

MODUL 1: VERHALTEN UND LERNEN

ANPASSUNGSFÄHIGKEIT – ERKUNDEN SIE STRATEGIEN ZUR ANPASSUNG AN UNTERSCHIEDLICHE SITUATIONEN.

LERNZIELE UND ZIELE DER AKTIVITÄT:

Ziel Nr. 1

Flexibilität und Aufgeschlossenheit bei der Anpassung an veränderte Situationen und Umgebungen

Die Krankengeschichte der Klient:innen kann unterschiedlich sein. Ein guter Coach muss in der Lage sein, für jeden Einzelfall einen geeigneten Behandlungsweg zu erarbeiten.

Ziel Nr. 2

Problemlösung

In einer sich ständig verändernden Welt kann eine ausgeprägte Problemlösungskompetenz ein großer Vorteil sein, insbesondere im Umgang mit gefährdeten Gruppen. Es ist wichtig, ihnen zu zeigen, dass aus einem Problem eine Chance entstehen kann.

Ziel Nr. 3

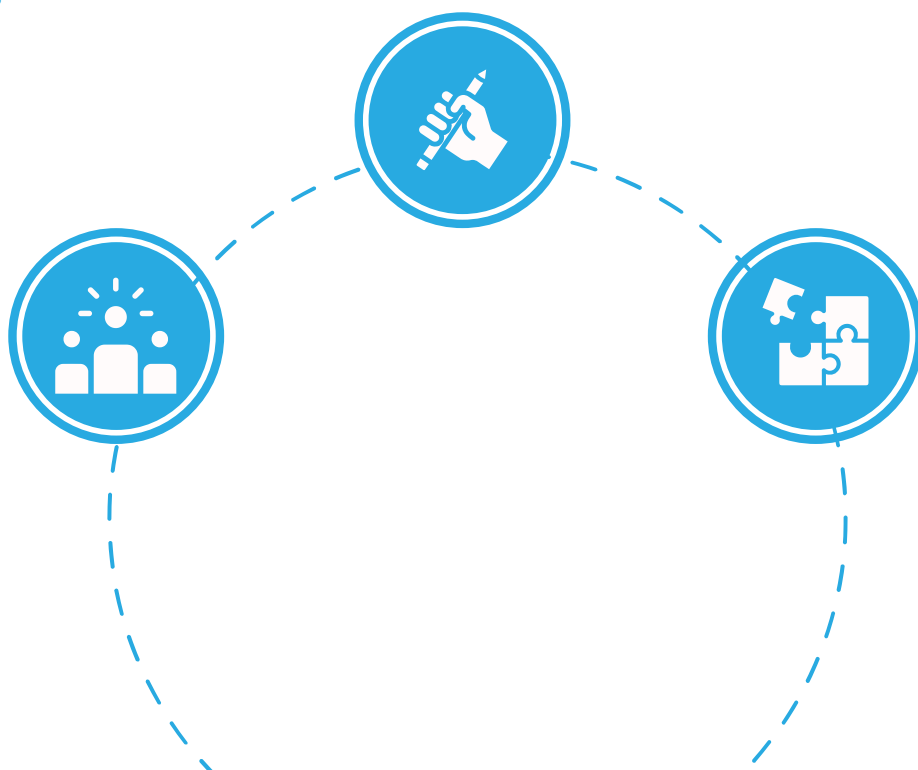
Stressbewältigung

Die Teilnehmenden erhalten nützliche Tipps zum Umgang mit Stress, der durch unterschiedliche Patienteneinstellungen verursacht werden kann

Ziel Nr. 4

Persönliches Engagement fördern

Den Teilnehmenden dabei zu helfen, einen konkreten und umsetzbaren Plan zu erstellen, um Anpassungsfähigkeit in ihre persönliche Situation zu integrieren.



MODUL 1: VERHALTEN UND LERNEN

ANPASSUNGSFÄHIGKEIT –

ERKUNDEN SIE STRATEGIEN ZUR

ANPASSUNG AN

UNTERSCHIEDLICHE SITUATIONEN.

AKTIVITÄTSBESCHREIBUNG UND MATERIALIEN

Aktivitätsbeschreibung



Zielgruppe – Personal der Erwachsenenbildung,
Genesungscoaches
Zeit – 2 Stunden

1. Präsentationsfolien
2. Videos und Multimedia-Inhalte zur Darstellung realer Managementsituationen
3. Whiteboard oder Flipchart zum Erfassen der wichtigsten Punkte
4. Arbeitsblätter für praktische Übungen
5. Zeichenwerkzeuge für Rollenspiele

Materialien



FÜR DIESE AKTIVITÄT VERWENDETE METHODIK



Die Kursleitung leitet die Sitzung ein, indem sie Anpassungsfähigkeit, ihre Bedeutung im persönlichen und beruflichen Kontext und ihre Rolle beim Stressmanagement während der Interaktion zwischen Patient und Kursleitung erklärt.



Geführte Diskussionen, um die Teilnehmenden zum richtigen Verständnis zu führen



Rollenspiele, um Anpassungsfähigkeit in realen Situationen zu demonstrieren.



Zirkuläre Diskussion zur Anregung des Denkens und der Kreativität der Teilnehmenden



Abschließende Reflexion und Abschlussrunde

MODUL 1: VERHALTEN UND LERNEN

ANPASSUNGSFÄHIGKEIT – ERKUNDEN SIE STRATEGIEN ZUR ANPASSUNG AN UNTERSCHIEDLICHE SITUATIONEN.

AKTIVITÄTSBESCHREIBUNG

1. Einleitung

Die Kursleitung erläutert zu Beginn der Sitzung das Konzept der Anpassungsfähigkeit und deren Relevanz in verschiedenen Kontexten, sowohl im privaten als auch im beruflichen Bereich. Sie betont, wie wichtig die Fähigkeit zur Anpassung an Veränderungen ist, um Herausforderungen zu meistern und in unerwarteten Situationen flexibel zu bleiben. Darüber hinaus wird die entscheidende Rolle der Anpassungsfähigkeit im Stressmanagement, insbesondere in der Interaktion zwischen Klient und Genesungscoach, thematisiert. Dabei wird die Bedeutung von Flexibilität und Einfühlungsvermögen für eine effektive Kommunikation und den Abbau von Spannungen hervorgehoben.

2. Geführte Diskussion

Die Kursleitung leitet eine Diskussion über das Konzept der Anpassungsfähigkeit und konzentriert sich dabei auf drei Hauptpunkte:

- A) Welche Rolle spielt Anpassungsfähigkeit bei Genesungsprozessen?
- B) Wie viel mehr Anpassungsfähigkeit ist in modernen Kontexten erforderlich als in der Vergangenheit und warum?
- C) Wie kann Stress bei Begegnungen zwischen Klient und Genesungscoach so bewältigt werden, dass beide Seiten geschützt sind.

3. Rollenspielaktivität

Eine Person übernimmt die Rolle des Klienten / der Klientin und spielt die Geschichte entsprechend der Vorlage. Die andere Person schlüpft in die Rolle des Genesungscoachs und entwickelt eine passende Vorgehensweise. Nur die Klient:innen lesen den Text mit der Geschichte – die Genesungscoaches erschließen sich die nötigen Informationen durch gezieltes Nachfragen.

4. Zirkuläre Diskussion

Die Teilnehmenden besprechen die in der vorherigen Aktivität entwickelten Vorgehensweisen und dann liegt es am Genesungscoach, zu beurteilen, welche Vorgehensweise effektiver ist als die anderen.

5. Vertiefung des Themas

Die Kursleitung erläutert die Faktoren, die die Anpassungsfähigkeit beeinflussen, wie persönliche Eigenschaften und Kontextfaktoren. Darüber hinaus stellt er einige wirksame Anpassungsstrategien vor, wie Achtsamkeit und Selbstwahrnehmung oder den Aufbau von Resilienz.

6. Reflexion und Anwendung

Die Teilnehmenden reflektieren die Bedeutung der praktischen Anwendung des erworbenen Wissens. Gemeinsam mit der Kursleitung bewerten sie ihre Stärken und Schwächen und identifizieren daraus Verbesserungspotenziale.