

## Angebote zur Fortbildung und Psychohygiene für Ehrenamtliche Teams im geriatrischen Bereich

Ehrenamtliche MitarbeiterInnen im geriatrischen Bereich sind heutzutage eine nicht mehr wegzudenkende Zielgruppe. Mittlerweile sind es keine Einzelpersonen mehr, es haben sich Teams entwickelt, die meist von einer Fachkraft koordiniert und betreut werden.

Weil Lebensqualität und Wohlfühlen mitentscheidend sind, damit sich alte Menschen in einer Einrichtung integrieren können, leisten Ehrenamtliche MitarbeiterInnen einen wesentlichen Beitrag zur Unterstützung von Hauptamtlichen MitarbeiterInnen.

In der Bemühung menschlicher und individueller Betreuung, werden auch die Aktivierungsangebote durch Ehrenamtliche MitarbeiterInnen um viele Facetten reicher.

Fortbildungsangebote müssen individuell auf die Anforderungen der Ehrenamtlichen Teams abgestimmt werden. Es ist auffällig, wie unterschiedlich der Einsatz von Freiwilligen in geriatrischen Einrichtungen gehandhabt wird. Zudem gibt es einen hohen Bedarf an Erzählen, Ausprechen, Besprechen und reflektieren einzelner Situationen.

Folgendes Angebot hat sich über Jahre bewährt und wird von vielen Einrichtungen als Fixum an 2 halben Tagen im Jahr, im Rahmen einer Fortbildung für Ehrenamtliche Teams angeboten. Die Grundhaltung von Validation nach Naomi Feil stellt die Basis für alle individuell angepassten Inhalte zu den Fortbildungen.

### **Ziel:**

Die Verbindung von Coaching zur Psychohygiene und Bearbeitung von Situationsbeispielen im Sinne der Validation. Die steigende Qualität und Stärkung eines Teams zu unterstützen und abzusichern.

### **Gruppencoaching für Ehrenamtliche Teams:**

- Wie geht es mir im Ehrenamt?
- Was nehme ich am meisten mit nach Hause?
- Was belastet mich am meisten?
- Was kann ich dagegen tun?
- Was ist das Freudvollste im Ehrenamt?
- Was würde ich gerne neu entwickeln?
- Wo muss ich mich zurückziehen
- Persönliche Grenzen

### **VALIDATION® für Ehrenamtliche Teams:**

- Validation – Sichtweise!
- Warum sind alte Menschen so wie sie sind?
- Zentrieren – meine eigenen Gefühle im Moment hinten an stellen
- Wie kann ich mich sonst entspannen?
- Beispiele aus der Praxis
- Konkrete erste Schritte zu den jeweiligen Beispielen