

Laienhilfe Fortbildungen 2018 / 2019

Besuch Gedenkstätte Hartheim - Rundgang mit Führung

Termin: 28. September 2018, 14 h – 16:30 h
anschließend Besuch im Gasthof Lehnerwirt

Ort: **Lern- und Gedenkort Schloss Hartheim**
Schlossstr. 1, 4072 Alkoven

Pro mente OÖ setzt sich für die Menschenrechte und die Menschenwürde von Menschen mit psychischen Erkrankungen ein.

2018 ist ein Gedenkjahr. Vor 80 Jahren wurden innerhalb weniger Wochen 75% der Psychiater in Österreich vertrieben, verfolgt oder ermordet. In den Jahren danach wurden 360.000 psychisch kranke und behinderte Menschen zwangssterilisiert und mindestens 300.000 psychisch kranke und behinderte Menschen ermordet.

Aus diesem Anlass werden wir die Gedenkstätte Hartheim besuchen – in Hartheim wurden 1940 – 1944 rund 30.000 Menschen mit körperlicher und geistiger Behinderung sowie Menschen mit psychischen Erkrankungen ermordet.

Bernhard Groschupfer, Vermittler am Lern- und Gedenkort Schloss Hartheim und an der KZ-Gedenkstätte Mauthausen und selbst Laienhelfer bei pro mente OÖ wird uns durch die Gedenkstätte Hartheim und die Ausstellung „Wert des Lebens“ führen.

Bernhard Groschupfer, Studium der Sozial- und Wirtschaftswissenschaften an der JKU Linz, Vermittler am Lern- und Gedenkort Schloss Hartheim und an der KZ-Gedenkstätte Mauthausen, laufendes Lehramtsstudium in Geschichte und Sozialkunde/Politische Bildung und Geographie und Wirtschaft.

Anmeldung bis 14. September an laienhilfe@promenteooe.at oder 0664 8224 985

Max. 15 Personen

Gemeinsame Anreise möglich! Bitte bei der Anmeldung angeben!

Laienhilfe Einführungstag

Termin: 6. Oktober 2018, 9:00 – 14:00 h

Ort: pro mente OÖ, Lonstorferplatz 1, 4020 Linz, 1. Stock

Beim Einführungstag geht es darum, pro mente OÖ insgesamt sowie Konzept und Praxis der Laienhilfe noch genauer kennen zu lernen, sich untereinander auszutauschen und kennen zu lernen.

Herr Mag. Gerald Zeininger (Geschäftsführung pro mente OÖ.) und Frau Monika Czamler (Geschäftsfeldleitung Krisenhilfe OÖ) informieren über pro mente OÖ und die Krisenhilfe OÖ und beantworten Fragen.

Wir werden uns über Ihre Erfahrungen als LaienhelferInnen austauschen sowie zu Werthaltungen und Herausforderungen in der psychosozialen Arbeit.

Anmeldung bis 28. September an laienhilfe@promenteoee.at oder 0664 8224 985

Tag der Psychischen Gesundheit: Erste Hilfe für die Seele

Termin: 9. Oktober 2018, 16:00 – 19:30 h

Ort: Landeskulturzentrum Ursulinenhof, Landstraße 31, 4020 Linz

Informationen zum Thema folgen!

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich!

Achtsame Selbstfürsorge für mich und meine KlientIn

Inhalt: Stress und Überforderung sind bekannte Phänomene unserer modernen Gesellschaft. Was gibt es über die Hintergründe von Stress zu wissen? Wie kann ich Stress reduzieren? Welche gesunden Möglichkeiten der Selbstfürsorge gibt es? Warum spielt hier unser Bindungssystem eine Rolle? Was kann ich davon auch für meine Klientenbeziehungen nutzen?

Ein Mix aus Input, Übungen und Fallbeispielen leitet durch den Weiterbildungstag.

Termin: 20. Oktober, 9 – 16 h

Ort: pro mente OÖ, Lonstorferplatz 1, 4020 Linz, 1. Stock

Susanne Mayr-Summersberger MEd: Bildungswissenschaftlerin, Psychotherapeutin, Supervisorin, Traumaexpertin, Langjährige Tätigkeit als Supervisorin und Psychotherapeutin in freier Praxis und in der Laienhilfe pro mente OÖ

Anmeldung bis 5. Oktober an laienhilfe@promenteooe.at oder 0664 8224 985
Max. 15 Personen

pro mente OÖ Laienhilfe Tag

Termin: 3. November 2018, 09:30 – 16:00 Uhr

Ort: Seminarkultur Wesenufer

Thema: „Wege zur psychischen Gesundheit“ - Was bracht der Mensch um psychisch und sozial gesund zu sein?

Vortrag von Christoph Lagemann: Leiter des Institut Suchtprävention, pro mente OÖ, Lehraufträge an der Kepler Universität Linz, der Pädagogischen Hochschule Linz, FH Campus Linz etc.; Diplom-Sozialarbeiter, Psychotherapeut (Systemische Therapie)

Anmeldung bis 24. Oktober an laienhilfe@promenteooe.at oder 0664 8224 985

53. Linzer Psychiatrischer Samstag 2018: „Erste Hilfe für die Seele“

Termin: 10. November 2018, 9:00 – 13:00 Uhr

Ort: Johannes Kepler Universität, Altenberger Str. 69, 4040 Linz

Genaueres Programm wird noch ausgeschickt!

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich! LaienhelferInnen zahlen keine Tagungsgebühr.



Schon in der Fahrschule lernt man:

Erste Hilfe ist bei einem Notfall im Straßenverkehr Pflicht.

Und man weiß auch Bescheid, was dann konkret zu tun ist - stabile Seitenlage und die Rettung rufen...

Aber was ist, wenn nicht der Körper sondern die Seele in Not ist - wie kann man bei psychischen Krisen helfen?

Was kann Politik und Zivilgesellschaft präventiv zur allgemeinen psychischen Gesundheit beitragen, wie kann „Erste Hilfe für die Seele“ in unser Alltagsleben implementiert werden und was kann die professionelle Akuthilfe dazu beitragen?

Termin: 10. November 2018 (9.00 - 13.00 Uhr)

Ort: Johannes Kepler Universität (Auditorium Maximum, Raiffeisensaal)

Tagungsgebühr: Euro 30,- sind vor Ort zu entrichten, eine Anmeldung ist nicht erforderlich

Veranstalter: pro mente Oberösterreich, Medizinische Gesellschaft für Oberösterreich, Max-Planck-Institut für Psychiatrie München

Was willst du mir mit deinem Verhalten sagen?

Umgang mit Aggression - Deeskalationstraining

Termin: 26. Jänner 2019, 9 – 17 h

Ort: pro mente OÖ, Lonstorferplatz 1, 4020 Linz, 1. Stock

Schwierige Situationen und Konflikte kann es auch in der Laienhilfe mal geben und stellen eine besondere Herausforderung dar. Dabei spielen verschiedenste Kommunikationsmuster, die unter dem begriff „verbale Deeskalation“ zusammengefasst werden können, eine wichtige Rolle. Das Verhalten und Handeln in kritischen Situationen im Kontext von Nähe und Distanz bzw. das eigene Rollenverhalten müssen ebenso reflektiert werden, wie die Notwendigkeit von Rollenklarheit.

Inhalt

- Abgrenzung und Definition der Begriffe Aggression, Gewalt und Emotion
- Frühzeitiges Handeln
- Kommunikationstraining
- Teufelskreis der Eskalation
- Eskalationskurve
- Grundregeln der Deeskalation
- verbale Deeskalation
- Praxisbeispiele

Methodik

- Übungen
- Rollenspiele
- Reflexionen anhand von Videoaufnahmen
- Selbstreflexion

Referent

Dipl. Päd. José Pedro González, Deeskalationstrainer, AntiAggressivitäts- und Coolnesstrainer, Sozialpädagoge

Anmeldung bis 11. Jänner an laienhilfe@promenteoee.at oder 0664 8224 985

Max. 15 Personen

Hochsensitivität verstehen

Was bedeutet es mit Hochsensitivität zu leben?

In diesem Workshop zum Thema „Hochsensitivität“ spricht Frau Regina Hildegard darüber, was es bedeutet mit Hochsensitivität zu leben:

„Jeder Mensch ist im Grunde hochsensitiv! Daher trägt auch jeder die Anlage einer psychischen Störung in sich. Ein unbeholfener Umgang mit den hochsensitiven Anteilen eines Menschen führt zwangsläufig in eine emotionale Krise – der optimale Umgang damit unterstützt die Wiederherstellung der emotionalen Stabilität.“

Ich sehe im Erkennen der Hochsensitivität und dem optimalen Umgang damit eine große Chance, Menschen mit psychischen Besonderheiten besser zu verstehen und sie dadurch auch ideal begleiten zu können.

Meine Informationen begründen sich auf den Forschungsarbeiten der Dr. Elaine Aron – kombiniert mit eigenen Erkenntnissen und Erfahrungen. Sie werden wirklich bereichert aus meinem Workshop gehen. Das hat sich in der Vergangenheit durch positive Feedbacks mehrfach bestätigt. Ich freue mich sehr auf Sie! Alles Liebe von Regina Hildegard“

Referentin:

Regina Hildegard – Psychologisch gebildete Selbsthilfelehrerin mit schizophrener Hochbegabung und sozialer Zusatzbildung – in ehrenamtlicher Funktion

Termin: 16. März 2019, 10 – 13 h

Ort: pro mente OÖ, Lonstorferplatz 1, 4020 Linz, 1. Stock

Nach dem Mittagessen steht Frau Regina Hildegard ab 14 h für Fragen und Diskussion zur Verfügung.

Anmeldung bis 1. März an laienhilfe@promenteooe.at oder 0664 8224 985

Max. 15 Personen

Mit diesem Workshop starten wir eine Workshopreihe – in Kooperation mit strada OÖ – der Interessensvertretung für Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen – bei der nicht von ExpertInnen ÜBER Menschen mit psychischen Erkrankungen gesprochen wird, sondern MIT Menschen mit Psychiatrie Erfahrung, die aus ihrer Perspektive berichten, was es heißt, mit einer psychischen Erkrankung zu leben.

Psychiatrische Erkrankungen

Dieses Seminar vermittelt einen praxisbezogenen und klientInnenorientierten Überblick über wichtige psychiatrische Erkrankungen, ein Verständnis der Krankheitsbilder und fragt nach Ursachen, Symptomen, besonderen Problemen, Behandlungsansätzen und -grenzen sowie Schwierigkeiten und Chancen im Umgang mit den Betroffenen.

Inhalt

- Einführung in psychosoziales und psychiatrisches Basiswissen
- Überblick zu psychischen Erkrankungen laut ICD 10
- Vertiefung zu: Angst/Phobien, Psychosen, Sucht und Depression als die 4 häufigsten psychischen Erkrankungen.
- persönliche Reflexion

Referentinnen:

Mag. Elke Hellmann, Klinische- und Gesundheitspsychologin, pro mente OÖ Regionalleiterin
Innviertel

Mag. Eva Schöppl-Aigner, Klinische- und Gesundheitspsychologin, pro mente OÖ
Teamleitung

Termin: 27. April 2019, 9:00 – 16:00 h

Ort: pro mente OÖ, Lonstorferplatz 1, 4020 Linz, 1. Stock

Anmeldung bis 12. April an laienhilfe@promenteooe.at oder 0664 8224 985

Max. 15 Personen