

## Übersicht Seminarangebot

Je nach Inhalt können Vorträge, Halbtagsseminare oder Ganztagsseminare gestaltet werden.

### Thema Ehrenamt

- **Ehrenamtskultur in Kirchengemeinden**  
Eine funktionierende Ehrenamtskultur hat einen entscheidenden Einfluss auf die Gewinnung und Bindung von ehrenamtlich Engagierten. Wer will sich schon freiwillig einbringen und Gedanken machen, wo nichts passiert, Entscheidungen nicht getroffen werden, kein Miteinander bzw. im schlimmsten Falle Zwist und Uneinigkeit herrschen? Ein gutes Gemeindeklimate schafft Motivation, unterstützt Ideen und Veränderung und zieht automatisch neue Engagierte an. In der Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Bausteinen, wie z.B. Ehrenamtsmanagement, Konfliktmanagement und Anerkennungskultur, analysieren wir die Strukturen der eigenen Kirchengemeinde und beschäftigen uns mit den Fragen: Wie ist die Atmosphäre in unserer Kirchengemeinde? Welche Werte werden miteinander gelebt und weitergegeben? Wie kommunizieren wir untereinander? Wie wird mit Konflikten und Fehlern umgegangen? Wie offen sind wir für Neues?
- **Hauptamt und Ehrenamt: Was braucht es für ein gutes Miteinander?**  
Mit Ehrenamt und Hauptamt treffen zwei Arbeitsformen mit unterschiedlichen Ressourcen und Herangehensweisen aufeinander. Diese können sich gegenseitig unterstützen, ergänzen und bereichern. Der Mehrwert der Zusammenarbeit von Haupt- und Ehrenamtlichen liegt in der Unterschiedlichkeit beider Seiten, aber Unterschiedlichkeit ist nicht nur bereichernd, sondern sie kann auch irritierend und störend sein und dies gilt umso mehr, je höher der Leistungsdruck ist, unter dem die Beteiligten stehen. Wir wollen typische Haltungen und Vorbehalte, Konfliktpotential aber auch positive Seiten und Möglichkeiten der Zusammenarbeit analysieren, um Offenheit und gegenseitigen Respekt und Achtsamkeit im Umgang miteinander zu fördern.
- **Die Geschichte des Ehrenamts: Von damals bis heute**  
Wie ist das Ehrenamt entstanden? Was ist bürgerschaftliches Engagement? In welchen Bereichen wird ehrenamtlich gearbeitet und was für Menschen stecken dahinter? Hat sich alles verändert und sind die Zahlen wirklich rückläufig? Wir schlagen einen Bogen von den Anfängen des Ehrenamts bis zur heutigen Gestaltung von freiwilligem Engagement, welches die Gesellschaft zusammenhält.
- **Gruppenleiten leicht gemacht – für ehrenamtliche Gruppenleiter/innen**  
Ehrenamtliche, die in ihrer Gemeinde Gruppen z.B. in den Bereichen Frauenarbeit/Männerarbeit, Seniorenkreis, Kreativkreis oder Besuchsdienst leiten, bekommen Anregungen für neue methodische Gestaltungen von Gruppentreffen.

## Thema Seniorenarbeit

- **Ideenbörse Seniorenarbeit: Neues für die Arbeit in Kirchengemeinden**  
Leiterinnen und Leiter von Seniorengruppen lernen neue Methoden und Themen kennen, die Anstöße zum Weiterdenken geben. Die Inhalte helfen, die Arbeit in Seniorengruppen abwechslungsreich und interessant zu gestalten.
- **Märchen und Glauben in der Seniorenarbeit**  
Märchen sind Weggeschichten, die bildhafte Lebensläufe nachzeichnen. Das ist der Grund, warum Senioren sich gerne mit Märchen beschäftigen, denn sie mögen es, auf Lebenswege zurückzuschauen. Leiterinnen und Leiter von Seniorengruppen lernen zu den Themen Märchen und Glauben neue Methoden für ihre Arbeit kennen. Wie können Märchen eingesetzt werden, um Senioren zu aktivieren?
- **Biografiearbeit mit Senioren**  
Biografiearbeit ist die Arbeit mit Erinnerungen und Erfahrungen des Lebens. Gerade in der Arbeit mit Senioren kann die Biografiearbeit helfen, gelebtes Leben zu verstehen und dessen Auswirkungen auf die Gegenwart wahrzunehmen und zu verstehen. Es werden methodische Grundlagen der Biografiearbeit und inhaltliche Anregungen vermittelt.

## Was macht mich stark in meinem Beruf? (für pädagogische Fachkräfte)

- **Berufsrolle und Berufsidentität in sozialen Berufen**  
Der Beruf prägt den Menschen in seinen Haltungen und Werten ganz entscheidend. Ob und wie ich mich mit meinem Beruf identifiziere, ob ich die oftmals vorgegebenen Rollen eines Berufsbildes einnehmen möchte oder mich damit schwer tue, aber auch die Sicht der Gesellschaft und der Menschen in meinem Umfeld auf meinen Beruf haben enorme Auswirkungen darauf, ob ich ein ausgefülltes und als sinnvoll wahrgenommenes Berufsleben führe. Man sagt: *Wer seine Berufsrolle nicht findet, ist für den Beruf verloren*. Wir nähern uns diesen Fragen über die Auseinandersetzung mit der eigenen Biografie an und geben der oft vergessenen Professionalität der sozialen Berufe neuen Raum.
- **Psychische Risikofaktoren in sozialen Berufen**  
Wer professionell andere versorgt, ist keineswegs automatisch auch selbst gut versorgt! Eine beziehungsorientierte Berufstätigkeit ist durch eigene Emotionen und Wechselwirkungen mit den Gefühlen der uns Anvertrauten immer gefährdet. Die eigene Professionalität muss immer wieder neu hergestellt und ausbalanciert werden. Erwerbstätige in sozialen Berufen sind überdurchschnittlich häufig von psychischen Erkrankungen betroffen. Warum das so ist, wollen wir uns anhand von typischen Risikofaktoren wie z.B. dem Helfersyndrom, dem Burnout und der regressiven Entprofessionalisierung anschauen und gemeinsam reflektieren.
- **Resilienz und Salutogenese**  
Wer mit Menschen arbeitet, ist stets emotionalen und auch körperlichen Belastungen ausgesetzt. Dazu kommen noch Überstunden, Zeitdruck und für die Familie und Freunde soll auch noch Zeit bleiben. Wir beschäftigen uns mit der eigenen Widerstandskraft (Resilienz) und der Entstehung von Wohlbefinden und Gesundheit (Salutogenese), um zu lernen, wie wir in unserer schnelllebigen Zeit gesund und möglichst ausgeglichen bleiben. Wie können wir Krisen gut verarbeiten, immer wieder neu aufstehen und in unserem Arbeits- und Privatleben Veränderungen positiv annehmen?

- **Spiritualität und Glauben in sozialen Berufen**

Welche Werte bilden den Kern der eigenen Arbeit? Welche Bedeutung und Funktion können diese Werte für die eigene Berufsidentität haben? Glaube, Liebe und Vertrauen prägen als christliche Werte die Geschichte des sozialen Berufsfeldes, ebenso wie Menschenwürde, soziale Gerechtigkeit und Solidarität. Kann Glauben bzw. die Fähigkeit der Besinnung und Achtsamkeit die persönliche Haltung in Begegnung mit anderen beeinflussen und welche Wirkung hat dies auf unsere professionellen Beziehungen? Was, neben dem fachlichen Wissen, trägt uns? Wie finden wir eine verlässliche Basis in uns, in unserer Identität, in unserem Glauben, um Menschen in Notlagen sicher begleiten und allen widrigen Realitäten kraftvoll und ermutigend entgegenzutreten zu können?

## Miteinander der Generationen

- **In der Rushhour des Lebens: Zwischen Überholspur und Achtsamkeit**

Willkommen in der "Rushhour des Lebens"! So wird die Phase zwischen Ende 20 und Mitte 40 oft genannt. Weil sich in ihr alles staut wie auf einer Stadtautobahn nach Büroschluss. Kann man diesem Sog enttrinnen? Ist es nicht höchste Zeit, mal auf die Bremse zu treten und sich wieder achtsam in seinem Leben umzuschauen? Statt also mit Tempo 180 immer nur geradeaus zu brettern, sollten wir zwischendurch mal innehalten und dort ausscheren, wo's für einen passt. Wir wollen uns angucken, was die Rushhour eigentlich ausmacht. Was ist bei uns anders als bei den Generationen vorher? Warum sind besonders Frauen davon betroffen? Im Austausch untereinander erfahren wir unterschiedliche Lebensentwürfe, merken, dass es anderen Frauen wie uns selbst geht und lernen voneinander. Wir schalten einen Gang runter und spüren nach, wo wir wieder mehr Achtsamkeit in unser Leben einbauen können.

- **Was macht eine Generation aus? Generationen im Überblick**

Eine Generation definiert sich nicht nur über ihr Alter und den Abstand zur nächsten Generation, sondern auch über die Lebensweise, über gemeinsame Erlebnisse und Erfahrungen. Aber auch politische und gesellschaftliche Veränderungen prägen eine Generation und schaffen ein Zusammengehörigkeitsgefühl. Im Fernsehen, in Zeitungen oder im Internet ist immer wieder von verschiedenen Generationen die Rede wie z.B. die *Nachkriegsgeneration*, die *Baby-Boom-Generation*, *Generation X* oder *Generation Internet*. Wir wollen uns diese Generationen genauer anschauen und herausfinden, warum das Zusammenleben von jung und alt oft gar nicht so leicht ist. Manchmal finden wir die Kleidung, die Meinungen und Werte anderer Altersgruppen ganz schön merkwürdig. Unterschiede können aber auch spannend sein und oft liegen die Ansichten und Erfahrungen gar nicht so weit auseinander, wie wir zunächst annehmen. Jede Generation kann von der anderen lernen und je mehr wir über einander wissen, desto mehr bereichert das unsere eigene Lebenswelt.

- **Zukunft Ruhestand**

Der Lebensabschnitt nach Arbeits- und Familienzeit ist voller neuer Herausforderungen. Wie erlebe und gestalte ich den Übergang? Wie gehe ich mit Veränderungen aber auch Verlusten um? Es werden vielseitige Impulse und Möglichkeiten des Engagements vermittelt.

**Ansprechpartnerin:**

**Stefanie Schmidt**  
Dipl. Pädagogin  
Erwachsenenbildnerin

**Ev. Erwachsenenbildung Lüneburg**  
Barckhausenstr. 1, 21335 Lüneburg  
Tel: 04131/ 223 777 3  
Email: Stefanie.Schmidt.EEB@evlka.de