

RZT RESILIENZ-ZERTIFIZIERUNG

12 Tage

Resilienz Facilitator RZT Level 1

Die **12tägige** Blended Learning **Zertifizierung zum Resilienz Facilitator Level 1** bietet Dir eine fundierte Einführung in die ressourcenorientierte Prozessbegleitung mit dem Resilienz-Zirkel-Training (RZT) nach dem Bambus-Prinzip®. Du stärkst Deine eigene Resilienz als Facilitator, Trainer, Beraterin oder Coach und baust einen Resilienz-Toolkoffer für Deinen Arbeitskontext auf.

Inhalte der Zertifizierung

- ✓ Grundlagen der individuellen und organisationalen Resilienzförderung
- ✓ Der 360° Facilitation-Prozess mit dem Resilienz-Zirkel-Training (RZT)
- ✓ Das Resilienz-Kompetenz-Modell und die 8 Kompetenzfelder des RZT
- ✓ Micro-Inputs Resilienz - Modelle und Interventionen (Level 1)
- ✓ Facilitator Persönlichkeitsprofil und Standortbestimmung
- ✓ Deine Stärken und Arbeitsschwerpunkte als Resilienz-Facilitator
- ✓ RZT Online-Toolkoffer, inkl. Starterkit

Die Module

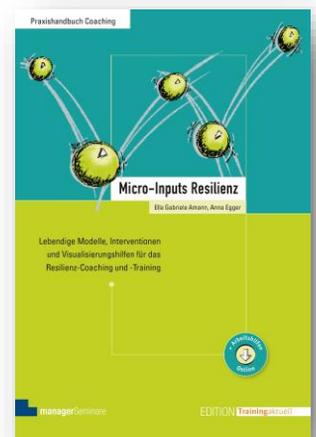
- Modul 1: 3 Tage Resilienz Facilitator, RZT Das Bambus-Prinzip®
- Modul 2: 4 Tage Resilienz Facilitator, Resilienz-Zirkel-Training Toolbox Level 1
- Modul 3: 2 Tage RZT Facilitator-Lab „Micro-Inputs Resilienz“
- Modul 4: 3 Tage RZT Facilitator-Lab, Live-Demo und -Zertifizierung
- Modul 5: Resilienz Facilitator, RZT Online-Toolbox (für 24 Monate)

Zielgruppen

- Facilitator, Trainerinnen, Berater, Coaches, HR, Führungskräfte
- Multiplikatoren aus sozialen Berufen, Therapeutinnen

Zertifizierung

360° Resilienz Facilitator | RZT Level 1



Invest

- Business 6.750 €
- Ermäßigt 4.800 €
- Gefördert 3.400 €

Leitung

Ella Gabriele Amann



Anmeldung und Infos

- www.ResilienzForum-Akademie/termine
- info@ResilienzForum-Akademie.com
- +49 30 966 003 89

TERMINE

Start 09/2020

17. Sept 2020 – 12. Juni 2021

- Modul 1: 3 Tage Do 17. – Sa 19.09.2020
- Modul 2: 4 Tage Do 26. – So 29.11.2020
- Modul 3: 2 Tage Sa 10. – So 11.04.2021
- Modul 4: 3 Tage Do 10. – Sa 12.06.2021
- Modul 5: Online-Zugang nach Teilnahme an Modul 1

Start 02/2021

04. Febr.2021 – 11. Juli 2021

- Modul 1: 3 Tage Do 04. – Sa 06.02.2021
- Modul 2: 4 Tage Di 23. – Fr 26.03.2021
- Modul 3: 2 Tage Sa 10. – So 11.04.2021
- Modul 4: 3 Tage Fr 09. – So 11.07.2021
- Modul 5: Online-Zugang nach Teilnahme an Modul 1

Start 09/2021

16. Sept. 2021 – 11. Juni 2022

- Modul 1: 3 Tage Do 16. – Sa 18.09.2021
- Modul 2: 4 Tage Do 25. – So 28.11.2021
- Modul 3: 2 Tage Sa 09. – So 10.04.2022
- Modul 4: 3 Tage Do 09. – Sa 11.06.2022
- Modul 5: Online-Zugang nach Teilnahme an Modul 1

Infos, Fragen und Beratung zur Zertifizierung



Ella Gabriele Amann
ResilienzForum Akademie
Tel.: +49 (0)30 966 003 89
infos@ResilienzForum-Akademie.com

MODULE

Modul 1 3 Tage

Das Bambus-Prinzip®

- Resilienz als Wirtschaftsfaktor für New Work
- Resilienz erlebbar machen mit dem Bambus-Prinzip®
- Resilienz-Begriff & Angewandte Resilienzforschung
- Ressourcenaktivierung – die eigene Resilienz stärken

Modul 2 4 Tage

Resilienz-Zirkel-Training® (Toolbox Level 1)

- 360° Facilitation im Transformationsprozess
- Einführung in das integrative Resilienz-Zirkel-Training®
- Die vier Phasen der Krisenbegleitung
- Standortbestimmung - Resilienz und Persönlichkeit

Modul 3 2 Tage

Facilitator-Lab „Micro-Inputs Resilienz“

- Resilienz in der Praxis - den Toolkoffer erweitern
- Resilienz-Modelle passend einsetzen
- Interventionen für Resilienz-Training und -Coaching
- Fallsupervision und Netzwerken

Modul 4 3 Tage

Facilitator-Lab & Zertifizierung

- Der 360° Facilitation-Prozess & RZT in der Praxis
- Live-Demo und -Zertifizierung
- Kollegiales Feedback
- Supervision durch die Lehrtrainerin

Modul 5

RZT Online Toolbox & Selbststudium

- Online-Zugang nach Teilnahme an Modul 1



Ausführliche Infos, Webinare und Buchung
www.ResilienzForum-Akademie.com/termine

Resilienz-Zirkel-Training nach dem Bambus-Prinzip®

*Widerstandskraft durch mehr Beweglichkeit und Flexibilität.
Ein integrativer Trainingsansatz – für Körper, Geist und Seele*

Der Bambus steht seit jeher für eine gelungene Strategie im Umgang mit stürmischen Zeiten: Sich mit dem Wind wiegen, anstatt zu brechen. Der Bambus zeigt Beweglichkeit und Flexibilität, ist zugleich tief verwurzelt, stabil und standhaft.

Mit dem **BAMBUS-PRINZIP®** beschreiben wir daher zentrale Eigenschaften, die auch dem Menschen im Umgang mit Krisen, Problemen und Belastungen helfen können: Ist der Mensch **flexibel und anpassungsfähig**, kann er im Umgang mit Stress und Belastungen **auf eine Vielzahl von Reaktionsweisen zurückgreifen** und mit einer Krise selbstwirksamer umgehen.

Resilienz statt Resistenz

Bei den Übungen des **interaktiven Resilienz-Zirkel-Trainings nach dem Bambus-Prinzip®** laden wir die Seminarteilnehmerinnen ein, sich von den erstarrten Reaktionsmustern zu lösen.

Denn getreu dem Bild „Sei, wie ein Fels in der Brandung“ **reagieren viele Menschen auf Konflikte, Druck oder unvorhergesehene Situationen mit Stress und innerer Anspannung**: Sie verlieren ihre natürliche Flexibilität und Anpassungsfähigkeit, machen sich innerlich hart, fest, barrikadieren sich und wappnen sich vor weiteren Angriffen.

Es kommt zu einer Versteifung der Muskulatur, der Bewegungsapparat wird eingeschränkt. Auch die Atmung gerät ins Stocken, kreative Lösungsideen werden blockiert. Kommunikations- und Reaktionsmuster sind von Stress geprägt, werden rigide, einseitig und starr.

Beim der Resilienzförderung nach dem Bambus-Prinzip explorieren die folgenden Fragen:

- Wie finden wir zu mehr Standhaftigkeit – ohne dabei starr zu sein?
- Wie werden wir flexibel, beweglich und reaktionsschnell, ohne dabei in Hektik zu geraten?
- Wie wichtig ist es für uns, durch Beziehungen gut vernetzt und verwurzelt zu sein?
- Wie können wir uns selbst wieder aufrichten, nachdem sich der Sturm gelegt hat?
- Was bedeutet es für uns, die Balance im Leben immer wieder neu herzustellen?



Das integrative Resilienz-Zirkel-Training basiert auf der Stärkung von acht Kompetenzebenen. Im Rahmen des ganzheitlichen **360° Facilitation Ansatz** werden **diese** auf mentaler, körperlicher, interaktionaler und kontextueller Ebene aktiviert.

Klienten lernen im Umgang mit Belastungen und Krisen ihr Mindset und Embodiment situativ neu auszurichten und ihr Handlungsspektrum Schritt für Schritt zu erweitern.

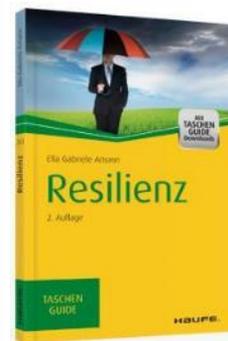
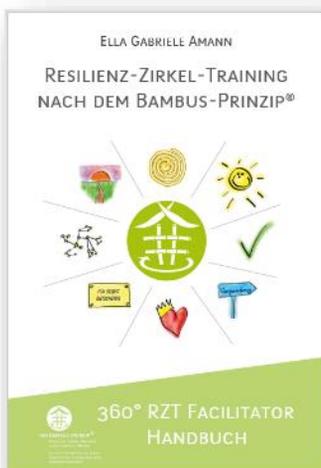
LITERATUR



Der praktische **Taschenguide Resilienz** begleitet Dich in Deiner Ausbildung und bei der Arbeit mit Deinen Kunden. Er enthält eine kompakte wie fundierte Einführung in die wichtigsten Grundlagen zur individuellen und organisationalen Resilienzförderung.

In dem **Handbuch „Micro-Inputs Resilienz“** habe ich Dir die zentralen Modelle und langjährig erprobte Interventionen aus dem Resilienz-Zirkel-Training nach dem Bambus-Prinzip® zusammengestellt. Anna Egger hat das Buch zudem mit wunderschönen Visualisierungsvorlagen angereichert.

Im Rahmen der Zertifizierung erhältst Du darüber hinaus Zugang zu Deinem **RZT Online-Toolkoffer**. Dieser enthält das **360° RZT Facilitator Handbuch**, weitere Arbeitsmaterialien und einen umfangreichen Input zur Arbeit mit dem Resilienz-Zirkel-Training® in Training, Coaching, Mediation oder Beratung.

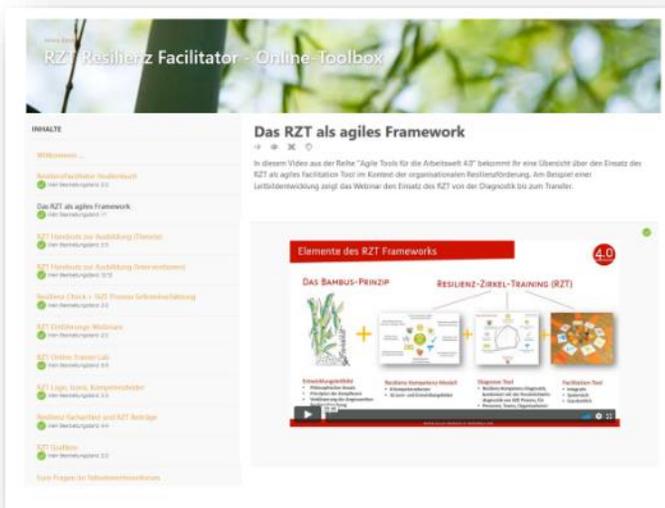



DAS BAMBUS-PRINZIP®
RESILIENZ-ZIRKEL-TRAINING
NACH GABRIELE AMANN
IN ACHT SCHRITTEN ZU MEHR
KREATIVITÄT, FLEXIBILITÄT UND
WIDERSTANDSKRAFT

Deine RZT Facilitator Toolbox

Neben dem Präsenztraining kannst Du Deine Expertise als RZT Facilitator mit Hilfe Deiner RZT Facilitator Toolbox im eigenen Tempo ausbauen. Die Toolbox enthält alle Materialien aus Deinen Ausbildungsblöcken und darüber hinaus ...

RZT Online-Toolbox



- Resilienz-Artikel, Beiträge
- Grafiken zum Download
- RZT Interventionen
- RZT Checklisten
- Podcasts, Lehr-Videos
- Audios, Meditationen
- Online-Trainer-Lab Archiv
- Materialien & Tools
- Wissens- und Lernchecks

Anwendung leicht gemacht

Du bist Dir nicht mehr ganz sicher, wie man die ein oder andere RZT Intervention durchführt?

Wir stellen Dir zu den wichtigsten Modellen und Interventionen Tutorials zur Verfügung. Sie zeigen Dir Schritt für Schritt wie Du Deinen RZT Facilitation Prozess souverän gestalten und auf Deine Arbeitssituation skalieren und anpassen kannst.



TOOLS

RZT Coaching-Sets, Poster, Give Aways

In über 10 Jahren praktischer Anwendung des Resilienz-Zirkel als Facilitation Tool haben wir zahlreiche Tools, Trainer-Materialien und Interventionen entwickelt, die Dir den RZT Facilitation-Prozess einfach von der Hand gehen lassen. Die Tools helfen Deinen Klienten dabei, dass Resilienztraining in all seiner Vielseitigkeit zu erleben und in den Alltag zu integrieren. In unserem Shop findest Du viele Ideen und Anregungen für Deine Facilitator-Arbeit als Resilienz-Trainerin, -Coach, -Berater, -Mediatorin oder Therapeut. Die Einnahmen aus dem RZT Tool-Shop kommen der RZT Entwicklungsarbeit und gemeinnützigen Projekten der Stiftung ResilienzForum zu Gute.

The image displays several RZT facilitation tools:

- Poster: "In die Kraft kommen mit der Ressourcen-Dusche"** - A circular diagram with eight segments representing different resilience resources: Zukunftsgestaltung, Beziehungen, Selbstverantwortung, Selbstregulation, Lösungserneuerung, Akzeptanz, Optimismus, and Impulsaktionsvermögen.
- Poster: "Storytelling – Die Kraft der Persönlichkeit"** - A diagram showing a flow from "Ressourcen" to "Leistung" and "Verhalten", leading to "Akzeptanz & Resilienz-Steigerung".
- Flipchart: "Stärken und Ressourcen"** - A flipchart with three pages for group activities, including "Ihr wählt", "Zu Beginn des Seminars", and "Ihr sammelt im Verlauf des Seminars".
- Facilitation Toolkit** - A collection of circular icons representing various resilience concepts like "Kopf-ABC", "Herz", "Licht", "Wasser", "Luft", "Erde", "Feuer", "Wald", "Himmel", "Tiere", "Pflanzen", "Menschen", "Güter", "Gedanken", "Emotionen", "Werte", "Normen", "Sitten", "Gebräuche", "Traditionen", "Kultur", "Religion", "Philosophie", "Wissenschaft", "Kunst", "Sport", "Freizeit", "Hobby", "Interessen", "Talente", "Fähigkeiten", "Erfahrungen", "Wissen", "Werte", "Normen", "Sitten", "Gebräuche", "Traditionen", "Kultur", "Religion", "Philosophie", "Wissenschaft", "Kunst", "Sport", "Freizeit", "Hobby", "Interessen", "Talente", "Fähigkeiten", "Erfahrungen", "Wissen".

Facilitation Toolkit mit Arbeitsblätter

Poster, Flipcharts & Give Aways

The image displays several RZT materials:

- Poster: "Resilienz-Zirkel-Training nach dem Bambus-Prinzip"** - A poster with a central bamboo icon and eight surrounding segments: Zukunftsgestaltung, Beziehungen, Selbstverantwortung, Selbstregulation, Lösungserneuerung, Akzeptanz, Optimismus, and Impulsaktionsvermögen.
- Flipchart: "Resilienz-Zirkel-Training nach dem Bambus-Prinzip"** - A flipchart with a central bamboo icon and eight surrounding segments, similar to the poster.
- Give Aways** - A yellow drawstring bag filled with circular icons representing various resilience concepts.

FEEDBACK



Der Resilienz-Zirkel ist ein wertvolles Instrument für die betriebliche Sozialberatung, insbesondere auch um mit Klienten in einen intensiven und konstruktiven Dialog zu kommen!

Guido Hertel



Das Resilienztraining hat mir persönlich sehr geholfen. Ich kann dadurch besser mit schwierigen Situationen umgehen. Ich habe durch die nun zusätzlich gewonnene Resilienz gelernt die Probleme methodisch an zu gehen. Dies hilft mir bei der Bewältigung meiner täglichen Arbeit, indem ich durch meine innere Stärke ruhig bei einer Problemlösung mitwirken kann. Meinen Vorgesetzten gegenüber kann ich selbstbewusster meine Meinung vertreten. Innerhalb meines Teams ist mein Standing besser geworden.

Norbert Helm

Teilnehmer Resilienzweiterbildung



Die Arbeit mit dem Resilienz-zirkel lenkt den Blick auf Ressourcen und Lösungsansätze – sowohl bei uns selbst als auch bei anderen. Ein gutes Instrument, das uns hilft, effektiv, strukturiert und mit Freude auf eine spannende Entdeckungsreise zu den Quellen unserer Kraft zu gehen sowie kreative Ideen und Ansätze für die Beratungsarbeit oder die persönliche Resilienz zu finden.

Maria

Teilnehmerin Resilienz-Ausbildung



Wieder einmal ein sehr interessanter Schulungstermin, sehr gut und verständlich dargeboten. Nicht nur zuhören sondern auch mal ausprobieren und mitmachen sehen wie es wirkt und was man bewirkt. Bisher war Bambus für mich eine Pflanze jetzt verstehe ich Euer Bambusprinzip immer besser. Ich freue mich schon auf den nächsten Schulungstermin der meinen Sozialberaterhorizont erweitern wird.

Arnim Sillaber

Teilnehmer Resilienz-Ausbildung





SAVE THE DATE

4. Innovations-Symposium ECHT STARK in die Zukunft

Fr 11. – So 13. September 2020, SEEminarhaus, Krossinsee bei Berlin



Freitag 11. September „4. Innovations-Symposium“
2 Jahre Stiftung ResilienzForum
Symposium „ECHT STARK in die Zukunft - Vision 2030“



Samstag 12. September „ResilienzForum Barcamp“
10 Jahre ResilienzForum Akademie
Barcamp „Resilienz, Transformation, Agility & New Work“



Sonntag 13. September „impro live! Barcamp“
10 Jahre impro live! Akademie
Barcamp „Applied Improv, Transformation, Agility & New Work“

WIR FEIERN MIT EUCH
10 JAHRE RESILIENZFÖRDERUNG
& WEITERBILDUNG 4.0

Infos & Anmeldung unter:
www.innovations-symposium.com