

Nr. 14/10

Termin:
Montag, 16.06.2010

Zeit:
10.00–17.00 Uhr

Teilnehmerzahl:
maximal 14 Personen

Kosten:
80,00 EUR

Zielgruppe:
MitarbeiterInnen aus der Behinderten-
hilfe, PflegeassistentInnen

Veranstaltungsort:
Geschäftsstelle Lebenswege gGmbH
Hinterhaus, Seminarraum 3. OG
Gubener Str. 49
10243 Berlin

Kontakt:
Tel.: 030 – 446 872 0
Fax: 030 – 446 872 -40
fortbildung@lebenswege-berlin.de

Was hält uns gesund? – Das Konzept der Salutogenese

Jutta Rütter *Dipl.-Pädagogin,, Dipl.-Supervisorin (DGSv),
Organisationsentwicklerin*

Alle reden von steigendem Arbeitsdruck und daraus resultierenden Krankheitsfolgen. Auch die Forschung beschäftigt sich schwerpunktmäßig mit Krankheitsentstehung. Wenn dennoch von Gesundheit die Rede ist, geht es häufig um die „Pflicht zur Gesundheit“! Als Form der Prävention wird z.B. in der Sozialversicherung die Frage nach der Eigenverantwortung gestellt.

Dem steht das Konzept der Salutogenese gegenüber: hier steht die Frage im Mittelpunkt, was Menschen gesund hält und was sie zu ihrer Gesundheit beitragen können.

Fragen in diesem Zusammenhang sind:

- Was ist Gesundheit?
- Welche Faktoren spielen dabei eine Rolle?
- Was können wir selbst dazu tun, uns gesund zu fühlen, auch wenn die Bedingungen manchmal widrig sind.

■
Darüber hinaus geht es darum, persönliche Bewältigungsstrategien zu erarbeiten.

Methoden:

Impulsreferate, Einzel- und Paararbeit, Gruppenarbeit, Plenumsdiskussion