



ZeitZeichen

Kompetent älter werden im Beruf - mit eigenen Kräften haushalten – neue Perspektiven entwickeln

2-tägige Veranstaltung für langjährige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in sozialen Einrichtungen

Die Anforderungen des Arbeitsplatzes bleiben dieselben und entwickeln sich zugleich immer weiter. Die Auseinandersetzung mit dem demografischen Wandel kommt in den sozialen Einrichtungen an und hat gezeigt: Ältere Mitarbeitende in Teams sind leistungsfähig und leistungsbereit und tragen zum Erfolg der Einrichtungen bei. Sie fragen sich aber auch, wie es weiter gehen soll bis zur Rente, was sie noch erreichen können, welche besonderen Fähigkeiten sie in die Arbeit einbringen, wie sie ihre eigenen Potenziale in den Mittelpunkt rücken und altersspezifische Einschränkungen berücksichtigen können. Und auch der eigene Blickwinkel und die eigenen Bedürfnisse in Bezug auf die Arbeit verändern sich, je länger man arbeitet. Fragen tauchen auf wie: „Wird meine Energie ausreichen, um weiterhin gut zu sein?“ oder „Was will ich noch erreichen?“

Vielfältige Veränderungen erschweren es mitunter, mit Freude bei der Arbeit zu sein und den alltäglichen Belastungen standzuhalten. Bedeutsam dabei ist der Blick auf einen achtsamen Umgang mit Ressourcen und Grenzen im Sinne einer guten work-life-Balance.

In diesem Seminar haben Sie Gelegenheit,

- Erfahrungen und Gedanken über die Veränderungen in der Arbeitswelt und mit langjähriger Berufserfahrung auszutauschen, inne zu halten, den bisherigen Weg anzuschauen und zu würdigen;
- Ideen und Perspektiven zu entwickeln und zu vertiefen, wie Sie Ihre Kompetenzen und Stärken auch weiterhin in der Arbeit einbringen und erweitern können,
- einen Blick auf den Umgang mit Stresssituationen und Erschöpfung zu richten
- Forschungsergebnisse alternsgerechter Arbeitsbedingungen kennen zu lernen sowie
- die Freude und Kraft an der Arbeit zu erhalten.

MICHAELE GABEL

www.lebenimaufwind.de