



Corona bedingt sind in den vergangenen zwei Jahren viele der geplanten Seminare ausgefallen oder mussten abgesagt werden. Im vorliegenden Jahresprogramm finden sie deshalb neben vielen neuen Themen auch das eine oder andere bekannte Seminarthema. Wir hoffen alle sehr, dass wir im neuen Jahr die geplanten Veranstaltungen in Präsenz durchführen können und wir gemeinsam einen verantwortungsvollen Umgang mit dem Virus gefunden haben, der uns gefahrlose Begegnungen und den Austausch mit Kollegen*innen ermöglicht.

Im Oktober 2021, Dr. Blinkle

MITTWOCHS- SEMINARE 2022



MARIABERGER
AUSBILDUNG & SERVICE
GEMEINNÜTZIGE GMBH

Mittwochs-Seminare der Mariaberger Ausbildung & Service gGmbH

Die halbtägigen Seminare bieten eine kompakte, am pädagogischen Alltag orientierte, praxisnahe Einführung beziehungsweise Vertiefung in die genannten Themenbereiche. Sie bieten auch Gelegenheit voneinander und miteinander im kollegialen Austausch zu lernen. Gruppengröße maximal 20 Personen, mindestens 12 Personen. Die Seminare sind für alle Mitarbeitenden Mariabergs kostenfrei. Die Seminargebühren für externe Teilnehmende betragen 35 Euro pro Seminar. Sie erhalten eine Rechnung.

Alle Seminare finden im Rittersaal, Burghaldenstr. 6 (unter dem Dach) gegenüber Eingang Marktplatz Mariaberg von 9:00 bis 12:00 Uhr statt.

**Anmeldung bitte an mittwochsseminare@mariaberg.de oder
Monika Biedermann, Tel. 07124/923 627 mit folgenden Angaben**

- ➔ **Name, Vorname**
- ➔ **Geschäftsfeld**
- ➔ **Fachbereich**
- ➔ **Seminartitel**

Wir freuen uns auf Sie!

- 1. Angst beginnt im Kopf – Mut auch**
26.01.2022, 9 - 12 Uhr
- 2. Kunst und Psyche (Part I)**
23.02.2022, 9 - 12 Uhr
- 3. Wenn Giraffe mit dem Wolf tanzt...**
23.03.2022, 9 - 12 Uhr
- 4. Und wieder stirbt ein Teil von mir**
27.04.2022, 9 - 12 Uhr
- 5. Magic Mushrooms**
18.05.2022, 9 - 12 Uhr
- 6. Eine Ohrfeige hat noch keinem geschadet**
22.06.2022, 9 - 12 Uhr
- 7. Du bist, was du isst**
13.07.2022, 9 - 12 Uhr
- 8. Nur noch digital unterwegs**
21.09.2022, 9 - 12 Uhr
- 9. Kunst und Psyche (Part II)**
19.10.2022, 9 - 12 Uhr
- 10. BTHG - eine Herausforderung**
09.11.2022, 9 - 12 Uhr
- 11. Dazugehören**
07.12.2022, 9 - 12 Uhr

26.01.2022, Rittersaal

1. Angst beginnt im Kopf. Mut auch!

**Gabriele Veit, Diplompsychologin
Fachdienst A&S**

Angst hat jeder mal von uns, aber wenn sie Dich total vereinnahmt, schränkt sie die Lebensqualität erheblich ein. Folgen können dann Burnout oder Depressionen sein.

In diesem Workshop beschäftigen wir uns mit der Frage, warum wir Menschen Ängste haben, wie sie entstehen, wofür sie gut sind und vor allem was wir dagegen tun können. Denn Mut beginnt im Kopf! Anhand des Beispiels Bewertungsangst (z.B. soziale Bewertung in Prüfungen, bei Präsentationen, Ansprachen etc.) versuchen wir Strategien zu erarbeiten, unseren eigenen Ängsten mit Mut, Cleverness und Stärke zu begegnen. Denn Mut bedeutet nicht, dass Du keine Angst hast. Mut bedeutet, dass Du Dich von der Angst nicht abhalten lässt!

23.02.2022, Rittersaal

2. Kunst und Psyche (Part I)

Farben, Formen und Gefühle

**Mareike Laib, Kunsttherapeutin B.A
Peter Gebert Diplompsychologe
Fachdienst A&S**

Sämtliche Facetten der menschlichen Psyche finden Raum und Ausdruck in der Kunst. Bedeutende Künstler*innen wie z.B.: Mark Rothko, Edvard Munch oder van Gogh litten nachweisbar an psychischen Störungen. Beim bloßen Betrachten von Kunstwerke zeigt sich natürlich

eine andere Erlebensqualität, als dies bei der Erschaffung der Fall ist. Wir wollen uns der Maltechnik eines*r Künstlers*in durch aktives Tun annähern. Dabei können wir unmittelbar erfahren, was z.B. Farben und Formen bei uns auslösen. In diesem Seminar möchten wir gemeinsam eintauchen in die Wirkung des künstlerischen Schaffens. Seien Sie gespannt und lassen Sie sich diese Erfahrung nicht entgehen. (Materialien werden zur Verfügung gestellt)

23.03.2022, Rittersaal

3. Wenn die Giraffe mit dem Wolf tanzt...

**Sabrina Bez, Sozialpädagogin B.A.
Fachdienst A&S**

Wie verletzlich sowohl verbale als auch non-verbale Kommunikation sein kann, haben wir alle schon erfahren. Aber wie kommunizieren wir? Wie reden wir „richtig“ miteinander und wie hören wir „richtig“ zu? Gibt es überhaupt „richtige“ Kommunikation? Wie können wir die eigenen Bedürfnisse erfüllen, ohne andere zu beeinträchtigen – ohne ihnen Gewalt anzutun. Befriedigende Beziehungen aufbauen, wiederherstellen und erhalten. Schmerzhaftes, belastende Kommunikation verhindern, Konfliktgespräche sinnvoll nutzen. Anhand des Modells der gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg werden die theoretischen Grundannahmen erläutert und durch praktische Übungen ergänzt.

27.04.2022, Rittersaal

4. Und wieder stirbt ein Teil meiner Seele

Trauma und Traumafolgestörungen

**Dr. Reiner Binkle, Diplompädagoge
Leitung Fachdienst A&S**

In der Jugendhilfe arbeiten wir seit jeher mit Kindern und Jugendlichen, die aufgrund ihrer Biographie immer wieder traumatisierenden Ereignissen ausgesetzt waren und z.T. auch immer noch sind. Dazu gehören nicht nur Vernachlässigung, körperliche und sexuelle Gewalt. Auch emotionale Misshandlung, traumatisierende Trennungen oder ein psychisch krankes Elternteil hinterlassen nachhaltige Spuren in der kindlichen Seele. So erleben wir immer wieder, dass Kinder und Jugendliche mit belastenden Erinnerungen (Intrusion), emotionaler Taubheit oder auch Übererregung (Hyperarousal) reagieren. Neben einer kurzen Einführung über den Wirkungsmechanismus traumatischen Erlebens und die Besonderheiten des Erinnerns werden auch Elemente traumapädagogischen Handelns thematisiert. Nicht die Bearbeitung des Traumas steht dabei im Vordergrund, sondern ressourcenorientierte Bewältigungsstrategien im Alltag

18.05.2022, Rittersaal

5. Magic Mushrooms

Bittere Pillen oder hilfreiche Unterstützung?

Dr. med. Ulrike Scheid, Ärztin für Kinder und Jugendmedizin, Ärztin für Kinder und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie

Psychopharmaka entfalten ihre Wirkung im Gehirn. Sie können (krankhafte) Veränderungen des Erlebens und des daraus resultierenden Verhaltens im günstigsten Fall positiv beeinflussen. Manchmal treten jedoch auch Nebenwirkungen auf: Medikamente können abhängig machen, beeinflussen Persönlichkeitsanteile und greifen in den Hirnstoffwechsel ein. Es wird aber auch der Standpunkt vertreten, auf Psychopharmaka zu verzichten, da psychiatrische Krankheiten aufgrund zugrundeliegender Konflikte nur psychotherapeutisch zu behandeln seien. Im Seminar soll ein Überblick über die derzeit gebräuchlichsten Psychopharmaka gegeben und deren Möglichkeiten und Grenzen aufgezeigt werden.

22.06.2022, Rittersaal

6. Eine Ohrfeige hat noch keinem geschadet

**Simon Waldmann, Soz.päd.(M.A.),
Sachgebietsleitung Allgemeiner Sozialer Dienst, Jugendamt Sigmaringen**

Kinder und Jugendliche haben in Deutschland ein Recht auf gewaltfreie Erziehung. Körperliche Strafen und andere entwürdigende Maßnahmen sind per Gesetz verboten. Welche Folgen haben Schläge für Kinder und Jugendliche? Welche Unterschiede gibt es zwischen Vernachlässigung, Missbrauch und Misshandlung? Was macht da eigentlich das Jugendamt? Und wie können wir im pädagogischen Alltag auf Sätze

wie „Eine Ohrfeige hat noch keinem geschadet!“ oder „Das war doch nur ein Klaps!“ reagieren? In der Veranstaltung versuchen wir gemeinsam Theorie und Praxis zu verbinden. Anhand von Beispielen aus dem Alltag reflektieren wir Erfahrungen und erarbeiten mögliche Handlungsansätze und Ideen für die Praxis.

13.07.2022, Rittersaal

7. Du bist, was du isst

**Mit Ernährungsmythen aufräumen,
Ernährung im Alltag gesund gestalten**

**Anne Hirzel, Schulpsychologin M.Sc.
Fachdienst A&S**

Nie gab es ein größeres Ernährungsangebot und nie war es so einfach für Menschen in unserem Kulturkreis sich Nahrung zu beschaffen wie heute. Und dennoch sagt uns die Wissenschaft: Die Menschen in Deutschland ernähren sich oft zu ungesund, Krankheiten wie z.B. Adipositas oder Diabetes nehmen zu. Viele Menschen haben den Willen sich gesund zu ernähren, sind aber mit der Informationsflut zu diesem Thema überfordert. Hartnäckig halten sich Ernährungsmythen wie „Keine Kohlehydrate nach 18 Uhr“ oder „Wenn man nur genug Sport macht kann man essen was man will“. In diesem Seminar sollen Einblicke in grundlegende Informationen zum Thema Ernährung gegeben, konkrete Tipps für den Alltag basierend auf wissenschaftlichen Erkenntnissen besprochen und mit einigen klassischen Ernährungsmythen aufgeräumt werden.

21.09.2022, Rittersaal

8. Nur noch digital unterwegs?! – Checken Sie ihr Suchtrisiko!

**Silva Stroppel, AGJ Suchtberatung
Sigmaringen, Sozialpädagogin (BA)
Sebastian Schneider, AGJ Suchtberatung
Sigmaringen, Diplom-Pädagoge**

Sind Sie süchtig nach ihren Apps? Checken Sie jeden Morgen Instagram? Keine Zug- oder Busfahrt ohne Coin Master? TikTok ist unwiderstehlich, Netflix sowieso? Sind Sie süchtig nach Tinder, verbringen ihre Nächte auf YouTube und flippen aus, wenn der Akku leer ist? Keine Sorge, das ist normal. All diese Apps beruhen auf dem Prinzip, Sie süchtig zu machen, indem in Ihrem Gehirn das Molekül für Lust, Motivation und Sucht freigesetzt wird: Dopamin. Im gemeinsamen Workshop widmen wir uns den verschiedenen Hintergründen einer Medien-suchtentwicklung sowie deren Merkmalen. Was sind die besonderen Suchtpotentiale der jeweiligen App, der Lieblingsspiele und Lieblingsserien? Welche Bedürfnisse werden digital gestillt? Wie kann man unabhängig Digitalität genießen? Bei Interesse können auf <https://www.arte.tv/de/videos/RC-017841/dopamin/> vorab interessante Kurzfilme (7 Filme á 7 Minuten) angeschaut werden.

19.10.2022, Rittersaal

9. Kunst und Psyche (Part II) Land Art als Ausdruck innerer Themen

**Mareike Laib Kunsttherapeutin B.A
Peter Gebert Diplompsychologe
Fachdienst A&S**

Der Schweizer Maler Paul Klee formulierte folgenden Gedanken: „Kunst gibt nicht das Sichtbare wieder, sondern macht sichtbar.“ Dies ist

einer der Verbindungspunkte zwischen Kunst und Psychologie. Wir alle beschäftigen uns mit sogenannten inneren Themen, die uns für unterschiedlich lange Zeiträume – manchmal gar lebenslänglich – begleiten. Im Rahmen des heutigen Seminars möchten wir den Teilnehmenden die Erfahrung ermöglichen, sich mit einem solchen Thema auf einer künstlerischen Ebene auseinanderzusetzen. Als Methode soll die Kunstrichtung Land-Art dienen. Wir werden also aktiv die Erfahrung machen, wie etwas Unscharfes oder gar Unsichtbares, durch unser Tun Gestalt annimmt. Ein Teil des Seminars findet draußen statt, dies gilt es in Sachen Kleidung/Schuhwerk zu berücksichtigen.

09.11.2022, Rittersaal

10. Bundesteilhabegesetz (BTHG) – eine Herausforderung!?

**Sabine Jenter, Gabriele Lenz, Karin Lohner
Beraterinnen Berufliche Rehabilitation und
Teilhabe, Agentur für Arbeit Balingen**

Zum 01.01.2018 wurde das Bundesteilhabegesetz eingeführt. Es dient zur Stärkung der Teilhabe und Selbstbestimmung von Menschen mit Behinderungen. Das Bundesteilhabegesetz hat zum Ziel, die Lebenssituation von Menschen mit Behinderungen im Sinne von mehr Teilhabe und mehr Selbstbestimmung zu verbessern. Schlagwörter wie Gesamtplanverfahren, Teilhabeplanverfahren, Teilhabekonferenz.... , in denen auch Einrichtungen, Sozialdienste und Wohngruppen mit einbezogen werden, sind für Außenstehende teilweise verwirrend und erzeugen viele Fragezeichen. In diesem Seminar wollen wir für Sie das BTHG mit Leben und Inhalt füllen. Sie lernen die verschiedenen Akteure kennen, die das BTHG umsetzen (sollten).

Außerdem zeigen wir Ihnen auf, in welchen Bereichen Leistungsträger/Einrichtungen die Menschen mit Behinderung unterstützen können. An konkreten Beispielen werden wir versuchen, Ihnen das BTHG verständlich zu machen.

07.12.2022, Rittersaal

11. Dazugehören – Übergänge zum Erwachsenenalter

**Sebastian Neumann, Sozialpädagoge B.A.
Sozialdienst Wohnen Jugendhilfe / Projektbegleitung „Dazugehören BaWü“**

Übergänge vom Jugend- ins Erwachsenenalter stellen oftmals eine große Herausforderung dar, vor allem, wenn diese noch verbunden sind mit dem Wechsel des Kostenträgers, der Wohngruppe und anderen rahmen- und haltgebenden Faktoren. Dieses Seminar gibt einen Einblick in das Projekt „Dazugehören BaWü“ (weitere Informationen über die Homepage der Uniklinik Ulm), in dem die Übergangsgestaltung von der Jugendhilfe in die Eingliederungshilfe durch die Entwicklung eines digitalen Teilhabeinstrumentes zur Unterstützung der jungen Menschen mittels Gruppeninterventionen erleichtert werden soll. Das Seminar soll auch als Forum des offenen Austausches dienen, in dem Sie Ihre Erfahrungen, Fragen und Anregungen rund um die Thematik der Übergänge Jugendlicher ins Erwachsenenalter formulieren und diskutieren können: Welche Schwierigkeiten habe ich bei Übergängen von jungen Menschen erlebt? Was kann ich dazu beitragen, dass Übergänge gelingen? Was brauchen junge Menschen in der Zeit der Übergangsgestaltung?



**INFO UND ANMELDUNG:
MARIABERGER AUSBILDUNG & SERVICE GEMEINNÜTZIGE GMBH
UNTERER TORACKERWEG 8, 72501 GAMMERTINGEN
TEL. 07124/923-627, MITTWOCHSSEMINARE@MARIABERG.DE
WWW.MARIABERG.DE**

Im Verbund der
Diakonie 

