



# Menschen begleiten

## empathisch, authentisch, reflektiert

Menschen in schwierigen Situationen zu begleiten ist anspruchsvoll und verlangt von uns immer wieder ein Innehalten, um eigene Motivationen zu hinterfragen, uns zu Reflektieren und uns dadurch weiterzuentwickeln. Ein achtsamer und fürsorglicher Umgang mit uns selbst ist die Voraussetzung für diese Arbeit.

Der Kurs nimmt diese Aspekte auf und ist eine Mischung aus Reflexion unserer Praxistätigkeit, kennenlernen von theoretischen Modellen und dem Arbeiten an eigenen Ressourcen.

### Inhalt

- Reflexion, Voraussetzung zur eigenen Weiterentwicklung
- Supervision und Intervision—eigene Anliegen bearbeiten
- Selbstfürsorge—gut zu mir und gut zu dir sein
- Meine Ressourcen (Ressourcenkorb)

### Zielgruppe

Alle Interessierten, Teilnehmende Lehrgang Passage SRK

### Datum

29.10.2024

SRK Kurslokal, Baslerstrasse 44, 4600 Olten

### Zeit

09.00—12.00 / 13.00—16.00 Uhr

### Kosten

CHF 180.00

### Leitung

**Gabriela Egeli**, Pflegefachfrau, Transaktionsanalytikerin

### Anmeldung

032 622 38 29, [bildung@srk-solothurn.ch](mailto:bildung@srk-solothurn.ch) oder [www.srk-solothurn.ch/bildung](http://www.srk-solothurn.ch/bildung)



**Schweizerisches Rotes Kreuz**  
Kanton Solothurn



Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Solothurn  
Telefon 032 622 38 29  
[bildung@srk-solothurn.ch](mailto:bildung@srk-solothurn.ch)  
[www.srk-solothurn.ch](http://www.srk-solothurn.ch)

Bildung  
Dornacherplatz 7  
4500 Solothurn

Bildung  
Baslerstrasse 44  
4600 Olten