

## Thema: Lebens-Kraft tanken

### **Kompetenzförderung im Alltag für schwerhörige Menschen**

Jede Störung im Sinnesbereich stellt an Betroffene eine erhöhte Anforderung an Ausgleichsleistung. Diese Ausgleichsleistung bedarf besonderer Ressourcen, um nicht etwa zu weiteren Störungen bei dem Menschen mit Hörschädigung und in seinem sozialen Miteinander zu führen.

Schnell führt eine Beeinträchtigung im Sinnesbereich zu Verunsicherungen. Der Kompensationsaufwand kann in eine physische Erschöpfung und zu Veränderungen im psychischen und sozialen Kontext führen.

#### **Wie kann ich**

- Lernen, aus der Opferrolle zu kommen
- Ursachen der Anspannung benennen
- Beim Konflikt auf den Punkt kommen
- Anspannung vermeiden

#### **Haben wir nicht**

- **den Traum, verstanden zu werden ....**
- **den Traum, als schwerhöriger Mensch unproblematisch zu kommunizieren.....**

Unsere Lebensvorstellungen wollen wir diskutieren und uns auch mit Rollenspielen stark machen für unsere kommende Zeit. Wir wollen in der Gemeinschaft erneut Lebenskraft tanken, die man alleine nicht schöpfen kann.

Dieses Seminar soll dazu beitragen, Erschöpfung zu erkennen und evtl. verhindern lernen durch Geben und Nehmen in der Gemeinschaft. Zwischendurch wollen wir durch Qigongübungen zur Entspannung beitragen, die auch leicht in den Alltag einzubauen sind.

#### **Es werden Schriftdolmetscherinnen und eine FM-Anlage eingesetzt**

**Seminarleiterin:** Barbara Kieslich-Hoffmann  
Psychologische Psychotherapeutin, Sprachwissenschaftlerin M.A.  
Baumrainklinik Bad Berleburg

**Seminarort:** Ausbildungs- und Tagungshotel Lindenhof,  
Quellenhofweg 125, 33617 Bielefeld - Bethel

Das Seminar wird von **Bildung und Beratung Bethel** in Zusammenarbeit mit dem **Deutschen Schwerhörigenbund OV Bielefeld e. V.** durchgeführt.

**Teilnehmerzahl:** 14

**Kosten:** Verpflegung Vollpension 145,- € im EZ, 135,-€ im DZ , inkl. Tagungsgetränke  
Seminargebühren: 30,-€

**Aufschlag für Nichtmitglieder im DSB: 20,-€**

**Anmeldung bis spätestens 16.09.2016**

**bei Bildung und Beratung Bethel:**

Frau Neumeier, Nazarethweg 7, 33617 Bielefeld

Telefon: 0521-144 6110, Fax: 0521-144 6109

Bitte geben Sie bei der Anmeldung an,

ob Sie auf einen Aufzug angewiesen sind

und Mitglied/Nichtmitglied im DSB sind!

**Weitere Informationen auch bei:**

Elisabeth Aufderheide, OV Bielefeld

Email: [elisamaria@gmx.net](mailto:elisamaria@gmx.net)

Fax: 05206-6454

**Wir freuen uns auf Sie!**