steirischer Landesverband der Psychotherapie) anerkannt

## **Doppel- und MehrfachDIAGNOSEN bei Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung**

Was verstehen wir heute unter dem Begriff Doppeldiagnosen?

Viele Kund\*innen/Klient\*innen sind nicht nur durch ihre kognitive Verarbeitungsstörung („Lernbehinderung“, „geistige Behinderung“ ...) in ihrem Leben beeinträchtigt, sondern leiden zusätzlich unter psychischen Erkrankungen, die mit der Beeinträchtigung in Wechselwirkung stehen.

Dieses Seminar soll einerseits einen Überblick über psychische Erkrankungen und andererseits über kognitive Verarbeitungsstörungen geben. Aufbauend auf der theoretischen Grundlage werden praxisbezogene Begleitansätze an Hand von Fallbeispielen erarbeitet. Die Herausforderungen im Umgang mit Verhaltensauffälligkeiten stehen dabei im Fokus.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- haben einen Überblick über häufige psychische Störungen bei Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung.
- kennen Möglichkeiten und Grenzen von verschiedenen Therapieformen.
- beschäftigen sich mit den Besonderheiten in der professionellen Beziehungsgestaltung mit dieser Personengruppe.
- erarbeiten anhand von praktischen Beispielen, Möglichkeiten um Herausforderungen im Betreuungsalltag zu begegnen.

### **REFERENTIN:**

**Dr.<sup>in</sup> Sigrid Alvin**, Fachärztin für Psychiatrie, Ärztin für psychotherapeutische Medizin (Psychoanalyse), Supervisorin, Lehrtätigkeit.

**TERMIN:** Do, 5. Mai und Fr, 6. Mai 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Do, 21. April 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

# **UMGANG mit Gewalt und Aggression bei Menschen mit PSYCHISCHER ERKRANKUNG**

## **unter Berücksichtigung rechtlicher Aspekte**

Psychische Erkrankungen können zu aggressivem Verhalten führen, das betrifft den Betreuungsalltag ebenso wie das gesamte Lebensumfeld psychisch erkrankter Menschen.

In diesem Seminar sollen die Teilnehmer\*innen vor dem Hintergrund rechtlicher und berufsethischer Aspekte Kommunikations- und Reaktionstechniken erlernen, die ihnen den Umgang mit aggressivem Verhalten von Klient\*innen und damit auch den Berufsalltag erleichtern.

Die zu vermittelnden Handlungskompetenzen umfassen alle 3 Aspekte von Gewaltsituationen, die der primären Prävention (Reaktionen), der sekundären Prävention (Krisenintervention) und der tertiären Prävention (Nachbearbeitung/ Risikomanagement). Es soll – insbesondere auch rechtlich – das Bewusstsein für Risiken erhöht und die Fähigkeit zur Kommunikation unter Stress verbessert werden. Eine Grundlage dazu ist die Entwicklung einer entsprechenden inneren (Einstellung) und äußeren (Körpersprache/Verhalten) deeskalierenden Haltung gegenüber Klient\*innen.

Die rechtlichen Rahmenbedingungen in Bezug auf Zwangsbehandlungen, Selbst- und Fremdbestimmung, Sorgfaltspflichten sowie Haftungsfragen werden ausführlich und an Hand von Fallbeispielen besprochen.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- erkennen die Zusammenhänge von psychischen Risikofaktoren und Gewaltbereitschaft bzw. aggressivem Verhalten.
- verstehen relevante rechtliche Rahmenbedingungen für die Arbeit mit psychisch erkrankten Personen.
- wissen, welche (auch rechtlichen) Risiken für Sie als Mitarbeiter\*in bzw. für das Umfeld entstehen können und wie man ihnen begegnen kann.
- haben Kenntnis um Eskalationsphasen und entsprechende Deeskalationsmöglichkeiten.

### **REFERENTEN:**

**Alexander Weber**, staatlich geprüfter Gesundheits- und Krankenpfleger tätig in der Psychiatrischen Akutstation im LKH Graz II, Standort Süd, Trainer und Berater für Deeskalations- und Sicherheitsmanagement im Gesundheits- und Sozialbereich.

**Dr. Erwin Schwentner**, Jurist, SenPräs. d. OLG Graz iR., Patient\*innen- und Angehörigenberatung, Mitarbeit bei der Patient\*innen- und Pflegeombudschaft Steiermark, Mitglied der Volksanwaltschaft und diverser Expertenkommissionen.

**TERMIN FÜRSTENFELD:** Mo, 9. Mai und Di, 10. Mai 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** Lebenshilfe Fürstenfeld, Buchwaldstraße 14, 8280 Fürstenfeld

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 25. April 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

# **Unbewusstes SICHTBAR MACHEN**

## **LOVT® - Lösungsorientiertes Verhaltenstraining**

Was möglich ist, wenn unbewusste Verhaltensweisen sichtbar gemacht werden und sich dadurch neue Chancen für Veränderung ergeben, steht im Fokus dieses Seminars.

Mit dem LOVT®-Konzept (Lösungsorientiertes Verhaltenstraining) werden Lösungen - die in jedem und jeder stecken - sichtbar gemacht. Anhand von vielen unterschiedlichen Videobeispielen wird gezeigt, wodurch das Miteinander schwierig wird und was jeder und jede selbst zur Veränderung beitragen kann.

Dieses Modell kann in allen Arbeitsfeldern in denen Menschen miteinander zu tun haben - egal ob Familie, Betreuung, Pflege, Schule ... - eingesetzt werden.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- kennen das LOVT®-Konzept.
- lernen, eine lösungsorientierte Haltung zu entwickeln.
- können andere in Veränderungsprozessen begleiten.
- erproben Videoarbeit und können diese einsetzen.

### **REFERENTIN:**

**Sabine Berndt**, Psychotherapeutin (HPG), Ergotherapeutin, Sensorische Integrationstherapeutin, systemische Familientherapeutin und Paartherapeutin, Entwicklerin des LOVT®Konzeptes und der TeBa-Therapie.

**TERMIN:** Mo, 9. und Di, 10. Mai 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf  
Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 25. April 2022

## **Häusliche GEWALT**

### **erkennen, verstehen, Hilfestellung bieten**

Häusliche und familiäre Gewalt ziehen sich durch alle gesellschaftlichen Schichten und Altersgruppen - unabhängig von Nation und sozialer Herkunft. Mit großer Sicherheit haben auch Sie in Ihrer beruflichen oder persönlichen Biographie Kontakt mit von gewaltbetroffenen Personen. Solche Situationen überfordern jedoch häufig die fachliche und persönliche Handlungskompetenz.

Das Seminar gibt einen Überblick zu den unterschiedlichen Formen häuslicher Gewalt. Wie können Sie diese in Ihrer persönlichen (beruflichen) Praxis erkennen und verstehen? Was sind mögliche Interventionen? Im Zuge des Seminars beschäftigen wir uns auch mit Gewaltdynamiken aus systemischer Sicht sowie mit Techniken der Gesprächsführung mit Gewaltbetroffenen.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- wissen über unterschiedliche Formen von Gewalt und ihre Auswirkungen Bescheid.
- kennen mögliche rechtliche und psychosoziale Interventionsformen bei häuslicher und familiärer Gewalt.
- lernen Techniken der Gesprächsführung mit Gewaltbetroffenen.
- erweitern Ihre Handlungskompetenz im Umgang mit Gewaltbetroffenen.

### **REFERENTIN:**

**Kathrin Waldhauser-Jarz, MA**, Abschluss der Interdisziplinären Geschlechterstudien an der KFU Graz sowie Abschluss des Psychotherapeutischen Propädeutikums, im Leitungsteam der steirischen Frauenhäuser sowie in Klärungsgesprächen mit Gefährdeten und Betroffenen von Gewalt tätig, Lehrtätigkeit an der KFU zum Thema familiäre Gewalt; Supervisorin in Ausbildung.

**TERMIN:** Mi, 11. Mai 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mi, 27. April 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

## **FREIHEIT versus SICHERHEIT?** **Rechtliche Fragen im Betreuungsalltag**

In der Begleitung und Betreuung von Menschen mit Behinderungen treten immer wieder rechtliche Fragen auf.

Eine davon betrifft das Spannungsfeld zwischen dem Recht auf selbstbestimmte Lebensführung der Kund\*innen auf der einen Seite und der Einhaltung von beruflichen Sorgfaltspflichten der Betreuer\*innen auf der anderen Seite.

### **INHALTE:**

- Rechtliche Grundlagen - kurze Einführung in öffentliches Recht, Zivil- und Strafrecht
- Grund- und Freiheitsrechte
- Von der UN Behindertenrechtskonvention zum neuen Erwachsenenschutzgesetz
- Freiheit versus Sicherheit (u.a. Heimaufenthaltsgesetz)
- Fachkompetenz und allgemeine Berufspflichten
- Haftungsrechtliche Grundlagen nach ABGB
- Dienstnehmer\*innenhaftung
- Organisationsverantwortung
- Freiheitsrechte und COVID-19

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- haben einen Überblick über spezifische rechtliche Grundlagen.
- üben, Gesetze zu lesen.
- beschäftigen sich mit dem Thema Haftung im Gesundheits- und Sozialbereich.

### **REFERENTIN:**

**Mag.<sup>a</sup> Anita Adamiczek, BSc**, Juristin, Studium der Gesundheits- und Pflegewissenschaften. Abgeschlossenes Masterstudium Medizinrecht. Frauengesundheitszentrum Graz, Mitglied der Geschäftsführung (ab Jänner 2022).

**TERMIN KALSDORF:** Do, 12. Mai 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Do, 28. April 2022

**TERMIN LIEZEN:** Fr, 14. Oktober 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** Haus der Inklusion, Fronleichnamsweg 11, 8940 Liezen

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Fr, 30. September 2022

# **ACHTSAMKEIT und SELBSTMITGEFÜHL als Basiskompetenzen für Beratung und Betreuung**

ACHTSAMKEIT ist die bewusste, nicht verurteilende Aufmerksamkeit für die Gegenwart und SELBSTMITGEFÜHL ist eine Haltung von Freundlichkeit sich selbst gegenüber, wenn man mit Selbstzweifeln und anderen inneren Konflikten kämpft. Dies sind Grundkompetenzen in der Begleitung von Menschen, die helfen, während herausfordernden Begegnungen die innere Mitte und Ruhe wieder zu finden und reaktivierten eigenen Verletzungen heilsam zu begegnen. Dadurch ermöglichen sie, in sozialen Berufen Tätigen, ein Modell für einen heilsamen Umgang mit schmerzhaften Emotionen zu sein und in schwierigen Situationen kreativ und flexibel zu bleiben.

In diesem Seminar werden Elemente von MBSR (Achtsamkeitsbasierter Stressreduktion), MSC (Achtsamkeitsbasiertes Selbstmitgefühl), IMP (Interpersonelles Achtsamkeitsprogramm) vorgestellt und ausreichend Zeit verwendet, diese zu üben.

## **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- erwerben ein Verständnis dessen was in den wissenschaftlich anerkannten Interventionen unter Achtsamkeit und Selbstmitgefühl verstanden wird und wie diese klinisch wirken.
- lernen Übungen, mit denen Sie im Alltag selbst ihrer Fähigkeit zur Achtsamkeit und zum Selbstmitgefühl intensivieren können.
- erfahren, wie sich diese Übungen im Umgang mit herausfordernden Begegnungen auswirken.

## **REFERENTEN:**

**Dr. Helmut Renger**, Psychiater und Psychotherapeut, MBSR und MBCT Lehrer, langjährige Praxis in Zen Meditation, Yoga, Tai Chi und Qi Gong.

**Mag. Jörg Trettler**, Psychologe, MBSR und MBCT Lehrer, langjährige Praxis in tibetischer Meditation und tibetischem Yoga.

**TERMIN:** Do, 12. Mai, 9-17 Uhr und Fr, 13. Mai 2022, 9-12:30 Uhr (12 UE)

**ORT:** Bildungshaus Schloss Retzhof, Dorfstraße 17, 8430 Wagner

**KOSTEN:** 290,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Do, 28. April 2022

## **ALKOHOL – die Krankheit der anderen?**

In Österreich gelten etwa 370.000 Menschen als alkoholkrank, knapp 15% der Bevölkerung konsumieren Alkohol regelmäßig in einem gesundheitsschädlichen Ausmaß (BM f. Gesundheit). Die Dunkelziffer dürfte sehr viel höher sein und nur ein sehr geringer Anteil davon ist in Behandlung.

Auch im Rahmen von professioneller Begleitung und Betreuung von Menschen begegnet man immer wieder Menschen mit Alkoholkrankungen - von Sozialpsychiatrie über Behindertenbegleitung bis hin zur Arbeit in und mit Familien.

Deshalb werden in diesem Seminar neben theoretischem Fachwissen auch Anregungen für die professionelle Begleitung von Betroffenen gegeben sowie mögliche Auswirkungen auf das private und professionelle Umfeld der Erkrankten diskutiert.

Abgerundet wird diese Weiterbildung mit einem Ausblick auf mögliche und erfolgversprechende Therapien – unter besonderer Berücksichtigung der Veränderung des Abstinenzparadigmas.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- haben sich mit der Entstehung, dem Verlauf und dem Erkenntnisprozess dieser Erkrankung auseinandergesetzt.
- kennen die wichtigsten psychiatrischen Komorbiditäten sowie psychische und somatische Folgeerkrankungen.
- wissen über verschiedene Therapieformen und deren Erfolgsaussichten Bescheid.
- diskutieren Auswirkungen dieser Erkrankung auf das private und professionelle Umfeld der Betroffenen.
- nehmen Anregungen für eine professionelle Begleitung mit ihren Möglichkeiten, Grenzen und auch Fallen mit.

### **REFERENT:**

**Dr. Stefan Sinz**, Facharzt für Psychiatrie in freier Praxis, ärztlicher Leiter der Suchtberatung Obersteiermark, Psychotherapeutische Ausbildung u.a. auf dem Gebiet der systemischen Therapie und Psychoanalyse.

**TERMIN:** Fr, 13. Mai 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf  
Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Fr, 29. April 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

## **Sucht und psychiatrische Begleiterkrankungen**

Dieses Seminar beschäftigt sich zunächst mit der Frage wie und auf welchem Nährboden Sucht entstehen kann. Menschen mit Abhängigkeitserkrankung haben darüber hinaus ein höheres Risiko eine psychische Erkrankung zu entwickeln – und umgekehrt.

In diesem Seminar werden Erklärungsmodelle für die Entstehung von psychiatrischen Komorbiditäten, Risikofaktoren sowie protektive Faktoren besprochen. Welche Rolle, die verschiedenen Substanzen (Alkohol, illegalisierte Drogen) dabei spielen und die Herausforderungen im Umgang mit den Betroffenen, werden beleuchtet und mögliche praktikable Herangehensweisen diskutiert. Darüber hinaus werden Möglichkeiten der Prävention für die Arbeit mit den Klient\*innen behandelt.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- beschäftigen sich damit, wie Sucht entsteht und kennen die Risikofaktoren.
- kennen die Zusammenhänge zwischen Suchtverhalten und psychiatrischen Erkrankungen.
- wissen, wie Sie in der Betreuungs-/Beratungstätigkeit präventiv handeln können.
- reflektieren Ihren eigenen und den institutionellen Umgang mit dem Thema.

### **REFERENTIN:**

**Dr.<sup>in</sup> Christina Pillich**, Fachärztin für Psychiatrie und psychotherapeutische Medizin, Leitende Oberärztin der Ambulanzen des Zentrums für Suchtmedizin LKH Graz II, Standort Süd.

**TERMIN:** Mo, 16. Mai 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 2. Mai 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

## **Mensch ärgere dich nicht**

### **Gewaltfreie Kommunikation - Vertiefung**

Sie haben die Gewaltfreie Kommunikation bereits kennengelernt und möchten jetzt Sicherheit in der praktischen Anwendung erlangen? Anhand von Beispielen aus dem Alltag erfahren Sie, wie Sie sich authentisch, kraftvoll und klar ausdrücken und gleichzeitig Ihrem Gegenüber wertschätzend und empathisch begegnen können.

Entdecken Sie dabei unterschiedliche Reaktionsmöglichkeiten und gewinnen Sie Konfliktleichtigkeit für Ihren Berufsalltag. Wir frisken die Haltung und Methode der Gewaltfreien Kommunikation auf, vertiefen das 4 Schritte Modell, lernen den Umgang mit „ungeliebten Gefühlen“ und üben praktisch.

**ZIELGRUPPE:** Personen, die bereits Grundkenntnisse der Gewaltfreien Kommunikation haben.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- vertiefen Gewaltfreie Kommunikation als Methode und Haltung.
- lernen, sich wertschätzend, klar und authentisch auszudrücken – auf Basis der eigenen Werte und Bedürfnisse.
- erkennen Bedürfnisse hinter Wut und Ärger, verstehen Handlungsmotivationen.
- erweitern Ihre Reaktionsmöglichkeiten.
- gewinnen Handlungsspielraum und Konfliktleichtigkeit.

### **REFERENTIN:**

**Martina Lehofer-Muhr**, Kommunikationstrainerin für Gewaltfreie Kommunikation, Dipl. Behindertenpädagogin, Prozessbegleiterin.

**TERMIN:** Mo, 23. und Di, 24. Mai 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf  
Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 9. Mai 2022

## **Tod und Trauer in der Begleitung von Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung**

Tod und Trauer sind Teil des Lebens. Jeder Mensch macht unterschiedliche Erfahrungen damit und trauert ganz individuell. Menschen mit einer kognitiven Beeinträchtigung haben dasselbe Recht zu trauern und brauchen dabei Begleitung und Unterstützung.

Im Rahmen dieses Seminars setzen wir uns damit auseinander, was Menschen mit einer kognitiven Einschränkung in dieser Extremsituation brauchen, wie man mit ihnen über den Tod sprechen und wie sich dieser „Trauerstress“ auswirken kann.

Fallbeispiele und eine praxisnahe Auseinandersetzung mit dem Thema runden dieses Seminar ab.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- bekommen einen Einblick, wie Menschen (mit kognitiver Beeinträchtigung) Trauer und Tod erleben.
- schaffen es, Distanz zu wahren und unter Berücksichtigung der individuellen Bedürfnisse zu unterstützen.
- sind ein „Fels in der Brandung“, wenn es das braucht.

### **REFERENTIN:**

**Mag.<sup>a</sup> Petra Preimesberger**, Klinische (Notfall-) und Gesundheitspsychologin, Trauma- und Trauerbehandlung sowie Supervisorin in eigener Praxis, Lehrbeauftragte und fachliche Leitung Krisenintervention Rotes Kreuz.

**TERMIN LIEZEN:** Mo, 23. Mai 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** Haus der Inklusion, Fronleichnamsweg 11, 8940 Liezen  
Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 9. Mai 2022

**TERMIN KALSDORF:** Fr, 11. November 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf  
Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Fr, 28. Oktober 2022

## **Wirkungsvolle Gespräche führen**

Mitarbeiter\*innengespräche, Kritikgespräche, Bewerbungsgespräche, Kund\*innengespräche, Teamsitzungen, ... Ihr Berufsalltag und Ihr Terminkalender ist gefüllt mit verschiedensten Gesprächsterminen, die unterschiedliche Ziele haben.

In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie sich auf diese Gespräche gut vorbereiten und einstimmen, welche Rahmenbedingungen zu beachten sind und vor allem wie Sie im Gespräch eine Atmosphäre herstellen, die für die beteiligten Personen einen guten Rahmen schafft, um sich zielorientiert auszutauschen. Wir erarbeiten klassische Gesprächsleitfäden und wenden die gewonnenen Erkenntnisse praktisch an.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- werden sich Ihrer eigenen Wirkung als Gesprächspartner\*in bewusst.
- können sich gut auf Gespräche vorbereiten und einstimmen.
- haben für die wichtigsten Gespräche einen Leitfaden parat.
- können über Ihre Gesprächsführung wirksam führen.

### **REFERENT:**

**Mag. Wilfried Rappold**, Wirtschaftspädagoge, Human Resource Experte, Systemischer Coach, Trainer in der Erwachsenenbildung.

**TERMIN:** Mi, 25. Mai 2022, 9-17 Uhr (präsenz)  
und Mi, 22. Juni 2022, 13-17 Uhr (online) (12 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf, online via Zoom

**KOSTEN:** 290,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mi, 11. Mai 2022

## **BEWEGUNG und SPORT – (auch) eine Frage der MOTIVATION - Grundlagenseminar**

Bewegung und Sport bietet uns die Möglichkeit, unseren Betreuungsalltag abwechslungsreicher und auch wirksamer zu gestalten. Was wir jedoch dafür brauchen, ist zum Einen ein hohes Maß an Eigenmotivation, zum Anderen Ideen und Wissen darüber, wie wir unseren Klient\*innen Bewegung und Sport behutsam näher bringen können. Um diese beiden Aspekte geht es in diesem Workshop.

Sie entdecken Techniken, wie Sie bei sich selbst das Feuer und die Motivation für Bewegung entfachen können, und wie Sie diese Begeisterung auch weitergeben können. Sie lernen unterschiedliche Bewegungsformen kennen und erwerben ein Grundwissen über den Zusammenhang zwischen Sport und verschiedenen Formen von Beeinträchtigungen sowie psychiatrischen Erkrankungen. Dazu gehört auch zu wissen, welche Sport- und Bewegungsarten bei welchen Klient\*innen/Kund\*innen/Bewohner\*innen geeignet sind.

**BITTE MITBRINGEN:** Sport- oder Freizeitgewand, Nordic Walking Stöcke

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- können sich selbst leichter für Bewegung motivieren und probieren unterschiedliche Bewegungsformen aus.
- können andere zur Bewegung motivieren.
- wissen, wie Sie Ihre Klient\*innen behutsam an die regelmäßige Bewegung heranführen können.
- haben ein Grundwissen über den Zusammenhang und die Wirkweisen von Bewegung und Sport bei verschiedenen Formen von Beeinträchtigungen und psychiatrischen Krankheiten.

### **REFERENTEN:**

**Mag. Thomas Kayer**, Sportpsychologe & Mentalcoach, sowie Trainer/Referent für Motivation, Stressmanagement und Kommunikation, Universitätslektor, Geschäftsführer Groundwork GmbH.

**Mag. Jürgen Plechinger**, Klinischer- und Gesundheitspsychologe, Sportpsychologe.

**TERMIN GRAZ:** Mo, 30. und Di, 31. Mai 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** Steiermarkhof, Ekkehard-Hauer-Straße 33, 8052 Graz

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 16. Mai 2022

**TERMIN FÜRSTENFELD:** Mo, 26. und Di, 27. September 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** JUFA Hotel Fürstenfeld, Burgenlandstraße 15, 8280 Fürstenfeld

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 12. September 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

**Am 3. und 4. Oktober 2022 wird zu diesem Seminar auch eine Vertiefung angeboten.**

## **EMOTIONEN - erkennen, aktivieren, nutzen**

Gefühl, Emotion, Affekt, Empfindung? - Was Gefühle uns anbieten, worauf davon wir gerne verzichten können und worauf wir hören sollten.

Klar ist: Gefühle sind Teil unseres (Arbeits-) Lebens.

Die eigenen Emotionen und die meines Gegenübers, die unwillkürliche Affekt-ebene sowie bewusste, unbewusste und auch übersehbare Emotionen – das alles steuert uns in der Begleitung, Beratung und Betreuung von Menschen. An diesem Seminartag geht es darum, welche Emotionen mir nicht bewusst sind, für andere aber unübersehbar sind und was ich tun kann, wenn's mich oder andere „überkommt“. Dazu gehören, Möglichkeiten der Emotionalen Selbstregulation und der Selbstfürsorge.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- kennen Begriffsbestimmung und Klassifikationen sowie Ebenen von Emotionen.
- können Emotionen benennen und bewusster nutzen oder bewahren.
- können in die Haltung des Containments schlüpfen und wissen über die „Tragische Haltung“ Bescheid.
- kennen die wichtigsten Möglichkeiten, Chancen und Risiken der emotionalen Selbstregulation (Managing, Fire-Fighting, Repressing).
- haben Selbstfürsorge-Möglichkeiten kennengelernt und können diese für sich und andere im Arbeitsalltag nutzen.

### **REFERENT:**

**Mag. Herwig Thelen**, Klinischer- und Gesundheitspsychologe, hypnosystemischer Coach, Supervisor, Paartherapeut, Trainer für Motivational Interviewing, Trainer für NVR/Neue Autorität nach Haim Omer, Family Lab Berater, Musiker.

**TERMIN:** Mo, 30. Mai 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 16. Mai 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

## Sucht und Medien

Digitale Medien haben auf viele Menschen eine Sogwirkung. Zunehmend kann vor allem bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen jedoch ein exzessiver Medienkonsum beobachtet werden. Die Grenze zur Sucht verläuft fließend. Medien-, Handy- und Internetsucht sind gebräuchliche Begriffe geworden. In diesem Workshop betrachten wir die spezielle Dynamik digitaler Medien, ihre Wirkung auf Menschen und ihr Suchtpotential. Wir beschäftigen uns auch mit Interventionsmöglichkeiten, um Menschen mit exzessivem Medienkonsum oder Suchtverhalten pädagogisch, psychologisch oder psychotherapeutisch zu unterstützen – ob dies in digitalen Spielen, auf Social Media oder auch in der Onlinepornographie ist.

### LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN

- kennen die Wirkung digitaler Medien auf Menschen.
- wissen wie exzessiver Medienkonsum entsteht und welche Medien überwiegend konsumiert werden.
- kennen Interventions- und Unterstützungsmöglichkeiten für Kund\*innen und Klient\*innen.

### REFERENT:

**Lukas Wagner, MSc**, Psychotherapeut, Medienpädagoge, Sexualpädagoge. Psychotherapeutisch tätig in freier Praxis in Graz. Arbeitsschwerpunkte: Jugendliche, junge Erwachsene, neue Medien und digitale Lebenswelten.

**TERMIN KALSDORF:** Mi, 1. Juni 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf  
Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mi, 18. Mai 2022

**TERMIN LIEZEN:** Di, 22. November 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** Haus der Inklusion, Fronleichnamsweg 13, 8940 Liezen  
Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Di, 8. November 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

Vom **STLP** (Steirischer Landesverband der Psychotherapie) anerkannt.

# Einführung in die **POSITIVE PSYCHOLOGIE**

## Wie Menschen **ERBLÜHEN...**

Die Positive Psychologie setzt sich zum Ziel, Menschen erblühen zu lassen. Die Aktivierung eigener vorhandener Ressourcen, der bewusste Einsatz eigener Stärken und Fähigkeiten, die gezielte Steigerung des eigenen Wohlbefindens, die Stärkung von gesunden Beziehungen sowie der Verbundenheit mit anderen Menschen sind erfolgreiche Ansätze, die Menschen widerstands- und entwicklungsfähiger machen. Herausfordernde Zeiten können dadurch deutlich leichter, manchmal sogar bereichernd durchlebt werden, wodurch eine Aufwärtsspirale in Gang gesetzt werden kann, die die Entfaltung des eigenen Potentials ermöglicht.

Neben aktuellen theoretischen Konzepten liegt das Hauptaugenmerk auf dem Erlernen und Erproben zahlreicher, leicht anzuwendender Interventionstechniken der Positiven Psychologie. Sie bestechen durch Einfachheit und schnelle Anwendbarkeit, weshalb sie in unterschiedlichsten Bereichen der Arbeit mit Menschen eingesetzt werden können (Begleitung, Beratung, Therapie, Supervision ...).

Außerdem werden die positiven Effekte der Interventionen sofort und für alle Beteiligten spürbar und sichtbar - und positive Gefühle machen Lust auf mehr!

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- haben Grundwissen über Konzepte und Theorien der Positiven Psychologie.
- reflektieren Ihre eigenen Strategien zur Erlangung des persönlichen psychischen Wohlbefindens und erkennen persönliche Stärken und deren Nutzen für die eigene Entwicklung.
- können grundlegende Interventionstechniken der Positiven Psychologie anwenden.
- können andere dabei unterstützen, ihr psychisches Wohlbefinden gezielt zu steigern.

### **REFERENTIN:**

**Dr.<sup>in</sup> Andrea Lienhart**, Klinische Psychologin und Gesundheitspsychologin, Psychotherapeutin (Verhaltenstherapie, Schematherapie i. A.), Wahlpsychologin, Supervisorin. Seit 2014 in eigener Praxis in Voitsberg tätig, daneben Seminar- sowie Lehrtätigkeit.

**TERMIN:** Di, 7. Juni, 9-17 Uhr und Mi, 8. Juni 2022, 9-12:30 Uhr (12 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 290,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Di, 24. Mai 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

# Menschen mit basalen Bedürfnissen VERSTEHEN

## Das Konzept der „Sensomotorischen Lebensweisen“

Ständig nehmen wir mit den Sinnen und in Bewegung (senso-motorisch) unsere Umwelt, wie unseren Körper wahr. Erst so können wir sinnvoll mit Körper und Umwelt umgehen. Das Seminar befasst sich mit diesen Grundlagen unserer menschlichen Fähigkeiten. Menschen mit ausgeprägter intellektueller Beeinträchtigung bleiben ihnen ihr Leben lang verhaftet.

**Besonders im Blick:** Die Themen „Sicherheit und Vertrauen“ – „Vitalfunktionen“ – „Körpererleben“, die das Leben von Menschen mit „basalen Bedürfnissen“ prägen.

Es gilt, diese Bedürfnisse und Lebensweisen genau zu verstehen und Zusammenhänge zu erkennen. Das ist die Voraussetzung für einen angemessenen Umgangstil und wirklich förderliche Angebote zur individuellen Entwicklung.

### LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN

- kennen das Konzept der Sensomotorischen Lebensweisen und bekommen einen Blick dafür, was basale Bedürfnisse ausmachen.
- können die gelernten Inhalte im Sinn einer Entwicklungsdiagnostik anwenden.
- erkennen, wie sich Teilhabe und Selbstbestimmung jeweils konkret gestalten lassen.
- stellen sich den Fragen lebenslanger Begleitung, deren Rahmenbedingungen und Grenzen.

### REFERENT:

**Winfried Mall**, Diplom-Heilpädagoge (FH), langjährige Erfahrung in Therapie und Förderung sowie in Beratung und Weiterbildung, Begründer des Ansatzes der Basalen Kommunikation.

**TERMIN FÜRSTENFELD:** Do, 9. und Fr, 10. Juni 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** Lebenshilfe Fürstentfeld, Buchwaldstraße 14, 8280 Fürstentfeld

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Do, 26. Mai 2022

## **Psycho-Neuro-Immunologie Mit KÖRPER und HIRN gegen Stress**

Psychoneuroimmunologie betrachtet den Menschen mit der biopsychosozialen Brille. Das heißt, es geht um das Zusammenwirken von Psyche, Nervensystem, Hormonen und Immunsystem und welche Einflüsse chronischer Stress auf uns haben.

Theorien aus Epigenetik, und Neurobiologie einerseits und Übungen aus Meditation und Achtsamkeit andererseits ergeben einen ganzheitlichen Ansatz, der uns als „ganzen“ Menschen = Psyche und Physe sieht. Wie wir dieses komplexe System selbst steuern/beeinflussen und dabei unsere Selbstregulationsfähigkeit stärken können, steht im Mittelpunkt dieses Tages.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- haben ein Grundverständnis über das Zusammenwirken von Psyche-Nerven-Hormonen- und Immunsystem.
- haben ein Basisverständnis für die Beeinflussungsmöglichkeiten von psychischen und physischem Wohlbefinden.
- wissen über die Zusammenhänge von Stress und deren Wirkung auf das Immunsystem.
- können gezielte Entspannungsstrategien anwenden, die nachweislich positiv auf uns wirken.

### **REFERENT:**

**Mag. Wolfgang Binder**, Klinischer und Gesundheitspsychologe, Psychotherapeut (VT), NVR-Trainer.

**TERMIN:** Mo, 13. Juni 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 30. Mai 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

## **Systemische Elternarbeit** **...im Spannungsfeld von Institution und Umfeld**

Bei der Arbeit mit Menschen, die institutionell betreut werden, ist das Einbeziehen des relevanten Umfelds, oftmals sind es die Eltern, von großer Bedeutung. Dabei spielt das Alter der Kinder, der Kund\*innen oder Klient\*innen eine untergeordnete Rolle. Entscheidend für sie ist, dass der Aufenthalt erfolgreich und heilsam erlebt werden kann.

Um diesen Erfolg zu gewährleisten, brauchen Betreuer\*innen und Helfer\*innen in schwierigen Situationen und Konflikten Gesprächsführungskompetenz und Allparteilichkeit, um das gesamte Umfeld zu einer Zusammenarbeit zu bringen. Im Seminar werden unterschiedliche Werkzeuge für schwierige Gespräche gelehrt, praktische Übungen durchgeführt und Sichtweisen reflektiert.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- lernen, mit Widerständen zurechtzukommen.
- lernen, mit unterschiedlichen Sichtweisen und Erwartungen (Eltern, Institution, Kind) umzugehen.
- können gute Auftragsklärung durchführen und konfliktreiche Gespräche moderieren.
- lernen die Kompetenz der Allparteilichkeit (systemische Grundlagen).
- reflektieren unterschiedliche Erziehungsstile und pädagogische Haltungen.

### **REFERENTINNEN:**

**DSP<sup>in</sup> Lore Petrovic**, Systemische Psychotherapeutin, Sozialpädagogin, Supervisorin, Coach und Erwachsenenbildnerin, ehemalige Mitarbeiterin am Institut für Systemische Therapie, Psychotherapeutin in eigener Praxis.

**Dr.<sup>in</sup> Astrid Just**, Systemische Psychotherapeutin, Soziologin, Diplomierte Sozialarbeiterin, Supervisorin und Familiencoach, jahrelange Erfahrung im Bereich Psychiatrie, Trauma und Krisenintervention, Mitarbeiterin am Institut für Systemische Therapie Wien.

**TERMIN KALSDORF:** Di, 14. Juni, 13:30-17 Uhr  
und Mi, 15. Juni 2022, 9-17 Uhr (12 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf  
Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 290,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Di, 31. Mai 2022

**TERMIN LIEZEN:** Do, 29. September, 13.30-17 Uhr und Fr, 30. September  
2022, 9-17 Uhr (12 UE)

**ORT:** Haus der Inklusion, Fronleichnamsweg 13, 8940 Liezen  
Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 290,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Do, 15. September 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

## **PSYCHOSOMATIK**

### **Was die Sprache nicht vermag, spricht der Körper**

Menschen können nicht immer erkennen und mittels Sprache ausdrücken, was sie belastet und ihren inneren Stress verursacht. Vor allem Menschen, die entweder unsere Sprache nicht sprechen oder die sich nicht artikulieren können „sprechen“ oft mit körperlichen Symptomen zu ihrer Umwelt, um ihre innere Belastungssituation auszudrücken.

In diesem Seminar steht der Umgang mit Personen mit psycho-somatischen oder somato-psychischen Störungen im Fokus. Wie verstehen, erkennen wir diese und wie können wir adäquat reagieren und handeln? Durch die systemische Sichtweise werden die komplexen Zusammenhänge zwischen Person, Umwelt und Symptomatiken erkennbar und durch zahlreiche praxisbezogene Übungen werden die eigenen psychosomatisch orientierten Kompetenzen gestärkt und erweitert.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- wissen über psychosomatische Leidenszustände auf der Grundlage des bio-psycho-sozialen Menschenbildes Bescheid.
- kennen adäquate Handlungsansätze und Methoden.
- können in kurzer Zeit erkennen, ob eine psychosomatische Störung vorliegt und angemessen reagieren.
- sind in der Lage, das transaktionale Modell von Lazarus in der Begleitung und Beratung von Menschen mit psychosomatischen Störungen praktisch und sinngerecht umzusetzen.

### **REFERENTIN:**

**Dr.<sup>in</sup> Katharina Krassnig**, Ärztin für Allgemeinmedizin, Systemische Psychotherapie, Traumatherapie, reteaming-Coaching und div. Körpertherapien. ÄK-Diplome in Homöopathie und Phytotherapie. Geschäftsführerin der Wiener Schule für TCM.

**TERMIN:** Mo, 20. Juni und Di, 21. Juni 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 6. Juni 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

Vom **STLP** (Steirischer Landesverband der Psychotherapie) anerkannt.

# INTUITION

## Wie nutze ich meine unbewusste Intelligenz?

Wir begegnen in der sozialen Arbeit vielen Menschen. Es gibt unterschiedliche „erste Eindrücke“ und „intuitive Eingebungen“ und vermeintlich wird vorwiegend auf verbaler Ebene kommuniziert; doch während sprachliche Informationen ausgetauscht werden, entstehen gleichzeitig innere Bilder, Phantasien und Vermutungen übereinander. Über wen sie etwas Wichtiges sagen - über mich oder über mein Gegenüber oder über uns beide - ist vorerst offen.

Diese unbewussten Wahrnehmungen und deren Interpretation sind neben dem fachlichen und methodischen Wissen für das Gelingen von Gesprächen, Beratungen oder täglichen Begegnungen entscheidend.

Darum ist es wichtig, unsere Intuition zu schulen, zu überprüfen und bewusst zu nutzen. So können wir unsere unbewusste Intelligenz nutzen.

*Alles was wirklich zählt, ist Intuition.*  
Albert Einstein

### LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN

- wissen über das Potential unbewusster Wahrnehmungen & Interpretationen Bescheid.
- haben die Vielfalt des Begriffs reflektiert & kennen die drei Arten der Intuition.
- können Ihre Intuitionen überprüfen & wissen, diese bewusst einzusetzen.
- haben Methoden des Zugangs zu intuitivem Wissen in unterschiedlichen Settings erprobt.

### REFERENTIN:

**Dr.<sup>in</sup> Gerda Peschel**, Psychologin, Psychotherapeutin, Lehrtherapeutin, Transaktionsanalytikerin, Supervisorin.

**TERMIN:** Mi, 22. Juni 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf  
Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mi, 8. Juni 2022

Vom Berufsverband Österreichischer  
Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

Vom **ÖVS-Landesgruppe Steiermark** anerkannt.



# **Depression und Angst bei chronischer Stressbelastung**

## **Von Stress, Stressfolgen und Stressbewältigung**

Stress ist ein hoch komplexes Phänomen, welches im Hinblick auf unsere Gesundheit als zentrales Steuerelement verstanden werden kann. Im Seminar diskutieren wir den Sinn (und „Unsinn“) von Stress, reflektieren akute und anhaltende Stressprozesse und beleuchten mögliche Konsequenzen in Bezug auf unsere Gesundheit. Dabei werden auch positive Aspekte von Stress nicht zu kurz kommen.

Als häufige Folge chronischer Stressbelastungen werden depressive Krankheitszustände und Angststörungen gesondert besprochen. Darüber hinaus beinhaltet das Seminar einen Überblick über Behandlungsoptionen bei Depression und Angst.

Der Terminus „Burnout“ hingegen wird sehr heterogen verstanden und im ICD-11 auf Folgen beruflicher Belastungen reduziert. Er wird in diesem Seminar daher weitgehend vermieden.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- erlangen ein Grundverständnis für das Phänomen „Stress“ und können eigene Stressprozesse besser interpretieren.
- lernen positive Aspekte von Stress als wertvolle Ressource und „Energiequelle“ kennen.
- wissen über gesundheitliche Gefahren chronischer Stressbelastungen Bescheid.
- können Depression und Angst als krankheitswertige Zustände definieren und beschreiben.
- kennen effiziente präventive Gegenmaßnahmen bei chronischer Stressbelastung.

### **REFERENT:**

**Dr. Frans van der Kallen**, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin, Arzt für Allgemeinmedizin, staatl. gepr. Berg- und Schiführer, ÖÄK-Diplom für Alpin- und Höhenmedizin, Diplom Sportpsychiatrie der DGPPN, Vorstandsmitglied der Österr. Ges. f. Sportpsychiatrie- und Psychotherapie (ÖGSP), sowie der Österr. Ges. f. Alpin- und Höhenmedizin (ÖGAHM).

**TERMIN:** Do, 23. Juni 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf  
Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Do, 9. Juni 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

## **Konfliktmanagement Konflikte konstruktiv bearbeiten**

In einem konfliktreichen Spannungsfeld zu arbeiten, kann sehr frustrierend sein. Deshalb ist es umso wichtiger, sich mit dem eigenen Konfliktverständnis und –verhalten sowie unseren Konfliktmustern auseinanderzusetzen. In diesem Seminar lernen wir zu verstehen, was in sozialen Konflikten passiert und wie sie verlaufen. Durch diese Auseinandersetzung wird es möglich, sich selbst in der Konfliktprävention zu stärken und einfache Instrumente in der Konfliktbearbeitung anzuwenden. Auf Basis von praktischen Beispielen und Empfehlungen für ein konstruktives Arbeitsverhältnis, werden wir angeregt, selbst aktiv zu werden.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- erweitern Ihr Wissen über Konflikte und deren hintergründige Mechanismen.
- erfahren mehr über Ihr eigenes Konfliktverhalten.
- schärfen die Wahrnehmungsfähigkeit für soziale und strukturelle Konfliktsituationen.
- wenden ein Analysemodell zur Orientierung im Anlassfall an.

### **REFERENT:**

**Franz Seidl, MAS, MBA**, eingetragener Mediator, Coach, Psychotherapeut, selbständiger Unternehmensberater, zertifizierter Risikomanager und Führungskräftetrainer, langjährige Tätigkeit als Führungskraft im öffentlichen Gesundheitsbereich und in der Katastrophenhilfe.

**TERMIN:** Fr, 24. Juni 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf  
Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Fr, 10. Juni 2022

## **WIDERSTAND verstehen – RESPEKTVOLL handeln**

In der Arbeit mit Menschen erlebt man immer wieder offene oder verdeckte Abwehrreaktionen. Widerstand in Form von Rückzug, Verweigerung, aggressiver Ablehnung oder Abwertung stellt eine Herausforderung für die professionelle Arbeit dar.

In diesem Seminar setzen wir uns mit den Phänomenen des Widerstandes auseinander.

Wir erfahren, wie es gelingen kann, den Widerstand zu respektieren und ihn für die gemeinsame Arbeit zu nutzen, ohne in Macht- und Ohnmachtsgefühle zu gelangen.

Mit der Methode der „Motivierenden Gesprächsführung“ gelingt es, mit widerstehenden Menschen klar, respektvoll und motivierend zu kommunizieren. Wir anerkennen die Ambivalenzen unseres Gegenübers und verfolgen gleichzeitig konsequent die Ziele, für die wir beauftragt wurden.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- kennen unterschiedliche Konzepte und Formen von Widerstand.
- wissen, wie Sie persönlich auf Widerstand reagieren und welche Folgen das für die Beziehungsgestaltung hat.
- können mit dem Widerstand Ihres Gegenübers respektvoll umgehen sowie motivierend im Sinne der Beratungs- und Betreuungsziele wirken.
- kennen das Konzept der „Motivierenden Gesprächsführung“ und können Teile davon anwenden.

### **REFERENTIN:**

**Mag.<sup>a</sup> Birgit Mahrle-Haas**, Erwachsenenbildnerin, Trainerin, Coach und Supervisorin, Lehrbeauftragte an diversen Bildungsinstitutionen wie z.B. FH-Joanneum, UNI for LIFE und weitere.

**TERMIN KALSDORF:** Mo, 27. und Di, 28. Juni 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 13. Juni 2022

**TERMIN FÜRSTENFELD:** Di, 15. und Mi, 16. November 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** Lebenshilfe Fürstenfeld, Buchwaldstraße 24, 8280 Fürstenfeld

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Di, 1. November 2022

Vom **ÖVS-Landesgruppe Steiermark** anerkannt.



Österreichische Vereinigung  
für Supervision und Coaching

## **VerhaltensMUSTER unterbrechen** **vererbte Muster erkennen, unterbrechen und verabschieden**

Immer wieder stellen wir bei uns oder anderen fest, dass bestimmte Verhaltensweisen von Generation zu Generation weitergegeben werden und sich das auch durch die Familiengeschichten vieler Klient\*innen zieht.

So zum Beispiel: Kinder aggressiver Eltern verhalten sich ihren Kindern gegenüber ähnlich aggressiv. Die Tochter der überforderten Mutter hat später selbst Probleme, sich zu entspannen.

Damit Verhalten unterbrochen werden kann, müssen wir es zunächst erkennen und Betroffenen helfen, es zu reflektieren und sie dabei auf praktischer Ebene unterstützen. Wie diese Unterstützung aussehen kann, wird in diesem Seminar gezeigt. Achtsamkeits- und Skillstraining sowie Übungen aus der Traumatherapie können Entspannung, Ruhe und Sicherheit geben. Im Seminar werden diese unterschiedlichen Übungen vermittelt und erprobt, um mit neuem Handwerkszeug in den eigenen Tätigkeitsbereich zu gehen.

Dabei darf ein kleiner Ausflug zu den eigenen Mustern nicht fehlen – denn wenn wir Menschen dabei helfen wollen, neue Strategien und Wege zu entwickeln, lohnt es sich, auch die eigenen Erblasten zu reflektieren.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- kennen theoretische Grundlagen über die Weitergabe von Verhaltensmustern, Traumatisierungen und Überlebensstrategien.
- erfahren etwas über eigene Verhaltensmuster.
- bekommen ein Repertoire an praktischen Übungen (Entspannungstechniken, Traumatechniken, Skillstraining, etc.).

### **REFERENTIN:**

**Dr.<sup>in</sup> Astrid Just**, Systemische Psychotherapeutin, Soziologin, Diplomierte Sozialarbeiterin, Supervisorin und Coach, jahrelange Erfahrung im Bereich Psychiatrie, Trauma und Krisenintervention, Autorin, Mitarbeiterin am Institut für Systemische Therapie Wien.

**TERMIN:** Fr, 16. September 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf  
Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10% USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Fr, 2. September 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

Vom **ÖSV-Landesgruppe Steiermark** anerkannt.



# **MANIPULATION: Krankheitssymptom oder Problemlösungsressource?**

## **Manipulatives Verhalten im Kontext von Krankheit und Gesundheit**

Manipulatives Verhalten, wie es im Rahmen verschiedener psychischer Störungen häufig vorkommt, kann große (emotionale) Belastung bei den betreuenden Personen bewirken. Diese Manipulationen können auch ganze Teams oder Organisationen (ver-)stören und zu anhaltenden Konflikten und Spaltungen beitragen.

Im Zentrum des Seminars stehen folgende Fragen:

- Was ist manipulatives Verhalten eigentlich und welches Verhalten wird als manipulativ empfunden?
- Wann ist es pathologisch, wann auch eine Ressource?
- Was löst ein solches Verhalten in uns selbst aus und woran merke ich, dass ich meine professionelle Distanz verliere?
- Welche Anliegen, Bedürfnisse, Ziele oder Konflikte stecken hinter manipulativem Verhalten?
- Welche persönlichen und organisatorischen Strategien sind hilfreich, um im professionellen Kontext diesem Verhalten entgegenzuwirken und dabei die betreffenden Klient\*innen/Kund\*innen bestmöglich zu unterstützen?

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- kennen und verstehen den Zusammenhang von psychischer Erkrankung und manipulativem Verhalten.
- lernen, die Auswirkungen auf persönlicher und organisatorischer Ebene zu analysieren und zu reflektieren.
- erarbeiten persönliche Strategien, um mit manipulativem Verhalten künftig gut umzugehen.
- setzen sich mit dem Erkennen eigener Fallen und Verstrickungen auseinander.

### **REFERENT:**

**Dr. Thomas Trabi**, Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie im LKH Graz II und in eigener Praxis, Allgemeinmediziner, Psychotherapeutische Medizin, Diplom für Substitutionsbehandlung, Trainer für Kommunikation, Moderation und Projektmanagement.

**TERMIN:** Di, 20. September 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Di, 6. September 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

## **Zuhören – verstehen – entscheiden**

### **Beratung von Menschen mit Behinderung**

Inklusion, Teilhabe und Selbstbestimmung sind die Schlagworte in der Arbeit mit Menschen mit Behinderung in dieser Zeit. Dieses Seminar bietet die Möglichkeit, Beratung als unterstützendes Tool in der Förderung von Teilhabe und Selbstbestimmung von Menschen mit Behinderung zu verstehen und zu nutzen:

- Wie läuft ein Beratungsprozess mit einer partizipativen Entscheidungsfindung ab?
- Welche Kommunikationstechniken sind in der Arbeit mit Menschen mit Behinderung unabhängig von der Einschränkung unterstützend?
- Worauf achte ich bei spezifischen Einschränkungen der Ratsuchenden?

Anhand von Fallbeispielen und Berichten aus dem beruflichen Arbeitsalltag der Teilnehmer\*innen werden gemeinsam alltagsnahe Lösungsansätze erarbeitet und diskutiert. Nach einer Phase des Ausprobierens und praktischen Umsetzens wird im 2. Termin des Seminars reflektiert und weitergearbeitet.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- haben Kommunikationstechniken für eine erfolgreiche Beratung kennengelernt.
- wissen, wie Sie Ihre Kund\*innen beratend in der Entscheidungsfindung unterstützen können.
- können Beratung als professionelle Unterstützung zur Teilhabe der Kund\*innen nutzen.

### **REFERENTIN:**

**DSA<sup>in</sup> Daniela Sprenger, MA**, Sozialarbeiterin und Lektorin am Institut für Soziale Arbeit der FH JOANNEUM in Graz. Arbeitsschwerpunkte Gesundheit/Krankheit und Behinderung.

**TERMIN:** Mo, 19. September und Mo, 7. November 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf  
Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10% USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 5. September 2022

## UMGANG mit herausforderndem Verhalten

Herausforderndes Verhalten und besondere Situationen begegnen uns in der Betreuung und Begleitung von Menschen immer wieder. Hier gilt es, diese Herausforderungen anzunehmen und immer wieder für Klarheit zu sorgen und eine arbeitsfähige Beziehung aufzubauen bzw. aufrecht zu erhalten.

Das Abbauen von Widerständen sowie der Aufbau von Beziehung und welche neurobiologischen Zugänge dafür hilfreich sind, sind Inhalte dieses Seminars. Auf Grundlage der Haltungen des Konzeptes der Neuen Autorität (nach Haim Omer) stehen Menschen, die mit Menschen arbeiten mit ihren Fragen und Herausforderungen im Mittelpunkt. Durch Reflexion, Übungen und (neue) Haltung kann ein gelingendes gemeinsames Tun im herausfordernden Arbeitsalltag möglich sein.

### LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN

- haben ein grundsätzliches Verständnis wie Beziehung (neurobiologisch) entstehen kann.
- wissen wie Sie herausforderndem Verhalten begegnen können (deeskalierende Haltung, Methoden und Techniken).
- kennen die Grundhaltung des Konzeptes der Neuen Autorität.
- können für Klarheit sorgen & arbeitsfähige Beziehungen aufbauen.

### REFERENT:

**Mag. Wolfgang Binder**, Klinischer und Gesundheitspsychologe, Psychotherapeut (VT), NVR-Trainer.

**TERMIN:** Mi, 21. und Do, 22. September 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mi, 7. September 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

## **Heute KOLLEG\*IN, morgen FÜHRUNGSKRAFT** **Den Rollenwechsel erfolgreich gestalten**

Von Kolleg\*in zu Kolleg\*in - das war gestern - nun ist oder wird man deren Vorgesetzte\*r. Ein derartiger Übergang sollte gut gestaltet sein, denn er wirft auch knifflige Fragen auf:

Was bringt die geänderte Rolle mit sich?

Auf welche Herausforderungen gilt es zu achten?

Wie gehe ich mit den Erwartungen um?

Wie finde ich in der neuen Rolle die richtige Balance zwischen Nähe und Distanz?

Wie kann ich motivieren mich aber auch durchsetzen und positionieren?

Wie dieser Rollenwechsel für alle Betroffenen gut gestaltet werden kann, steht im Zentrum dieses Seminars.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- haben Klarheit über die Rollenveränderung und haben „einen Plan“ wie Sie mit den Veränderungen umgehen (werden).
- können Ihre persönliche Haltung / Ihr Führungsverständnis überdenken.
- kennen Formen und Möglichkeiten, die Sie in Ihrer (neuen) Führungsrolle stärken können.

### **REFERENT:**

**Franz Seidl, MAS, MBA**, eingetragener Mediator, Coach, Psychotherapeut, selbständiger Unternehmensberater, zertifizierter Risikomanager und Führungskräfte-trainer, langjährige Tätigkeit als Führungskraft im öffentlichen Gesundheitsbereich und in der Katastrophenhilfe.

**TERMIN:** Fr, 23. September 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf  
Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Fr, 9. September 2022

## **Meine Scham und ich**

### **Umgang mit dem Thema Scham – erfahrungsorientiert**

Scham ist ein tabuisiertes Thema, niemand redet gerne darüber. Wenn wir uns schämen, möchten wir am liebsten im Boden versinken, stattdessen zieht die Signalfarbe rot ein und macht uns sichtbarer denn je. Scham ist ein Mittel der Disziplinierung, wer gesellschaftliche Normen übertritt, wird an den Pranger gestellt. Scham ist aber auch ein Gefühl, von dem Menschen, die wir beraten oder betreuen, betroffen sind. Wichtig ist zu reflektieren, was uns schämen lässt und wie wir damit umgehen können, um dem Gefühl der Scham unserer Klient\*innen adäquat zu begegnen.

- Was lässt uns erröten und was will uns die Scham mitteilen?
- Welche gesellschaftlichen Normen führen zur Scham?
- Schuld und Scham? Schuld statt Scham?
- gesunde und toxische Scham sowie Auslöser unserer Scham
- Begleiter\*innen der Scham wie Hilflosigkeit, Ohnmacht, Lähmung und Minderwert

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- reflektieren Ihren eigenen Umgang mit Scham und wie das Ihre Arbeit beeinflusst.
- erfahren, was Sie beschämt.
- beschäftigen sich mit gesellschaftlichen Normen, die zu Scham führen.
- lernen, wie Sie mit „beschämenden“ Situationen besser umgehen können.

### **REFERENTIN:**

**Dr.<sup>in</sup> Carmen Unterholzer**, systemische Einzel-, Paar- und Familientherapie am Institut für Systemische Therapie (IST, Wien), Lehrtherapeutin für systemische Familientherapie bei der ÖAS (Österreichischen Arbeitsgemeinschaft für Systemische Therapie und Studien, Wien). Autorin von „Es lohnt sich, einen Stift zu haben“ und „Selbstwirksam schreiben. Wege aus der Rat- und Rastlosigkeit“ Carl Auer-Verlag.

**TERMIN:** Mo, 26. und Di, 27. September 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 12. September 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

Vom **STLP** (Steirischer Landesverband der Psychotherapie) anerkannt.

## **DELINQUENZ im Jugendalter**

### **erkennen - verstehen - Prognose**

Die Jugend ist eine Zeit des Ausprobierens, Austestens von Grenzen und „sich selbst finden“. Dabei kommt es immer wieder zu riskantem Verhalten bis hin zu delinquentem Verhalten, das sich in den meisten Fällen als vorübergehend erweist.

Im Fokus des Seminars liegt die Einschätzung und Bewertung von sogenanntem „jugendlichen Risikoverhalten“. Dadurch wird eine Prognose und in Folge eine Abschätzung der Notwendigkeit von „institutioneller Hilfe“ möglich.

Anhand von Fallbeispielen erfolgt eine praxisnahe Auseinandersetzung mit dem Thema. Eigene Fallbeispiele können gerne eingebracht werden.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- wissen um die alterstypischen und damit „normalen“ Risikoverhaltensweisen im Jugendalter Bescheid.
- kennen die Erscheinungsformen von Jugenddelinquenz.
- können abschätzen, ob es „institutionelle Hilfe“ braucht.

### **REFERENTIN:**

**Mag.<sup>a</sup> Anita Raiger, MA**, Forensische Psychologin, Klinische- und Gesundheitspsychologin, Mediatorin, gerichtlich beeidigte & zertifizierte Sachverständige mit dem Schwerpunkt auf Gefährlichkeits- und Rückfallprognosen von Gewalt- und Sexualstraftäter\*innen.

**TERMIN:** Di, 27. September 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** Steiermarkhof, Ekkehard-Hauer-Straße 33, 8052 Graz

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Di, 13. September 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

## **BEWEGUNG und SPORT – (auch) eine Frage der MOTIVATION – Vertiefung**

### **Wie wir Bewegung in den Betreuungsalltag integrieren können**

Woran erkenne ich bei mir selbst, dass es Zeit ist, etwas zu ändern? Woran erkenne ich bei meinen Klient\*innen/Kund\*innen/Bewohner\*innen, dass es Zeit ist, etwas zu ändern?

In diesem sehr praxisorientierten Workshop vertiefen wir die Themen Motivation, Resilienz, und Achtsamkeit in der Bewegung.

Von der konkreten Wahrnehmung (mit allen Sinnen), bis hin zur tatsächlichen Veränderung! Erfahren und erleben Sie Möglichkeiten, einerseits sich selbst zu stärken und Resilienzen aufzubauen, andererseits diese Methoden, Übungen und Inhalte auch an Ihre Klient\*innen weiterzugeben.

Unser Ziel in diesem Seminar ist es, Sie ins TUN zu bringen!

**BITTE MITBRINGEN:** gemütliche Kleidung, Nordic Walking Stöcke (wenn vorhanden)

**ZIELGRUPPE:** Teilnehmer\*innen, die „Bewegung und Sport (auch) eine Frage der Motivation“ - Grundlagen oder „Bewegung und Sport in der psychosozialen Arbeit“ besucht haben.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- erkennen Veränderungspotentiale bei Ihnen und Ihren Klient\*innen und können diese nutzen.
- erfahren und vertiefen Methoden zur langfristigen Aufrechterhaltung der Motivation und Achtsamkeit.
- erhalten Werkzeuge, die Ihre, sowie die Resilienz Ihrer Kund\*innen, stärken.
- werden für Bewegung und Sport inspiriert und motiviert.

### **REFERENTEN:**

**Mag. Thomas Kayer**, Sportpsychologe, Mentalcoach & Teamentwickler, Universitätslektor, Geschäftsführer Groundwork GmbH.

**Mag. Jürgen Plechinger**, Klinischer- und Gesundheitspsychologe, Sportpsychologe.

**TERMIN:** Mo, 3. und Di, 4. Oktober 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** Steiermarkhof, Ekkehard-Hauer-Straße 33, 8052 Graz

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 19. September 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

## **GRENZEN und REGELN** **erkennen und vereinbaren**

Grenzen schaffen Strukturen, sie geben Sicherheit und bieten einen klaren Rahmen, der schützen, aber auch einengen kann.

Eigene Grenzen und die anderer Menschen zu erkennen und einzufordern bzw. zu verteidigen fällt vielen Menschen, ob behindert oder nicht, nicht immer leicht. Menschen mit Behinderungen mussten immer wieder erleben, dass ihre Grenzen nicht geachtet und im Rahmen von Therapie- und Erziehungsmaßnahmen und auch durch das Leben in unfreiwilligen Gemeinschaften überschritten werden. Daraus folgt, dass sie ihre Grenzen und die anderer nicht kennen und verteidigen können. Grenzverletzungen sind an der Tagesordnung.

Grenzsetzungen und Regeln sind unerlässlich, wenn es darum geht, die körperliche oder psychische Unversehrtheit der Kolleg\*innen, der Begleiter\*innen und anderer involvierter Personen zu schützen und das soziale Miteinander zu gestalten.

Menschen mit schweren kognitiven Beeinträchtigungen können den Sinn von Regeln und Grenzen oft nicht erkennen. Sie brauchen eine besonders achtsame Begleitung im Erwerb dieser.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- kennen ihre eigenen Grenzen und Möglichkeiten und können dafür sorgen, dass diese geachtet werden.
- sind sensibel im Erkennen der Grenzen anderer Menschen.
- können Menschen mit Behinderung darin unterstützen, Grenzen anderer zu erkennen und zu berücksichtigen.
- wissen, wie Regeln miteinander ausgehandelt werden und diese eingehalten werden.

### **REFERENTIN:**

**Dipl.-Päd.<sup>in</sup> Ingeborg Wolfmayr**, Lehrerin für schwer- und schwerstbehinderte Kinder und Jugendliche, Lehrbeauftragte im Behindertenbereich.

**TERMIN:** Mo, 3. und Di, 4. Oktober 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 19. September 2022

## **DIGITALISIERUNG und der Einfluss auf mich und mein Arbeitsumfeld**

Digitale Medien haben unseren Arbeitsalltag verändert. So wie diese Medien bestimmte Möglichkeiten bieten, Vernetzung ermöglichen und Erreichbarkeit gewähren, beeinflussen sie jedoch sowohl uns als Individuen als auch unsere Arbeitsprozesse. In diesem Seminar werden wir uns mit diesen Einflüssen auf unser privates und berufliches Umfeld beschäftigen und Strategien entwickeln um einen positiven persönlichen Umgang mit Medien zu finden. Weiters werden wir Möglichkeiten lernen, um andere Personen (Kund\*innen, Klient\*innen, ...) in ihrem Medienkonsum und ihrer Mediennutzung beziehungsorientiert zu unterstützen.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- entwickeln Strategien, um digitale Medien beruflich und privat auf positive und reflektierte Art zu nutzen.
- wissen über die Wirkung digitaler Medien auf Personen und die Gesellschaft Bescheid.
- lernen Möglichkeiten, um Kund\*innen und Klient\*innen in ihrer Mediennutzung und ihrem Medienkonsum zu begleiten und zu unterstützen.

### **REFERENT:**

**Lukas Wagner, MSc**, Psychotherapeut, Medienpädagoge, Sexualpädagoge. Psychotherapeutisch tätig in freier Praxis in Graz. Arbeitsschwerpunkte: Jugendliche, junge Erwachsene, neue Medien und digitale Lebenswelten.

**TERMIN:** Mi, 5. Oktober 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf  
Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mi, 21. September 2022

## GERONTOpsychiatrie

„Älter werden“ betrifft uns alle. Für Klient\*innen und Betreuungseinrichtungen bringt das höhere Alter neue Herausforderungen mit sich: während die Lebensinteressen sich allmählich und in unterschiedlichem Ausmaß verändern, schleicht sich zusätzlich noch erhöhter Pflegeaufwand ein. Dabei spielen alterstypische psychische und somatische Erkrankungen im Zusammenspiel mit der mitunter auch bestehenden Behinderung eine wesentliche Rolle. Auch die Verträglichkeit von Nahrungsmitteln und Medikamenten verändert sich. Betreuer\*innen kommen dabei häufig an die Grenzen ihrer Belastbarkeit. Es erfordert deshalb besondere fachliche Kenntnisse und eine persönliche Auseinandersetzung mit dem Thema „Alter“ sowie das Wissen um mögliche therapeutische Maßnahmen.

Im Seminar werden grundlegende Wissensbausteine über den Alterungsprozess vermittelt. Dazu gehören oft auch Isolation und Vereinsamung (verstärkt z.B. durch Corona) und den damit verbundenen beschleunigten Abbauprozessen sowie auch der erhöhten Suizidalität. Alltagsprobleme werden an Hand von Fallbeispielen gemeinsam erarbeitet und Lösungsansätze diskutiert.

### LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN

- beschäftigen sich mit den unterschiedlichen Dimensionen und Begriffen des Alterns.
- wissen über altersbedingte Veränderungen Bescheid.
- erlangen Grundwissen über psychiatrische Erkrankungen im höheren Lebensalter (Demenz, Altersdepression, Wahnentwicklung ...).
- erweitern Ihre Kommunikations- und Verhaltensweisen für den Betreuungsalltag und wissen über therapeutische Maßnahmen Bescheid.

### REFERENTIN:

**Dr.<sup>in</sup> Sigrid Alvin**, Fachärztin für Psychiatrie, Ärztin für psychotherapeutische Medizin (Psychoanalyse), Supervisorin, Lehrtätigkeit.

**TERMIN:** Do, 6. und Fr, 7. Oktober 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Do, 22. September 2022

Vom Berufsverband Österreichischer PsychologInnen (**BÖP**) anerkannt.

## **PERSÖNLICHKEITSTÖRUNGEN**

Kaum eine psychiatrische Erkrankung regt unsere Fantasie derart an, wie Persönlichkeitsstörungen:

Diese Faszination führt zu einer Vielzahl an medialen Berichten und wissenschaftlichen Arbeiten. Aber auch Krimis kommen selten ohne einen aalglatten Narzissten, einen perversen Dissozialen oder eine verführerische Histrionikerin aus.

Persönlichkeitsstörungen erregen auch deshalb so großes Interesse, weil sie in hohem Maße Folgendes symbolisieren:

Den schmalen Grad zwischen „psychisch gesund“ und „psychisch krank“, den fließenden Übergang zwischen akzentuierten Persönlichkeitszügen und den Symptomen einer bereits pathologisch zu wertenden Störung.

Mit Hilfe vieler Fallbeispiele wird ein buntes, klinisch relevantes „Verstehen“ möglich werden.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- haben sich mit Diagnose und Differentialdiagnosen einzelner Persönlichkeitsstörungen auseinandergesetzt.
- diskutieren Zielsetzungen und Grenzen von verschiedenen Therapieformen.
- wissen über forensische sowie fremd- und selbstgefährdende Aspekte von Persönlichkeitsstörungen Bescheid.
- beschäftigen sich mit den Besonderheiten in der professionellen Beziehungsgestaltung.

### **REFERENT:**

**Dr. Stefan Sinz**, Facharzt für Psychiatrie in freier Praxis, ärztlicher Leiter der Suchtberatung Obersteiermark, Psychotherapeutische Ausbildung u.a. auf dem Gebiet der systemischen Therapie und Psychoanalyse.

**TERMIN:** Fr, 7. Oktober, 9-17 Uhr und Sa, 8. Oktober 2022, 9-12.30 Uhr (12 UE)

**ORT:** Steiermarkhof, Ekkehard-Hauer-Straße 33, 8052 Graz

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 290,00 Euro Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Fr, 23. September 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

# **UMGANG mit Gewalt und Aggression bei Menschen mit PSYCHISCHER ERKRANKUNG**

## **unter Berücksichtigung rechtlicher Aspekte**

Immer wieder sind psychiatrische Diagnosen die Erklärung für Gewalttaten oder aggressives Verhalten. Das betrifft den Betreuungsalltag ebenso wie das gesamte Lebensumfeld psychisch erkrankter Menschen.

In diesem Seminar geht es darum, die Zusammenhänge von psychiatrischen Diagnosen und möglichem aggressiven Verhalten vertiefend zu bearbeiten und sich daraus ergebende rechtliche Probleme zu erörtern.

Typische Symptome psychischer Erkrankungen und deren Einfluss auf Aggressionsbereitschaft und gewalttätiges Verhalten werden dargestellt und besprochen. Grundsätzliche und situationsabhängige Risikofaktoren in der Arbeit mit psychisch kranken Menschen werden aufgezeigt, um individuelle Lösungen zur Risikominimierung im eigenen Arbeitsumfeld erarbeiten zu können.

Die rechtlichen Rahmenbedingungen in Bezug auf Zwangsbehandlungen, Selbst- und Fremdbestimmung sowie Haftungsfragen werden ausführlich und an Hand von Fallbeispielen besprochen. Dazu gehören auch Fragen zu Verantwortlichkeit und Sorgfaltspflichten.

Schließlich werden typische Eskalationsmodelle erklärt und Deeskalationsstrategien vorgestellt.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- kennen die Zusammenhänge von psychiatrischen Diagnosen und Gewaltbereitschaft bzw. aggressivem Verhalten.
- kennen relevante rechtliche Rahmenbedingungen für die Arbeit mit psychisch erkrankten Personen.
- wissen, welche (auch rechtlichen) Risiken für Sie als Mitarbeiter\*in bzw. für das Umfeld entstehen können und wie man ihnen begegnen kann.
- haben Kenntnis um Eskalationsphasen und entsprechende Deeskalationsmöglichkeiten.

### **REFERENT\*INNEN:**

**Dr.<sup>in</sup> Eva Kada**, Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie (VT), Sexualtherapeutin, Leitung der offenen forensischen Station des LKH Graz Süd-West, Standort Süd.

**Dr. Erwin Schwentner**, Jurist, SenPräs. d. OLG Graz iR., Patient\*innen- und Angehörigenberatung, Mitarbeit bei der Patient\*innen- und Pflegeombudschaft Steiermark, Mitglied der Volksanwaltschaft und diverser Expertenkommissionen.

**TERMIN:** Mo, 10. Oktober und Di, 11. Oktober 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** Steiermarkhof, Ekkehard-Hauer-Straße 33, 8052 Graz

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 26. September 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

## **Rückenschonendes Arbeiten**

### **Mein Körper als Ressource**

Die Pflege ist eine herausfordernde Tätigkeit, unter welcher der eigene Rücken manchmal leidet. Dieser Tag widmet sich dem rückenschonenden Handeln in der täglichen Arbeit.

Dabei stehen folgende Aspekte im Fokus:

- „der Blick auf meinen Rücken“
- (Auffrischung) kinästhetischer Grundlagen
- rückenschonende Techniken und praktische Anwendungsübungen für den pflegenden Alltag
- Arbeit an den Beispielen aus dem eigenen Pflege-Alltag: Reflexion & Optimierung

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- reflektieren Ihren Umgang mit dem eigenen Körper.
- frischen rückenschonende Techniken für den pflegenden Alltag auf, und probieren diese aus.
- lernen kinästhetische Grundlagen kennen.

### **REFERENT:**

**Gerfried Lückl, MSc**, Pflegepädagogin, Diplomierter Psychiatrischer Gesundheits- und Krankenpfleger, Akupunktmassage, Qi Gong Yangsheng Wuhan-Stil Lehrender, Systemischer Supervisor.

**TERMIN:** Mi, 12. Oktober 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** Steiermarkhof, Ekkehard-Hauer-Straße 33, 8052 Graz  
Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mi, 28. September 2022

## **Ach du liebe Zeit**

### **Mehr Balance im Arbeitsalltag**

Fachkräfte in der Gesundheits- und Sozialwirtschaft haben neben ihrer „eigentlichen“ fachlichen Arbeit, eine Reihe von administrativen Aufgaben zu bewältigen. Diese scheinen immer umfangreicher zu werden und nehmen Zeit in Anspruch, die ihnen in der Arbeit mit den Kund\*innen abgeht.

Unter Zeitdruck und Stress zeigen sich unsere Persönlichkeitsmuster in einer besonderen Weise. Wir bleiben zunächst effizient und handlungsfähig, verlieren aber letztendlich den Blick aufs Ganze. Das Gefühl von Druck und Enge und Ohnmacht verstärkt sich.

In diesem Seminar fokussieren wir uns daher auf die eigenen Persönlichkeitsmuster und gewinnen mit dem ZRM eine Haltung, die einen souveränen Umgang mit belastenden Situationen erleichtert. Gleichzeitig schauen wir uns an, welche Möglichkeiten der Zeit- und Arbeitsorganisation uns im Alltag unterstützen können.

Um die Inhalte gut in den Arbeitsalltag transferieren und integrieren zu können, finden zwei Peergruppentreffen zu je 1 Stunde und eine abschließende Nachbearbeitungs- und Reflexionseinheit statt.

#### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- kennen Ihr Persönlichkeitsmuster im Stress und die persönlichen „Fallen“.
- finden eine Haltung, die Sie in eine größere Balance bringt.
- entwickeln energieschonende Strategien, mit Unliebsamkeiten umzugehen.
- kennen ausgewählte Methoden des Zeitmanagements und können diese in Ihrer beruflichen Praxis anpassen.

#### **REFERENTIN:**

**Mag.<sup>a</sup> Birgit Mahrle-Haas**, Erwachsenenbildnerin, Trainerin, Coach und Supervisorin, Lehrbeauftragte an diversen Bildungsinstitutionen wie z.B. FH-Joanneum, UNI for LIFE und weitere.

**TERMIN:** Do, 13. Oktober, 9-17 Uhr und Fr, 14. Oktober 2022, 9-12:30 Uhr sowie Fr, 4. November 2022, 9-12:30 Uhr Reflexion und Nachbearbeitung (Gesamt 16 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf  
Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10% USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Do, 29. September 2022

## **SUIZIDALITÄT bei psychisch kranken Menschen**

Suizidalität hat viele Gesichter und suizidales Verhalten ist in den meisten Fällen komplex begründet. In diesem Seminar wird der Zusammenhang zwischen verschiedenen psychiatrischen Krankheitsbildern und Suizidalität behandelt. Risikofaktoren und protektive Faktoren bei der Entstehung von Suizidalität werden bearbeitet wie auch die Möglichkeiten und Grenzen in der Begleitung und Betreuung. Die eigene professionelle Haltung im Umgang mit Suizidalität und persönliche sowie institutionelle Faktoren werden dabei ebenso reflektiert.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- kennen die Zusammenhänge zwischen psychiatrischen Erkrankungen und Suizidalität.
- haben Ihre eigene Haltung und den institutionellen Umgang mit dem Thema reflektiert.
- wissen um Möglichkeiten und Grenzen in der Begleitung und Beratung.

### **REFERENTIN:**

**Dr.<sup>in</sup> Christina Pillich**, Fachärztin für Psychiatrie und psychotherapeutische Medizin, Leitende Oberärztin der Ambulanzen des Zentrums für Suchtmedizin LKH Graz II, Standort Süd.

**TERMIN:** Mo, 17. Oktober 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10% USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 3. Oktober 2022

Vom Berufsverband Österreichischer PsychologInnen (**BÖP**) anerkannt.

# **ÖKOLOGIE und NACHHALTIGKEIT im sozialen Arbeitsumfeld**

## **IDEEN entwickeln und umsetzen**

„Nachhaltigkeit“ ist in aller Munde und wir alle sollen und können dazu beitragen. Doch was bedeutet das konkret? Welches Potential steckt dazu in meinem unmittelbaren Arbeitsumfeld?

Im Arbeitsalltag gibt es in vielen Bereichen gute Möglichkeiten für einen ökologischeren Zugang und mehr Nachhaltigkeit: bei der Beschaffung und Verwendung von Materialien, im Umgang mit Abfall und Wasser, bei der Verwendung von Energie, in der baulichen Gestaltung, in Bezug auf Mobilität, in Küche oder Kantine, in der Kommunikation u.v.m.

In diesem Seminar gehen wir auf konkrete Anwendungsbereiche in Ihrer eigenen Einrichtung ein und untersuchen, wie sich Rahmenbedingungen und Abläufe so verändern lassen, dass es gute Schritte in Richtung „nachhaltiges Arbeitsumfeld“ sind.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- beschäftigen sich mit theoretischen Begriffen, die das Themenfeld Nachhaltigkeit/Ökologie umfassen.
- analysieren die bisherigen Maßnahmen zu den Themen Nachhaltigkeit und Ökologie in Ihrer Einrichtung.
- erarbeiten Ideen für ein Projekt/Konzept für Ihre Einrichtung und unternehmen erste Schritte.
- bekommen die Möglichkeit, diese ersten Schritte zu reflektieren und Ihre Ideen weiter zu entwickeln.

### **REFERENTIN:**

**Dipl.-Päd.<sup>in</sup> Sabine Baumer**, Umweltpädagogin im Umwelt-Bildungs-Zentrum Steiermark, Projektleitung ÖKOLOG, Umweltzeichen, Naturparkschulen, Bildung für nachhaltige Entwicklung.

**TERMIN:** Mi, 19. Oktober und Mi, 30. November 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mi, 5. Oktober 2022

## **In KRISEN handlungsfähig bleiben!** **Umgang mit schwierigen Arbeits- und Lebenssituationen**

In der Arbeit mit Menschen aber auch im persönlichen Alltag kommt es immer wieder zu schwierigen Situationen. Je besser wir auf solche Herausforderungen vorbereitet sind, umso sicherer können wir agieren und handlungsfähig bleiben. Wenn sich Menschen in akuten oder chronischen Krisen befinden oder ein Trauma erleben, brauchen sie professionelle Helfer\*innen, die Ruhe bewahren und sie gezielt unterstützen können.

Wie sieht ein hilfreiches Krisengespräch aus?

Welche Phasen gibt es in Krisensituationen und wie gehe ich als Berater\*in darauf ein?

Wie komme ich mit Menschen in Ausnahmezuständen gut in Beziehung?

Wie gehe ich mit Suizidgefahr um?

Diese Fragen werden mit theoretischen Inputs, Rollenspielen, Beispielen aus der Praxis als auch im kollegialen Austausch in Kleingruppen und im Plenum behandelt und vermittelt.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- kennen Ihre Strategie / Vorgehensweise in schwierigen Krisensituationen.
- können in schwierigen Beratungen handlungsfähig bleiben.
- haben Ihr Verhalten / Ihre Ängste reflektiert.
- wissen über Gesprächsführung und Phasenverlauf in Krisen Bescheid.
- haben sich Wissen über Suizidgefahr und Trauma angeeignet.

### **REFERENT\*INNEN:**

**DSP<sup>in</sup> Lore Petrovic**, Systemische Psychotherapeutin, Sozialpädagogin, Supervisorin, Coach und Erwachsenenbildnerin, ehemalige Mitarbeiterin am Institut für Systemische Therapie, Psychotherapeutin in eigener Praxis.

**Dr.<sup>in</sup> Astrid Just**, Systemische Psychotherapeutin, Soziologin, Diplomierte Sozialarbeiterin, Supervisorin und Familiencoach, jahrelange Erfahrung im Bereich Psychiatrie, Trauma und Krisenintervention, Autorin, Mitarbeiterin am Institut für Systemische Therapie Wien.

**TERMIN:** Mo, 24. und Di, 25. Oktober 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10% USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 10. Oktober 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

## **Mit digitalen Medien umgehen Chancen und Grenzen im Betreuungsalltag**

Die Digitalisierung ist ein unverzichtbarer Teil unseres Lebens geworden. Im organisatorischen Ablauf sowie im Betreuungsalltag sind Computer, Tablets und Smartphones nicht mehr wegzudenken.

Anders zeigt sich die Situation für Menschen mit Behinderungen. Viele von ihnen leben noch in einer analogen Welt und sind ausgeschlossen von den Möglichkeiten und Chancen einer digitalen Welt.

Welche Chancen und Möglichkeiten bieten nun digitale Medien?

Wie können sie sinnvoll eingeführt und genutzt werden?

Welche Grenzen und Schwierigkeiten können auftreten?

Dieses Seminar richtet sich an alle, die im Behindertenbereich tätig sind, vor allem an jene, die sich nicht so sicher fühlen im Umgang mit digitalen Medien. Vorerfahrungen bzw. Vorwissen sind nicht nötig.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- wissen, welche Bedürfnisse digitale Medien erfüllen.
- entwickeln Ideen, wie sie sinnvoll in der Arbeit eingeführt werden.
- kennen eine Reihe an Einsatzmöglichkeiten.
- beschäftigen sich mit Sicherheit und Datenschutz.

### **REFERENTIN:**

**Dipl.-Päd.<sup>in</sup> Ingeborg Wolfmayr**, Lehrerin für schwer- und schwerstbehinderte Kinder und Jugendliche, Lehrbeauftragte im Behindertenbereich.

**TERMIN:** Do, 20. Oktober und Do, 10. November 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** Lebenshilfe Fürstenfeld, Buchwaldstraße 14, 8280 Fürstenfeld  
Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10% USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Do, 6. Oktober 2022

## **SEXUALITÄT – professionelle Umsetzung des Themas im Betreuungsalltag**

Sehr praxisnah geben **drei Workshops (einzeln buchbar)** Einblick in die Umsetzung des Themas Sexualität im Assistenz- und Betreuungsalltag.

**Sexuelle Entwicklung begleiten und fördern** – Mag.<sup>a</sup> Gappmaier-Jessner  
Die menschliche Sexualität entwickelt sich in einer Vielzahl von individuellen Lernschritten. Menschen mit Beeinträchtigung durchlaufen einige dieser Entwicklungsstufen. Wie Begleitung so gelingen kann, dass die sexuelle Entwicklung gefördert und das Recht auf eine selbstbestimmte Sexualität gesichert ist, steht im Fokus dieses Halbtages.

**Möglichkeiten „Sexualität zu leben“** – Dr. Kolb  
„Wie kann Sexualität gelebt werden“ - diese Frage und die unterschiedlichen Angebote am Markt, stehen im Mittelpunkt dieses Workshops. Dabei werden die rechtlichen Aspekte, die persönliche Haltung und der Zugang zu diesem sensiblen Thema beleuchtet. Konkrete Handlungsleitfäden für Unterstützer\*innen, Assistent\*innen und Betreuer\*innen runden dieses Angebot ab.

**Sexualpädagogische Materialien im Einsatz** – Mag.<sup>a</sup> Moser-Steigerwald  
In diesem Workshop erhalten Sie einen Überblick über das Angebot unterschiedlicher sexualpädagogischer Materialien, wie sich diese im Betreuungsalltag einsetzen lassen und was es dabei zu berücksichtigen gibt.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- kennen Methoden und Herangehensweisen wie die sexuelle Entwicklung von Menschen mit Beeinträchtigung begleitet und gefördert werden kann.
- haben vertiefenden Einblick über das Angebot und den Einsatz von sexualpädagogischen Materialien bei Menschen mit Beeinträchtigung.
- haben einen guten Überblick über Möglichkeiten, Rahmenbedingungen und Angebote im Bereich „Sexualität leben“ für Menschen mit Beeinträchtigung.

### **REFERENT\*INNEN:**

**Mag.<sup>a</sup> Christine Gappmaier-Jessner**, DGKS, Pädagogin, Personenzentriertes Arbeiten, Psychotherapeutin iAuS.

**Dr. Christoph Kolb**, Dipl. LSB, Propädeutikum.

**Mag.<sup>a</sup> Michaela Moser-Steigerwald**, Sexualpädagogin, klinische Sexologie nach Sexocorporel.

**TERMIN:** Do, 3. November 2022, 9-12.30 Uhr (4 UE) – „Sexuelle Entwicklung“ und 13:30-17 Uhr (4 UE) – „Sexualität zu leben“  
Fr, 18. November 2022 von 9-12.30 Uhr (4 UE) – „Sexualpädagogische Materialien“

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf  
Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 290,00 Euro (inkl. 10 % USt), 100,00 Euro (inkl. 10 % USt) / Workshop

**ANMELDESCHLUSS:** Do, 20. Oktober 2022

# **DEESKALATION und SELBSTSCHUTZ in Gesundheits- und Sozialberufen**

## **Aggression erkennen - handeln - schützen**

In der Begleitung und Betreuung von Menschen (z.B. in der Pflege oder in Familien) kann man mit unterschiedlichsten Formen von Gewalt konfrontiert werden. Hier ist es notwendig, rechtzeitig verbale und/oder nonverbale Signale des Gegenübers wahrzunehmen und die geeignete Form der Kommunikation zu finden. Ferner ist es hilfreich zu wissen, welche Möglichkeiten und Grenzen es gibt, wenn man selbst in eine bereits eskalierende Situation kommt. In diesem Seminar geht es darum, die persönlichen Kompetenzen auf mentalen und körperlichen Schutz zu richten sowie die Eigen- und Fremdrelexionsfähigkeit als zusätzliche Handlungskomponente zu erkennen. Dies ermöglicht, im Umgang mit verbal und/oder körperlich aggressiven Personen, gelassener und sicherer zu werden.

An den beiden Tagen gibt es eine Mischung aus Theorie und interaktivem Training.

**Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- lernen Ursachen und Formen von Gewalt kennen und können Signale besser wahrnehmen und deuten.
- erproben Kommunikationstechniken, die deeskalierend wirken.
- arbeiten an Fallbeispielen aus der eigenen beruflichen Praxis.
- erproben Situationen und lernen dabei neue Handlungsansätze kennen.
- lernen die eigenen Grenzen zu erkennen und zu überprüfen.

### **REFERENTEN:**

**Walter Toniolli, MBA, MSc**, selbständiger Unternehmens- und Sicherheitsberater; Trainer und Coach für Unternehmen, Führungskräfte und MitarbeiterInnen; diplomierter Mental-, Burnoutpräventions-, Entspannungs- und Achtsamkeitstrainer, langjährige Tätigkeit im Polizeidienst.

**Harald Ehgartner**, Polizeibeamter, Ausbildungsbeauftragter für die Feuerwehr, Trainer an der Sicherheitsakademie des Bundesministeriums für Inneres.

**TERMIN:** Mo, 7. und Di, 8. November 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** Steiermarkhof, Ekkehard-Hauer-Straße 33, 8052 Graz

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 24. Oktober 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

## **TEAMARBEIT erfolgreich (mit-)gestalten**

In der pädagogischen sowie psychosozialen Arbeit sind wir permanent Teil eines Teams, oder haben die Aufgabe diese zu leiten. Dies gilt sowohl für die Kolleg\*innenschaft, als auch für die Arbeit mit unseren Klient\*innen.

Um als Team und Teammitglied erfolgreich und resilient arbeiten zu können, braucht es gewisse Kompetenzen und soziale Fähigkeiten. Kommunikation, Einfühlungsvermögen und ein Grundverständnis für gruppendynamische Prozesse zählen dabei zu den Kernelementen.

Wie diese Kompetenzen entdeckt, gefördert und gestärkt werden und in den Arbeits- und Betreuungsalltag integriert werden können, steht im Fokus dieses praxisorientierten Seminars.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- können bei Mitarbeiter\*innen aber auch Gruppen von Kund\*innen ein Gemeinschaftsgefühl entwickeln und stärken.
- gehen mit konkreten Kommunikationswerkzeugen zurück in die tägliche Arbeit.
- stärken Ihre Kompetenz, Teams und Gruppen zu führen und zu entwickeln.
- bauen Ihre soziale Kompetenz, Ihre Empathie für Gruppendynamiken und Ihr Wissen über Teampsychologie weiter aus.

### **REFERENT:**

**Mag. Thomas Kayer**, Geschäftsführer Groundwork GmbH. Sportpsychologe, Dynamisch-analytischer Teamentwickler und Universitätslektor.

**TERMIN:** Mo, 7. und Di, 8. November 2022, 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** Steiermarkhof, Ekkehard-Hauer-Straße 33, 8052 Graz  
Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 24. Oktober 2022

# **GeschlechtsIDENTITÄT und sexuelle ORIENTIERUNG bei Jugendlichen**

## **Psychische Belastungen verstehen und Betroffene unterstützen**

Das Aufweichen einer heteronormativen Sichtweise der Entwicklung stellt Menschen, die mit Jugendlichen arbeiten vor besondere Herausforderungen. Durch die Auseinandersetzung mit eigenen, erlernten Rollenbildern und Identitäten, soll die Arbeit mit Jugendlichen, die diesen Vorgaben nicht entsprechen, erleichtert werden.

Inzwischen ist das Thema Transsexualität schon in der Gesellschaft angekommen, Hilfe für Jugendliche, die sich auch in dieser Gruppe nicht finden, ist immer noch schwer zu finden und anzubieten. Dieses Unverständnis in der Gesellschaft führt bei den betroffenen Jugendlichen zu starken Belastungen und kann psychische Krankheiten hervorrufen.

Im Seminar soll reflektiert werden, wie offen das eigene berufliche Umfeld organisiert ist, um Jugendlichen jenseits von Mann-Frau, jenseits von hetero-homosexuell, zu unterstützen bzw. sie zumindest nicht zu benachteiligen.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- können die Begrifflichkeiten (trans, bi, gender-fluid, non-binary) unterscheiden.
- lernen Geschlechtsidentitäten abseits von Mann/Frau kennen und versuchen sich in die Lebenswelt der Betroffenen einzudenken.
- erfahren Orte und Wege (unerwünschter) Diskriminierung dieser Personengruppe und verstehen Belastungen in diesem Kontext.
- erfahren etwas zu Möglichkeiten der Unterstützung und Behandlung psychischer Folgeerscheinungen.

### **REFERENT:**

**Dr. Thomas Trabi**, Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie im LKH Graz II und in eigener Praxis, Allgemeinmediziner, Psychotherapeutische Medizin, Diplom für Substitutionsbehandlung, Trainer für Kommunikation, Moderation und Projektmanagement.

**TERMIN:** Di, 8. November 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf  
Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10% USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Di, 25. Oktober 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

## HUMOR

### ... als RESSOURCE in unserem (Arbeits-)Alltag

„Lachen ist gesund“ lautet ein bekannter, oft gebrauchter Spruch. Warum diese Alltagsweisheit auch wirklich öfter „angewendet“ werden darf, wurde in den letzten Jahren vermehrt erforscht. Dabei wurden Zusammenhänge zwischen unserem Körper und Humor bzw. Lachen untersucht und positive Effekte festgestellt. Beim Lachen werden Glückshormone ausgeschüttet, Stress abgebaut und bei regelmäßiger Wiederholung das Immunsystem gestärkt. Humor kann einerseits als gesundheitsfördernde Ressource allgemein, andererseits aber auch im Betreuungsalltag sowie in der Beratung eingesetzt werden. Neben einer humorvollen Anekdote oder lustigen Bildern (im Kopf) kann uns auch eine provokante Übertreibung und Überzeichnung zum Lachen oder Schmunzeln bringen.

### LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN

- wissen über körperliche und (neuro)biologische Zusammenhänge in Bezug auf Humor und Lachen.
- reflektieren Ihre persönliche Einstellung zum Einsatz von Humor und Provokation in der Arbeit mit Klient\*innen.
- haben einen Einblick in die Erkenntnisse der Forschung zum Embodiment.
- haben die Möglichkeit, Praxisbeispiele zu besprechen und die positive Wirkung von Lachen und Humor durch Übungen am eigenen Körper zu spüren.

### REFERENT:

**Mag. Hannes Waldauer**, Klinischer- und Gesundheitspsychologe, langjährige Erfahrung in der Begleitung und Beratung von Menschen mit Behinderung und psychischen Beeinträchtigungen in Institutionen und in freier Praxis.

**TERMIN:** Mi, 9. November 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10% USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Do, 27. Oktober 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

## **Gesetzliche Grundlagen zur Unterstützung von Menschen mit Behinderung**

In der Begleitung und Unterstützung von Menschen mit Behinderung spielen gesetzliche Regelungen und Ansprüche auf verschiedene Sozialleistungen eine erhebliche Rolle. Oftmals ist es für begleitendes und unterstützendes Personal schwierig, einen Über- und Einblick in diese umfassende Materie zu erhalten. In diesem Seminar werden daher folgende Gesetzesgrundlagen behandelt:

- UN-Konvention
- Behinderten-Gleichstellungs-Gesetz
- Behinderten-Einstellungs-Gesetz
- Steiermärkisches BHG
- Gesetzliche Vertretung für Menschen mit Behinderung

Ziel des Seminars ist es, einen guten Überblick über die gesetzlichen Grundlagen und der darauf basierenden Ansprüche auf Sozialleistungen zu bekommen. Dies ermöglicht einerseits eine bessere Orientierung im eigenen Arbeitsbereich und hat andererseits hohen Informationsgehalt für das eigene berufliche Umfeld.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- kennen die relevanten Gesetze und Verordnungen, die für die Begleitung Ihrer Kund\*innen wichtig sind.
- wissen über die möglichen Leistungsansprüche Bescheid.
- erhalten einen Überblick über relevante Behörden und Antragsstellungen.

### **REFERENT:**

**Mag. Wolfgang Palle**, Beauftragter der Stadt Graz für die Anliegen von Menschen mit Behinderung, Supervisor, Coach und Organisationsentwickler, Lebens- und Sozialberater, Lehrvortragender.

**TERMIN:** Do, 10. November 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Do, 27. Oktober 2022

## **RESSOURCENORIENTIERTE Gespräche führen**

In den Gesprächen mit unseren Kund\*innen, Klient\*innen, Mitarbeiter\*innen ist der Blick oftmals auf Schwächen und Probleme gerichtet. Weitaus hilfreicher für alle Beteiligten ist es, an den Fähigkeiten und Ressourcen anzuknüpfen. Um einen echten Perspektivenwechsel zu erreichen, ist ein bewusster Schritt aus dem defizitorientierten Denksystem hin zur Ressourcenorientierung zu gehen. Ressourcenaktivierung in der Gesprächsführung ist als Wirkfaktor empirisch breit abgesichert. Eine unsachgemäße Ressourcenorientierung kann aber auch Risiken bergen, „aufgesetzt“ wirken und zum Scheitern des Gespräches führen.

Die eigene Kompetenz der Gesprächsführung mit dem „ressourcenorientierten“ Blick weiterzuentwickeln, ist das Ziel und der Mittelpunkt dieses Seminars.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- können Ihre ressourcenorientierte Haltung einnehmen.
- wissen um Ansätze und Methoden, die es ermöglichen ressourcenorientierte Gespräche zu führen und haben diese erprobt.
- lernen den „Leitfaden“ für die gezielte, lösungsorientierte, auf Ressourcen gebaute Gesprächsführung kennen.
- können die „richtigen“ zur Ressourcenorientierung führenden Fragen an sich selbst und auch in Ihren Gesprächen mit Klient\*innen stellen.
- können sich mit den eigenen Ressourcen gut verbinden.

### **REFERENTIN:**

**Dr.<sup>in</sup> Katharina Krassnig**, Ärztin für Allgemeinmedizin, Systemische Psychotherapie, Traumatherapie, reteaming-Coaching und div. Körpertherapien. ÄK-Diplome in Homöopathie und Phytotherapie. Geschäftsführerin der Wiener Schule für TCM.

**TERMIN:** Mo, 14. November 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf  
Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10% USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 31. Oktober 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

## Schizophrenien und andere Psychosen

Schizophrenie und andere psychotische Erkrankungen werden häufig diagnostiziert. Betroffene Menschen werden durch ihre Erkrankungen vor große Herausforderungen gestellt. Auch Angehörige und Betreuungsinstitutionen geraten oft an ihre Belastungsgrenzen.

Die unterschiedlichen Ursachen, Symptome und Verläufe psychotischer Erkrankungen werden auch heute noch zu wenig verstanden. Die Behandlung der erkrankten Menschen ist meist schwierig, eine Chronifizierung kann oft nicht verhindert werden. Betroffene sind zudem häufig gesellschaftlichen Vorurteilen und Stigmatisierung ausgesetzt.

Im Seminar wird ein Überblick über die verschiedenen Formen psychotischer Erkrankungen und deren Symptome und Verläufe hergestellt. Nach Darstellung aktueller Hypothesen von Ursachen und Behandlungsansätzen wird der Schwerpunkt des Seminars auf die spezifischen Beziehungsaspekte in der Betreuungsarbeit gelegt und anhand von Falldarstellungen diskutiert.

### LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN

- erhalten einen Einblick in Diagnose, Verlaufsformen und Symptome psychotischer Erkrankungen.
- lernen medikamentöse und nicht-medikamentöse Behandlungsansätze kennen.
- bekommen ein Grundverständnis für die Funktionen der Erkrankungen.
- erarbeiten Ansätze für eine professionelle Beziehungsarbeit.

### REFERENTIN:

**Dr.<sup>in</sup> Sigrid Alvin**, Fachärztin für Psychiatrie, Ärztin für psychotherapeutische Medizin (Psychoanalyse), Supervisorin, Lehrtätigkeit.

**TERMIN:** Do, 17. November 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10% USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Do, 3. November 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

## **Angehörigenarbeit im Kontext von Sexualität und Selbstbestimmung**

Sexualität stellt ein Grundbedürfnis für alle Menschen dar. In der Begleitung und Förderung einer zufriedenstellenden Sexualität für Menschen mit Beeinträchtigung, sind Betreuungs- und Pflegepersonen nach wie vor mit Herausforderungen konfrontiert. Oftmals sind es die Eltern und Angehörigen, die Unverständnis zeigen und mit Widerstand reagieren. Nicht selten stehen Ängste und Scham, aber auch Unwissenheit, Unsicherheit und eigene negative Erfahrungen dahinter.

In diesem praxisbezogenen Seminar erfahren Sie mehr über die Grundlagen der psychosexuellen Entwicklung von Menschen mit Beeinträchtigung. Sie lernen, wie Begleitung dahingehend gelingen kann - Möglichkeiten an Lernerfahrungen zu schaffen.

Das Ziel ist, Entwicklungsschritte für Menschen mit Beeinträchtigung möglich zu machen und zu Eltern und Angehörigen eine förderliche Beziehung aufzubauen.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- erweitern Ihr Wissen über das Thema Sexualität und Selbstbestimmung.
- bekommen einen Einblick über die psychosexuelle Entwicklung und der damit verbundenen Entwicklungs- und Lernschritte.
- bekommen Tipps für den Umgang mit Eltern und Angehörigen bei auftauchenden Ängsten und Widerständen.
- haben Wissen über die Implementierung einer förderlichen Haltung in Gesprächen mit Eltern und Angehörigen.
- erweitern Ihr Wissen über das Thema Sexualität - auch als notwendige Möglichkeit zur Gewaltprävention.
- erhalten Informationen über Unterstützungsmöglichkeiten, Beratungsstellen für Eltern und Angehörige sowie Betreuungs- und Pflegepersonal.

### **REFERENTIN:**

**Mag.<sup>a</sup> Christine Gappmaier-Jessner**, DGKS, Pädagogin, Personenzentriertes Arbeiten, Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision (KBT Konzentrationale Bewegungstherapie). Mitarbeiterin der Fachstelle .hautnah. von alpha nova.

**TERMIN:** Mo, 21. November 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf  
Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10% USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 7. November 2022

# Achtsamkeitsbasierte STRESSREDUKTION in der (psycho-) sozialen Arbeit

## MBSR - Mindfulness Based Stress Reduktion

Achtsamkeit findet zunehmend Eingang in Betreuung, Pädagogik und Beratung. Dieser Ansatz kann dabei helfen, präsenter und gelassener mit sich und Kund\*innen/Klient\*innen zu sein. Die veränderte Haltung führt zu einer positiven Veränderung der Begegnungen in der gemeinsamen Arbeit zwischen Professionellen und Klient\*innen und vermindert den Stress, den diese Begegnungen verursachen können.

In diesem Seminar beschäftigen Sie sich darüber hinaus auch mit konkreten Möglichkeiten der Achtsamkeit in Begegnung und Kommunikation. Meditations- und Yogaübungen bilden hierbei den Ausgangspunkt für Übungen wie achtsames Zuhören oder Varianten des achtsamen Dialogs.

**Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, eine Matte und eine Decke

### LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN

- üben sich mit Hilfe kurzer Achtsamkeitsübungen zu sammeln und diese Sammlung in Situationen der Begegnung einfließen zu lassen.
- lernen damit eine Methode kennen, die Ihnen dabei hilft sich eigener Gefühle und Reaktionsmuster bewusster zu werden und kreativer mit ihnen umzugehen.
- haben Übungen kennengelernt, die Sie - nachdem Sie diese selbst praktiziert haben - auch in Ihren Beruf einfließen lassen können.

### REFERENTEN:

**Dr. Helmut Renger**, Psychiater und Psychotherapeut, MBSR und MBCT Lehrer, langjährige Praxis in Zen Meditation, Yoga, Tai Chi und Qi Gong.

**Mag. Jörg Trettler**, Psychologe, MBSR und MBCT Lehrer, langjährige Praxis in tibetischer Meditation und tibetischem Yoga.

**TERMIN:** Fr, 25. November 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** Bildungshaus Schloss Retzhof, Dorfstraße 17, 8430 Wagna

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Fr, 11. November 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

## **KEINE Angst vor der Angst ÄNGSTE und ANGSTSTÖRUNGEN besser verstehen**

Dieses Seminar beschäftigt sich mit der Angst als Alltagsphänomen, als Erkrankung und als Forschungsinhalt:

- Wo liegt die Grenze zwischen alltäglichen Sorgen, Angst und einer Angststörung?
- Welche Arten von Angst kennen wir?
- Wie unterscheidet sich Angst vor körperlicher Gefährdung von sozialen Ängsten?
- Wie kann ich Angst bei mir selbst und bei anderen gut begleiten?

Im Fokus steht dabei der Praxisbezug für Menschen in psychosozialen und sozialpsychiatrischen Berufen, die mit dieser Zielgruppe arbeiten.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- beschäftigen sich mit der Grenze zwischen Ängsten und Angststörungen.
- erkennen Angststörungen bei Kund\*innen/Klient\*innen und eignen sich Handlungskompetenzen im professionellen Umgang damit an.
- kennen hilfreiche Methoden und Ansätze für die Begleitung von Angsterkrankten und haben diese ausprobiert.
- wissen, ab wann professionelle Unterstützung notwendig ist und welche therapeutischen Maßnahmen hilfreich sind.

### **REFERENT:**

**Mag. Herwig Thelen**, Klinischer- und Gesundheitspsychologe, hypnosystemischer Coach, Supervisor, Paartherapeut, Trainer für Motivational Interviewing, Trainer für NVR/Neue Autorität nach Haim Omer, Family Lab Berater, Musiker.

**TERMIN:** Mo, 28. und Di, 29. November 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mi, 14. November 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

## **RECHTLICHE und ETHISCHE Entscheidungsfindung in der psychosozialen Versorgung**

Seit jeher treffen Menschen, die mit psychisch kranken Personen arbeiten, im Umgang mit ihren Klient\*innen ethisch und rechtlich relevante Entscheidungen. Zum Beispiel:

- wenn jemand an der Therapie nicht mehr mitwirken will und sich dadurch potentiell selbst- und/oder fremdschädliche Konsequenzen abzeichnen.
- wenn Kund\*innen Anspruch auf einige Aspekte der sozialpsychiatrischen Versorgungsstruktur erheben, eigenverantwortlich aber keinen Beitrag zu einer psychischen Stabilisierung leisten.

Überall da ist eine ethische und rechtskonforme Entscheidungsfindung gefragt. Juristisch bewegen wir uns hier im Spannungsfeld zwischen den Vorgaben der UN-Menschenrechtskonvention, dem Unterbringungsgesetz und Haftungsfragen jeder Art. Das Seminar umfasst eine umfassende Vorstellung der rechtlichen Situation inklusive Haftungsgrundsätzen und Dokumentation, sowie die Vermittlung von grundsätzlicher Herangehensweise ethischer Reflexion.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- sind in der Lage, einen Fall / eine Situation gemäß rechtlicher Grundsätze und ethischer Prinzipien zu reflektieren.
- können Haftungsrisiken realistisch einschätzen, sinnvolle Entscheidungen treffen und diese entsprechend begründen und dokumentieren.
- reflektieren anhand von (mitgebrachten) Fallbeispielen rechtliche und ethische Aspekte.

### **REFERENT\*INNEN:**

**Dr. in Eva Kada**, Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie (VT), Sexualtherapeutin, Leitung der offenen forensischen Station des LKH Graz Süd-West, Standort Süd.

**Dr. Erwin Schwentner**, Jurist, SenPräs. d. OLG Graz iR., Patient\*innen- und Angehörigenberatung, Mitarbeit bei der Patient\*innen- und Pflegeombudschaft Steiermark, Mitglied der Volksanwaltschaft und diverser Expertenkommissionen.

**TERMIN:** Mo, 5. Dezember 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** Steiermarkhof, Ekkehard-Hauer-Straße 33, 8052 Graz

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 21. November 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

## **Motivational INTERVIEWING**

### **Motivierende Gesprächsführung – flexibel eingesetzt**

In den verschiedensten beruflichen Rollen sind wir gefordert, beim Gegenüber eine Veränderung problematischen Verhaltens zu bewirken. Doch was bewegt Menschen dazu, eine Veränderung SELBST in Gang zu bringen? Wie können wir Veränderungsprozesse anregen? Wie können wir Personen dazu bewegen, selbst aktiv zu werden?

Das Konzept der „Motivierenden Gesprächsführung“ wird mittlerweile flexibel eingesetzt.

Dieses Seminar befasst sich mit dem Konzept der Motivierenden Gesprächsführung. Es werden die Grundprinzipien und Methoden erläutert und im Rahmen praktischer Übungen angewandt, sodass ein Transfer des Konzepts in berufliche Beratungssettings möglich wird.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- kennen die Grundhaltung und Prinzipien der Motivierenden Gesprächsführung.
- lernen die grundlegenden Methoden kennen und üben sie in Kleingruppen.
- kennen die Möglichkeiten der Motivierenden Gesprächsführung und haben diese erprobt.

### **REFERENT:**

**Mag. Herwig Thelen**, Klinischer- und Gesundheitspsychologe, hypnosystemischer Coach, Supervisor, Paartherapeut, Trainer für Motivational Interviewing, Trainer für NVR/Neue Autorität nach Haim Omer, Family Lab Berater, Musiker.

**TERMIN:** Di, 6. und Mi, 7. Dezember 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Di, 22. November 2022

## **WORTE WIRKEN**

### **Gewaltfreie Kommunikation in Betreuung, Begleitung und Pflege - Einführung**

Ob mit Klient\*innen, Angehörigen, Kolleg\*innen oder Menschen anderer Berufsgruppen. In der täglichen Arbeit kann es zu Missverständnissen, Ärgerissen und verbalen Übergriffen kommen, die den Arbeitsalltag erschweren. Darum stehen an diesem Tag die Bedeutung von Kommunikation und die Wirkung von Worten im Mittelpunkt.

Wie können Sie die Ruhe bewahren und den Überblick behalten? Wie können Sie gut für sich selbst sorgen, klar sprechen, handeln und (wieder) eine Kommunikation des Miteinanders finden?

Entdecken Sie mit dem Einsatz der Gewaltfreien Kommunikation unterschiedliche Lösungswege und Methoden für die tägliche Arbeitspraxis.

#### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- reflektieren Ihr Kommunikationsverhalten im Berufsalltag.
- entdecken Sprach-Fallen, der Grund, warum sich Gespräche häufig anders entwickeln als gewünscht.
- wissen, wie Sie sich klar und deutlich ausdrücken, ohne andere zu verletzen.
- können durch mitfühlendes Hören verstehen, worum es wirklich geht und können dadurch Vorwürfe und Kritik nicht persönlich nehmen.
- kennen Haltung und Methoden der gewaltfreien Kommunikation und erproben diese.

#### **REFERENTIN:**

**Martina Lehofer-Muhr**, Kommunikationstrainerin für Gewaltfreie Kommunikation, Dipl. Behindertenpädagogin, Prozessbegleiterin.

**TERMIN:** Mo, 12. und Di, 13. Dezember 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

**KOSTEN:** 370,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mo, 28. November 2022

# **BINDUNGstheorie und SKRIPTmodell und deren Bedeutung für unsere professionelle BeziehungsPRAXIS**

Die Bindungstheorie beschreibt, wie und in welcher Weise sich die ersten Beziehungserfahrungen auf die Entwicklung eines Menschen auswirken. Die Skripttheorie beleuchtet diese lebenswichtigen ersten Beziehungen differenziert, welche Botschaften von Bezugspersonen zu welchen kindlichen Überzeugungen und Beziehungsmustern führen.

Viele unserer Klient\*innen mussten problematische Bindungsmuster und ein einschränkendes Lebensskript entwickeln, die sich heute in unserer professionellen Begegnung mit ihnen widerspiegeln.

Unsere Aufgabe ist die gezielte Beziehungsgestaltung, um die Entwicklung unserer Klient\*innen zu fördern. Dazu braucht es Wissen und Bewusstsein über die Bindungstheorie und das Skriptmodell.

## **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- erhalten eine Einführung in die Bindungsforschung und Bindungstheorie.
- haben Wissen um das Skriptmodell der Transaktionsanalyse erlangt.
- reflektieren Ihr eigenes kindliches Bindungsmuster und Skript.
- haben Ihre Fähigkeiten zur gezielten, professionellen Beziehungsgestaltung erweitert.

## **REFERENTIN:**

**Dr.<sup>in</sup> Gerda Peschel**, Psychologin, Psychotherapeutin, Lehrtherapeutin, Transaktionsanalytikerin, Supervisorin.

**TERMIN:** Mi, 14. Dezember 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Mi, 30. November 2022

Vom Berufsverband Österreichischer PsychologInnen (**BÖP**) anerkannt.

## **SPORT und PSYCHE**

### **Die wechselseitigen Einflüsse von Bewegung und psychiatrischen Erkrankungen**

Die heilsame Wirkung regelmäßiger körperlicher Betätigung ist in vielen Bereichen der Medizin gut bekannt und wird vielfach gezielt therapeutisch eingesetzt.

Gerade in der Psychiatrie wurde Bewegung schon lange vor der psychopharmakologischen Ära als therapeutische Option genutzt. Mittlerweile wurde in zahlreichen Studien die Wirkung regelmäßiger sportlicher Aktivität untersucht, und in vielen Fällen konnten positive Effekte nachgewiesen werden.

Umgekehrt kann Sport, vor allem in Verbindung mit hohem Leistungsanspruch, unter Umständen psychische Erkrankungen begünstigen.

In diesem Seminar wollen wir die komplexen Beziehungen zwischen Sport und psychischem Wohlbefinden thematisieren, therapeutische wie präventive Aspekte von Sport und Bewegung beleuchten, Zusammenhänge mit pharmakologischen Behandlungsoptionen diskutieren, Möglichkeiten der Umsetzung mit Klient\*innen/Kund\*innen erörtern, sowie die persönlichen Zugangsweisen zu Sport und Bewegung reflektieren.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- befassen sich mit den Zusammenhängen von Sport und psychiatrischen Erkrankungen.
- wissen über präventive und therapeutische Aspekte von Sport und Bewegung Bescheid.
- reflektieren Ihre eigene Rolle in der Begleitung/Beratung von Menschen mit psychiatrischen Diagnosen und erweitern diese um den Aspekt „Sport und Bewegung“.
- wissen um die Möglichkeiten und Grenzen (auch in rechtlicher Hinsicht) in der Betreuungstätigkeit.

### **REFERENT:**

**Dr. Frans van der Kallen**, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin, Arzt für Allgemeinmedizin, staatl. gepr. Berg- und Schiführer, ÖÄK-Diplom für Alpin- und Höhenmedizin, Diplom Sportpsychiatrie der DGPPN, Vorstandsmitglied der Österr. Ges. f. Sportpsychiatrie- und Psychotherapie (ÖGSPP), sowie der Österr. Ges. f. Alpin- und Höhenmedizin (ÖGAHM).

**TERMIN:** Do, 15. Dezember 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Do, 1. Dezember 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

## **Mit ZIELEN arbeiten**

### **ZIELFINDUNG UND ZIELFORMULIERUNG**

In der Begleitung von Menschen spielt die Unterstützung bei der individuellen Entwicklung eine bedeutende Rolle. Dabei gilt es, gemeinsam mit Kund\*innen und Klient\*innen Ziele zu finden und festzulegen.

Dabei ist es notwendig:

- herauszufinden, welche Motivation und welche Anliegen für Kund\*innen und Klient\*innen aktuell relevant sind.
- den Unterschied zwischen eigenen und den Zielen anderer zu erkennen.
- Ziele derart zu formulieren, dass sie erreicht werden wollen und überprüft werden können.
- den Umgang mit nicht erreichten Ergebnissen ebenso zu planen.

Klar definierte Ziele ermöglichen eine strukturierte und lösungsorientierte Arbeit und bieten Orientierung, um den gemeinsamen Weg der positiven Entwicklung nicht aus den Augen zu verlieren.

### **LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER\*IN**

- wissen über die Bedeutung von Zielen und deren Formulierung Bescheid.
- können Ziele lösungsorientiert und evaluierbar formulieren.
- erproben praktisch, wie man Ziele gemeinsam mit dem Gegenüber erarbeitet und dabei darauf achtet, dass es die Ziele der Klient\*innen und Kund\*innen bleiben.
- wissen, wie man Ziele überprüft und was man tun kann, wenn sie nicht erreicht wurden.

### **REFERENTIN:**

**Dr.<sup>in</sup> Andrea Lienhart**, Klinische Psychologin und Gesundheitspsychologin, Psychotherapeutin (Verhaltenstherapie, Schematherapie i. A.), Wahlpsychologin, Supervisorin. Seit 2014 in eigener Praxis in Voitsberg tätig, daneben Seminar- sowie Lehrtätigkeit.

**TERMIN:** Fr, 16. Dezember 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**ORT:** alpha nova Akademie, Kalsdorf

Im Bedarfsfall online via Zoom

**KOSTEN:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

**ANMELDESCHLUSS:** Fr, 2. Dezember 2022

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog\*innen (**BÖP**) anerkannt.

## **Onlineseminare 2022 im Programm der alpha nova Akademie**

Nach vielen guten Erfahrungen mit unseren Onlineseminaren im vergangenen Jahr, möchten wir im Jahr 2022 einige Seminare und Workshops ausschließlich online via Zoom anbieten. Diese finden Sie hier auf dieser Seite aufgelistet. Weitere Details zu den Onlineseminaren finden Sie auf unserer Website <https://akademie.alphanova.at>.

### **Sexualität ist keine Frage des Alters**

**Referent:** Mag.<sup>a</sup> Christine Gappmaier-Jessner

**Termin:** Fr, 6. Mai 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**Kosten:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

### **Digitalisierte Gewalt**

**Referent:** Lukas Wagner, MSc

**Termin:** Di, 17. Mai 2022, 9-13 Uhr (4 UE)

**Kosten:** 95,00 Euro (inkl. 10 % USt)

### **Online-Besprechungen interaktiv und spannend gestalten**

**Referent:** Ing. Martin Hauszer

**Termin:** Do, 19. Mai 2022, 14-18 Uhr (4 UE)

**Kosten:** 95,00 Euro (inkl. 10 % USt)

### **Leichte und verständliche Sprache**

**Referent:** Mag. Wolfgang Palle

**Termin:** Do, 22. und Do, 29. September 2022, jew. 9-13 Uhr (2 x 4 UE)

**Kosten:** 195,00 Euro (inkl. 10 % USt)

### **Zielorientiertes Führen - Wie Ziele und Zahlen unter einen Hut passen**

**Referent:** Mag. Wilfried Rappold

**Termin:** Mo, 7., Mo, 14. und Mo, 21. November 2022,  
jew. von 13:00 – 16:00 Uhr (9 UE)

**Kosten:** 210,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Sollten im Laufe des **Bildungsjahres 2022** weitere Seminare, Workshops oder Vorträge dazukommen, die wir **online** durchführen, finden Sie diese auf <https://akademie.alphanova.at/angebote/bildungsangebote/>.

## **LERNORT: FÜRSTENFELD in Kooperation mit der Lebenshilfe Fürstenfeld**



### **VERANSTALTUNGSORT:**

Lebenshilfe Fürstenfeld  
Buchwaldstraße 14, 8280 Fürstenfeld  
03382-540130

### **BILDUNGSANGEBOTE:**

#### **UMGANG mit Gewalt und Aggression bei Menschen mit PSYCHISCHER ERKRANKUNG unter Berücksichtigung rechtlicher Aspekte**

**Referenten:** Dr. Erwin Schwentner, Alexander Weber

**Termin:** Mo, 9. und Di, 10. Mai 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

#### **Menschen mit basalen Bedürfnissen VERSTEHEN**

##### **Das Konzept der „Sensomotorischen Lebensweisen“**

**Referent:** Winfried Mall

**Termin:** Do, 9. und Fr, 10. Juni 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

#### **BEWEGUNG und SPORT – (auch) eine Frage der MOTIVATION - Grundlagenseminar**

**Referenten:** Mag. Thomas Kayer, Mag. Jürgen Plechinger

**Termin:** Mo, 26. und Di, 27. September 2022, jew. 9-17 Uhr, (16 UE)

**Seminarort:** JUFA Hotel Fürstenfeld, Burgenlandstraße 15, 8280 Fürstenfeld

#### **Mit digitalen Medien umgehen - Chancen und Grenzen im Betreuungsalltag**

**Referentin:** Dipl.-Päd.<sup>in</sup> Ingeborg Wolfmayr

**Termin:** Do, 20. Oktober und Do, 10. November 2022, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

#### **WIDERSTAND verstehen – RESPEKTVOLL handeln**

**Referentin:** Mag.<sup>a</sup> Birgit Mahrle-Haas

**Termin:** Di, 15. und Mi, 16. November 2022, jew. von 9-17 Uhr (16 UE)

*Mehr Details zu den Seminaren im Inneren des Programmheftes.*

## **LERNORT: LIEZEN in Kooperation mit der Lebenshilfe Ennstal**



### **VERANSTALTUNGORT:**

Lebenshilfe Ennstal, Haus der Inklusion  
Fronleichnamsweg 11, 8940 Liezen  
03612-23000

### **BILDUNGSANGEBOTE:**

**Tod und Trauer in der Begleitung von Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung**

**Referentin:** Mag.<sup>a</sup> Petra Preimesberger

**Termin:** Mo, 23. Mai 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**Die Angst, den Zwang aufzugeben, macht mich immer depressiver...  
Belastungen und Symptome bei Kindern und Jugendlichen (im Kontext der  
Pandemie)**

**Referent:** Dr. Thomas Trabi

**Termin:** Di, 14. Juni 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**Systemische Elternarbeit ...im Spannungsfeld von Institution und Umfeld**

**Referentinnen:** DSP<sup>in</sup> Lore Petrovic, Dr.<sup>in</sup> Astrid Just

**Termin:** Do, 29. September, 13.30-17 Uhr und Fr, 30. September 2022, 9-17 Uhr  
(12 UE)

**FREIHEIT versus SICHERHEIT? - Rechtliche Fragen im Betreuungsalltag**

**Referentin:** Mag.<sup>a</sup> Anita Adamiczek, BSc

**Termin:** Fr, 14. Oktober 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**Selbstbewusst selbstbestimmt - Was DU und ICH brauchen, um STARK zu sein**

**Referentin:** Dipl.-Päd.<sup>in</sup> Ingeborg Wolfmayr

**Termin:** Mo, 7. November 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

**Sucht und Medien**

**Referent:** Lukas Wagner, MSc

**Termin:** Di, 22. November 2022, 9-17 Uhr (8 UE)

*Mehr Details zu den Seminaren im Inneren des Programmheftes.*

## **LERNORT alpha nova Akademie**



### **VERANSTALTUNGSORT:**

alpha nova Akademie  
Römerstraße 92  
8401 Kalsdorf  
03135-56382-17  
<http://akademie.alphanova.at>

### **ANFAHRTSBESCHREIBUNG**

#### **Anfahrt mit dem Zug zur alpha nova Akademie**

Der Bahnhof Kalsdorf bei Graz ist nur wenige Gehminuten von der alpha nova Akademie entfernt.

#### **Anfahrt mit dem Auto zur alpha nova Akademie**

**A2** bis Abfahrt Flughafen/Feldkirchen, Kalsdorf

- Richtung Kalsdorf, am Flughafen vorbei
- Kreisverkehr bei Hofer / JET weiter geradeaus fahren und der Straße folgen, Richtung Bahnhof
- nach der Bahnunterführung die erste Straße links (Römerstraße)

**A9** bis Ausfahrt Kalsdorf, Richtung Kalsdorf

- am Kreisverkehr rechts Richtung Bahnhof abbiegen und der Straße folgen
- nach der Bahnunterführung die erste Straße links (Römerstraße)

Die alpha nova Akademie (im alpha nova Beratungszentrum) befindet sich auf der linken Straßenseite nach ca. 150 m. Dort stehen Ihnen ausreichend **kostenlose Parkplätze** zur Verfügung (Schotterparkplatz gegenüber Silo).

Die alpha nova Akademie ist ISO 9001:2015 qualitätstestiert und ÖCert-Qualitätsanbieterin.



### **Impressum**

Medieninhaber: alpha nova Betriebsgesellschaft mbH - Akademie  
<http://akademie.alphanova.at>, [akademie@alphanova.at](mailto:akademie@alphanova.at)  
alpha nova Betriebsgesellschaft mbH, 8020 Graz, Idlhofgasse 59-63  
Für den Inhalt verantwortlich: Mag.ª Andrea Graf  
Layout: Anita Schöberl  
Foto: Rudolf Hatheyer

## **RUFANGEBOTE**

### **Maßgeschneiderte Lernerlebnisse!**

Auf Wunsch bieten wir auch gerne maßgeschneiderte Weiterbildungsangebote an, denn oftmals sind Themen für ein ganzes Team oder eine gesamte Abteilung wichtig. Dabei braucht es eine genaue Abstimmung des Bedarfes, ein individuelles Eingehen auf die gegebene Situation und das Ziel des Auftraggebers, sodass ein Praxistransfer gelingen kann.

### **ENTWICKELN & ORGANISIEREN**

Wir entwickeln und organisieren:

- Klausuren und Tagungen
- Seminare und Lehrgänge
- Inklusive Bildungsangebote

### **EXPERTINNEN**

Wir arbeiten eng mit unseren Referent\*innen zusammen:

- Diese verfügen über großes und aktuelles Fachwissen und bringen Begeisterung für Ihre Themen mit.
- Die Erweiterung der Handlungskompetenzen für den Arbeitsalltag steht immer im Fokus.
- Die methodisch-didaktische Gestaltung wird auf das Thema und den jeweiligen Rahmen sowie die gewünschten Lernergebnisse gemeinsam abgestimmt.

### **DURCHFÜHRUNGSORTE**

- In den von Ihnen bevorzugten (eigenen) Räumen
- In der alpha nova Akademie in Kalsdorf bei Graz
- In passenden Seminarhotels oder Bildungshäusern

### **UNSERE LEISTUNGEN**

- Detaillierte gemeinsame Planung der gewünschten Inhalte & Lernergebnisse
- Abstimmung und enge Zusammenarbeit mit Referent\*innen
- Organisation von Referent\*innen, Räumen, Verpflegung, Abrechnung
- Veranstaltungsbeschreibung
- Skripten und Lernunterlagen
- Teilnahmebestätigung einer zertifizierten und anerkannten Erwachsenenbildungseinrichtung

## ANMELDUNG

Eine verbindliche Anmeldung erfolgt durch eine schriftliche, telefonische oder online Buchung. Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung.

Bitte teilen Sie uns bei der Anmeldung auch Ihre gewünschte Rechnungsschrift mit und stimmen Sie unseren Datenschutzbestimmungen zu.

## LEISTUNGEN / ZAHLUNGSMODALITÄTEN

Die Rechnung versenden wir nach Erreichen der Mindestanzahl an Teilnehmer\*innen, frühestens 14 Tage vor Seminarbeginn an die von Ihnen angegebene Anschrift. Die Teilnahmegebühr beinhaltet die Teilnahme, schriftliche Unterlagen und eine Teilnahmebestätigung einer zertifizierten Erwachsenenbildungseinrichtung. Für Unterbringung und Verpflegung kommen die Teilnehmer\*innen selbst auf.

## STORNOBEDINGUNGEN – STAND 8.10.2020

Eine Abmeldung / Stornierung erfolgt unter folgenden Bedingungen:

- Bis 28 Tage vor Beginn der jeweiligen Weiterbildung ist die Stornierung kostenfrei.

- Bei Seminaren wie auch Lehrgängen gilt: Wenn eine Ersatzperson genannt wird, entsteht keine Stornogebühr.

- Bei einer späteren Abmeldung gilt:

### **a) Seminare und Seminarreihen:**

Ab 28 Tage bis 15 Tage vor Beginn sind bei Abmeldung, 50 % der Teilnahmegebühr zu bezahlen. In diesem Fall gibt es nach Zahlungseingang eine Gutschrift in Höhe von 25 % der Teilnahmegebühr.

Ab 14 Tage vor Beginn sind bei Abmeldung bzw. Nichtteilnahme, 100 % der Teilnahmegebühr zu bezahlen. In diesem Fall gibt es nach Zahlungseingang eine Gutschrift in Höhe von 50 % der Teilnahmegebühr. Bei Krankheit oder coronabedingter Quarantäne am Veranstaltungstag, die ärztlich bestätigt wird, sind

ebenso 100 % der Teilnahmegebühr zu bezahlen. In diesem Fall gibt es nach Zahlungseingang eine Gutschrift in Höhe von 100 % der Teilnahmegebühr.

Diese Gutschriften sind ein Jahr gültig, nicht übertragbar und bei allen Angeboten der alpha nova Akademie einlösbar. Bei coronabedingter Absage unsererseits wird entweder ein Ersatztermin bekannt gegeben oder die bezahlten Teilnehmer\*innenbeiträge werden rückerstattet.

### **b) Lehrgänge:**

Ab 28 Tage bis 15 Tage vor Beginn sind bei Abmeldung, 50 % der Teilnahmegebühr zu bezahlen.

Ab 14 Tage vor Beginn sind bei Absage, Nichtteilnahme oder einem Ausstieg aus einem laufenden Lehrgang, 100 % der Teilnahmegebühr zu bezahlen.

## ÄNDERUNGEN / UNTERLAGEN

Die alpha nova Akademie behält sich vor, in Ausnahmefällen notwendige Änderungen des Seminarprogramms, des Veranstaltungsorts und des/der Referent\*in vorzunehmen. Weiterbildungen können im Bedarfsfall auch online stattfinden.

Für die Richtigkeit der in den Seminaren von Referent\*innen gemachten Aussagen übernimmt die alpha nova Akademie keine Haftung bzw. Gewährleistung. Die verwendeten Seminarunterlagen sind geschützt und dürfen nicht (auch nicht auszugsweise) ohne Einwilligung seitens der alpha nova Akademie und des/der jeweiligen Referent\*in vervielfältigt oder gewerblich genutzt werden. Webinare dürfen nicht aufgezeichnet und die dabei zur Verfügung gestellten Videos und Lerntools dürfen nicht außerhalb der Weiterbildung verwendet werden.

## VERSCHWIEGENHEIT

Die Referent\*innen verpflichten sich zur Verschwiegenheit über die Umstände bzw. Informationen, die Ihnen im Zusammenhang mit dem Lehrgang/Seminar bekannt werden.

# Herzlich willkommen im Steiermarkhof!

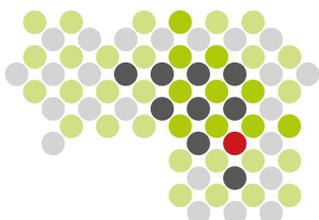
## Das Bildungszentrum **im Grünen**

### Die Highlights im Steiermarkhof

- über 3 000 m<sup>2</sup> Veranstaltungsfläche
- 20 moderne Seminarräume unterschiedlicher Größe
- Steiermarksaal für bis zu 400 Personen
- Restaurant mit großer Terrasse
- 3 eigene Galerien mit wechselnden Ausstellungen
- Hofkochschule mit Blick ins Grüne
- 10 000 m<sup>2</sup> Grünfläche mit Aktivgarten
- eigene Nachhaltigkeitsphilosophie „Grüne Linie“
- virtueller Rundgang
- neue Seminarraumtechnik für Hybrid-Veranstaltungen



FOTOSTUDIO PACHERNEGG, AMA, PFABIGAN



**STEIERMARKHOF®**  
bilden. tagen. nächtigen.

Ekkehard-Hauer-Straße 33  
8052 Graz  
T: +43/(0)316/8050-7111  
F: +43/(0)316/8050-7151  
office@steiermarkhof.at  
www.steiermarkhof.at  
www.facebook.com/steiermarkhof  
www.instagram.com/steiermarkhof

Österreichische Post AG / Sponsoring.Post  
1OZ038718S

alpha nova Betriebsgesellschaft mbH -  
Akademie - 8020 Graz - Idlhofgasse 59-63

