

# Selbsthilfe Weiterbildungsseminare 2020

## österreichweit exkl. Referent/innen

### Öffentlichkeitsarbeit & EDV

- WORD - Mehr gestalten, weniger schreiben
- EXCEL - Berechnen und gestalten
- Datenbank - learning by doing
- Zoom - Grundlagen & Praktische Anwendung
- Workshop Image und Branding mit Social Media
- Presstexte formulieren
- EDV-Kurs für ANfängerInnen und leicht Fortgeschrittene

### Arbeiten in Selbsthilfegruppen

- Selbst-Balance: Handwerkzeug für Selbst-Balance: Handwerkzeug für GruppensprecherInnen
- NLP Tools: Unterstützende Ressource und Potential in der Selbsthilfegruppenarbeit
- Frundraising - Professionelle Mittelbeschaffung in der Selbsthilfe
- Gruppen kreativ moderieren
- LeiterInnen-Lehrgang Modul 1, 2, 3 und 4

### Kommunikation

- Nicht nur nett sondern ehrlich... Wie kommuniziere ich authentisch und selbstbewusst in Patientengesprächen mit Ärztinnen und TherapeutInnen?
- Grundlagen Kommunikation

## persönliche Ebene

- Resilienz - die Strategie der "Stehauf-Menschen"
- Resilienz fördern: Impulse aus der positiven Psychologie
- Achtsamkeit in Beziehungen Die Macht der Gedanken - vom fixen zum dynamischen Mindset Teil 1 und 2
- Kreative Methoden als persönliche Kraftquelle nutzen
- Emotionale Stärke - Vertiefung
- Kraftquellen im Alltag entdecken
- Werteschulung/ Konfliktmanagement

Im Jahr 2020 fanden 28 Seminare statt. Durchschnittlich nahmen 11 Personen an jedem Seminar teil.

Die meist besuchten Seminare waren:

Resilienz - die Strategie der "Stehauf-Menschen"

NLP Tools: Unterstützende Ressource und Potential in der Selbsthilfegruppenarbeit WORD - Mehr gestalten, weniger schreiben

Die Macht der Gedanken - vom fixen zum dynamischen Mindset Teil 1

Werteschulung/ Konfliktmanagement