# Logo DVBS

# Deutscher Verein der Blinden und Sehbehinderten in Studium und Beruf e.V. Frauenbergstraße 8

# 35039 Marburg

# Telefon 06421 94888 0

# Fachgruppe Soziale Berufe und Psychologie

### Leitung: Karla Schopmans, Kirchditmolder Str. 28, 34131 Kassel, Tel. 0561 38941, E-Mail: karla.schopmans@gmx.de

Einladung zum Seminar der DVBS-Fachgruppe Soziale Berufe und Psychologie
vom 9. bis 11. Juni 2023 in Bad Soden-Salmünster:

# „Selbstbehauptung sehbeeinträchtigter Menschen im Beruf “

## Warum dieses Seminar?

Menschen mit Blindheit oder Sehbehinderung stehen im beruflichen Alltag vor einer besonderen Herausforderung, wenn es darum geht, durchsetzungsstark für die eigenen Interessen einzutreten oder sich erfolgreich abzugrenzen.

Denn zum einen erleben sie häufiger Situationen, in denen sie sich durchsetzen oder abgrenzen müssen, zum anderen sind sie aber auch stärker auf Wohlwollen und Unterstützung angewiesen, was die Selbstbehauptung zusätzlich erschwert.

### Mehr einfordern müssen als Nicht-Behinderte

Blinde und Sehbehinderte stehen häufig vor der Aufgabe, ihren besonderen Bedarfen entsprechend Forderungen zu stellen, um arbeitsfähig zu sein (z. B. Ausstattung des Arbeitsplatzes mit den jeweils erforderlichen Hilfsmitteln, ggf. Klärung der Aufgaben einer Arbeitsassistenz mit den Vorgesetzten und Anleitung der Assistenzkraft).

### Mehr abgrenzen müssen als Nicht-Behinderte

Auch müssen sich Menschen mit Sehschädigung im Berufszusammenhang häufiger gegen unerwünschte Zuschreibungen oder manchmal übergriffige Hilfsangebote abgrenzen („Das können Sie ja nicht, das mache ich mal schnell für Sie!“). Solche Abgrenzungen sind wichtig, um selbstbestimmt arbeiten zu können, aber auch, um dem karriere-schädigenden Eindruck vorzubeugen, den Anforderungen aufgrund der Behinderung nicht gewachsen zu sein.

### Mehr Abhängigkeit als Nicht-Behinderte

Zum einen müssen sich sehgeschädigte Menschen also mehr behaupten und abgrenzen, zum anderen aber sind sie stärker als andere auf das Wohlwollen ihres Gegenübers angewiesen.

Das beginnt bereits bei der Arbeitssuche: Lässt sich ein Arbeitgeber überhaupt auf das Wagnis ein, einen sehbehinderten oder blinden Menschen einzustellen? Wie kann in einer Bewerbungssituation souverän mit einer Behinderung umgegangen werden? Auch im Berufsalltag ergeben sich Herausforderungen aufgrund der Behinderung: Akzeptieren Teamkolleginnen einen sehbehinderten Kollegen und kooperieren mit ihm?

Diese größere Abhängigkeit macht es noch herausfordernder sich abzugrenzen oder etwas einzufordern, weil man befürchten muss, die notwendige Unterstützung nicht mehr zu bekommen, wenn man als „unbequem“ wahrgenommen wird.

In diesem Seminar werden Fertigkeiten vermittelt, mit denen das Vertreten eigener Interessen, Abgrenzungen und Aushandlungen im beruflichen Alltag trotz dieser besonderen Herausforderungen besser gelingen. Dazu arbeiten wir mit Techniken der Selbstregulation und Selbstreflexion, die auf dem Einsatz von Atem, Körperwahrnehmung, Spannungs- und Aufmerksamkeitsregulation basieren. Von da aus werden verbale Abgrenzungs- und Aushandlungstechniken vermittelt.

Das Seminar richtet sich vor allem an Berufstätige mit Sehbeeinträchtigung im sozialen Bereich. Das Seminar richtet sich auch an Blinde und Sehbehinderte, die arbeitssuchend oder aktuell nicht erwerbstätig sind.

## Workshop 1: Selbstbehauptung und Kommunikation im Beruf

Sehbeeinträchtigte Beschäftigte in sozialen Berufen sind in ihrer Arbeit mit Menschen in psychosozialen Problemlagen mit deren Frustration, Wut und Ohnmacht konfrontiert, was auf die Klienten-Beziehungen zurückwirkt. Hiermit angemessen und fachkompetent umzugehen, ist zentraler Bestandteil sozialer und psychologischer Arbeit. Deshalb gehören der kompetente Umgang mit der eigenen Aggression sowie die Entwicklung von Konfliktfähigkeit und professioneller Beziehungsfähigkeit zum Handwerkszeug sozialer wie psychologischer Berufe.

Wir arbeiten mit dem erweiterten Verständnis von Aggression, welches sich an dessen ursprüngliche Wortbedeutung anlehnt: „aggredi“, lateinisch „auf jemanden oder etwas zugehen“. Diese konstruktiv-gerichtete Handlungskraft wird benötigt, um sich nicht nur selbst zu behaupten, sondern beziehungsstärkende Dialoge und Aushandlungen führen zu können. Wichtig ist dabei, die fruchtbar-aggressive Kraft gut von der destruktiv-aggressiven zu unterscheiden und zu trennen – je besser das gelingt, umso effektiver können die guten Kräfte der eigenen Aggression konstruktiv genutzt werden.

Wir arbeiten körperbasiert und buchstäblich „auf der Matte“ mit herausfordernden Begegnungsübungen (bequeme Kleidung erforderlich) und an konkreten Problemsituationen der Teilnehmenden. „Standfestigkeit“ finden, „Anstöße“ austauschen, „schlagende Argumente“ entwickeln oder mit inneren „Dämonen“ ringen – das alles lässt sich hier ganz körperlich und buchstäblich erleben.

In Rollenspielen werden Situationen in den konkreten Berufszusammenhängen der Teilnehmenden simuliert, in denen direkte Bezüge zu wiederholt auftauchenden Kommunikationsproblemen im Umgang mit bestimmten Klienten oder Mitarbeitenden hergestellt werden.

### Lernziele des Workshops:

* Stärkung von Selbstbehauptung und Durchsetzungsfähigkeit im Berufsalltag
* Förderung konstruktiver Konfliktbereitschaft und der Fähigkeit zur Konfliktlösung
* Entwicklung von Selbstsicherheit und Selbstwahrnehmung
* Förderung der Zufriedenheit in beruflichen Beziehungen
* Entwicklung der beruflichen Leistungsfähigkeit und Vorbeugung vor Erschöpfung und „Burnout“

### Leitung:

Thomas Scheskat (Pädagoge M.A., Ausbildung in Körperpsychotherapie) und Lisa Dyck (Psychologische Psychotherapeutin für tiefenpsychologisch fundierte Verfahren)

Mitzubringen: Bequeme Kleidung und ggf. eine eigene bodengeeignete Sitzunterlage (z.B. Meditationskissen). Maximal 10 Teilnehmer\*innen.

## Workshop 2: Konstruktive Konfliktlösung für sehbeeinträchtigte Berufstätige

Als blinder oder sehbehinderter Mensch unterscheidet man sich von den sehenden Menschen, weil man ein besonderes Merkmal hat, nämlich die Beeinträchtigung des Sehsinns. Diese Eigenschaft löst bei vielen sehenden Menschen negative Gefühle und Verunsicherung aus, die zu stiller Ausgrenzung und schlimmstenfalls offener Feindschaft führen kann. Auch im beruflichen Umfeld folgt ein Teil der Kolleg\*innen oder Vorgesetzten dabei stereotypen Zerrbildern und pauschalen Urteilen, betrachtet Behinderte als Störfaktor in einer auf Leistung und Konkurrenz ausgerichteten Arbeitswelt.

Deshalb brauchen beeinträchtigte Menschen gerade im Arbeitsleben ein starkes Selbstwertgefühl und gut entwickelte soziale Kompetenzen, um nicht in ein reaktives Verhalten zu verfallen und sich von der Irritation der Umgebung anstecken zu lassen.

Wir üben die Muskuläre Tiefenentspannung nach Jacobson, die es Ihnen ermöglicht, sich in stressigen Situationen besser entspannen zu können, weil Sie gelernt haben, sich in Ihrem Körper zu spüren, zu entspannen und sich mit Atembeobachtung zu beruhigen.

Mit verschiedenen Methoden aus dem Psychodrama werden Szenen aus dem Berufsleben der Teilnehmenden nachgestellt, um die Beziehungsdynamik der Kommunikation zu untersuchen, sich in das sehende Gegenüber besser hineinzuversetzen, die eigene Kommunikation der eigenen Persönlichkeit entsprechend weiterzuentwickeln und sich seinen Klient\*innen und Kolleg\*innen gegenüber sicherer und kompetenter zu fühlen. Die Erfahrungen und Rückmeldungen der Sehgeschädigten TeilnehmerInnen unseres Seminars helfen Strategien zu entwickeln, stressfreier und selbstbewusster aufzutreten, sich gegenüber Diskriminierung zu behaupten und in Teamsitzungen, in der Beratung oder sonstigen Arbeitssituationen besser zu vertreten.

Übungen aus dem Sozialen Kompetenztraining helfen dabei, sich auf Standardsituationen vorzubereiten – etwa Wünsche äußern, Anerkennung ausdrücken, Komplimente machen und annehmen, professionell mit Kritik umgehen und konstruktiv Kritik äußern und Rechte einfordern.

### Lernziele des Workshops:

* Unterscheidung: Was ist Konflikt, Kritik, Mobbing?
* Konstruktiver Umgang mit Kritik und Konflikten am Arbeitsplatz
* Erkennen von Benachteiligung, Diskriminierung und Mobbing im beruflichen Alltag
* Soziale Kompetenzen und Strategien entwickeln, die es Blinden und Sehbehinderten ermöglichen, im beruflichen Kontext zu bestehen und als gleichberechtigte Mitarbeiter\*innen geschätzt zu werden

### Leitung:

Berndt Kühnel, Dipl.-Sozial-Pädagoge, Psychotherapeut, Supervisor, Praxis LOOP

## Programmablauf:

### Freitag, 9. Juni 2023

Bis 17.30 Uhr: Anreise

17.30 Uhr Führung durchs Haus (für Interessierte)

18.00 Uhr: Gemeinsames Abendessen

19.30 Uhr: Begrüßung und Vorstellung der Seminarteilnehmerinnen und -teilnehmer

20.00 Uhr: **Arbeit in den Workshops: Einführung in Themen und Methoden**

### Samstag, 10. Juni 2023

07.30 Uhr - 09.00 Uhr: Frühstück

09.00 Uhr – 12.00 Uhr: **Arbeit in den Workshops** (Pausen nach Vereinbarung)

12.00 Uhr - 14.00 Uhr: Mittagessen, anschl. Mittagspause

14.00 Uhr - 18.00 Uhr: **Arbeit in den Workshops** (Kaffeepause nach Vereinbarung)

18.00 Uhr: Abendessen

19.30 Uhr: Austauschen, kennenlernen und, und, und…

### Sonntag, 11. Juni 2023

07.30 Uhr - 09.00 Uhr: Frühstück

09.00 Uhr – 10.30 Uhr: **Arbeit in den Workshops**

10.30 Uhr - 10.45 Uhr: Kaffeepause

10.45 Uhr – 11:45 Uhr Vorstellung der Workshop-Ergebnisse, Ideen zur praktischen Umsetzung, Seminarkritik

12.00 Uhr: Mittagessen, anschließend: Abreise

## Ort

Das Seminar findet statt im

Kress Hotel

Sprudelallee 26

63628 Bad-Soden-Salmünster

Telefon: 06056 730666

E-Mail: info@hotel-kress.de

## Kosten:

Die Seminargebühr beträgt für Berufstätige und Personen in einer Ausbildung mit Anspruch auf Vergütung: Euro 780,00.

Für nicht berufstätige Mitglieder des DVBS können die Kosten auf Antrag durch den Solidaritätsfonds des DVBS bei Bedürftigkeit ermäßigt werden, und zwar bis zur Hälfte des Beitrages, also bis auf 390 €.

Alle Berufstätigen und diejenigen, die eine Ausbildung mit Anspruch auf Vergütung absolvieren, können bei ihrem zuständigen Integrationsamt einen Antrag auf Kostenerstattung stellen. Auch die Kostenübernahme einer notwendigen Begleitung kann beantragt werden. Der LWV Hessen hat die Förderfähigkeit des Seminars mit Bescheid vom 08.03.2023 anerkannt. Wenn dies im Anmeldebogen angekreuzt wird, erhalten die Teilnehmenden von der Geschäftsstelle zur Vorlage bei ihrem zuständigen Integrationsamt die Kopie des Bescheids des LWV sowie das Programm, die dann nur noch – zusammen mit dem individuellen begründeten Antrag – dorthin weitergeleitet werden müssen.

Sollten Probleme bei der Antragstellung auftreten, können Sie gerne die Hilfe der Rechtsberatung des DVBS in Anspruch nehmen.

## Solidaritätsfonds:

Zur Unterstützung von z.B. Studierenden und Arbeitslosen unterhält der DVBS einen Solidaritätsfonds. Die Gelder aus dem Fonds dienen dazu, Arbeitslosen und Studierenden, die eine Seminarteilnahme nicht von Kostenträgern finanziert bekommen, eine teilweise Erstattung von Kosten zu ermöglichen. Bitte tragen Sie mit Ihrer freiwilligen Spende dazu bei, dass aus diesem "Topf" bald vermehrt Vereinsmitglieder unterstützt werden können. Sie erhalten selbstverständlich eine Spendenbescheinigung. Die Kontoverbindung lautet:

Bank für Sozialwirtschaft

IBAN: DE89 3702 0500 0007 0029 01

BIC: BFSWDE33XXX

Stichwort "Solidaritätsfonds"

## Anmeldung:

Wir freuen uns, wenn das Programm auf Ihr Interesse stößt und bitten um Anmeldung bis zum 8. Mai 2023 schriftlich oder per E-Mail (axnick@dvbs-online.de) bei der Geschäftsstelle des DVBS (Herr Axnick).

Zu der Veranstaltung angemeldet sind in der Regel nur diejenigen Personen, die innerhalb der Anmeldefrist das vollständig ausgefüllte Anmeldeformular der Geschäftsstelle zugeleitet haben. Übersteigt die Zahl die verfügbaren Plätze, so gilt für die Vergabe das Eingangsdatum des Anmeldebogens in der Geschäftsstelle des DVBS.

Nach Anmeldeschluss erhalten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer weitere Informationen über die Unterkunft und die Anreisemöglichkeiten, die Rechnung sowie eine Liste der Teilnehmenden.

## Abmeldung:

Ein Rücktritt bis vier Wochen vor Seminarbeginn ist ohne Begründung möglich. Es werden 85 % der eingezahlten Teilnahmegebühr erstattet.

Eine spätere Abmeldung ist nur aus wichtigem Grund möglich, der mit der Abmeldung nachgewiesen wird (z.B. Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung, unvorhergesehene dienstliche Unabkömmlichkeit, Notfälle im Bereich der häuslichen Lebensgemeinschaft). Wird der Rücktritt anerkannt, so werden 85 % der eingezahlten Teilnahmegebühr erstattet. Sonst erfolgt eine Rückzahlung der Teilnahmegebühr nur dann, wenn der reservierte Platz an eine andere Person vergeben werden kann.

## Absage durch den DVBS:

Von der Durchführung einer Veranstaltung ist nach den Richtlinien des DVBS in der Regel abzusehen, wenn sich weniger als zehn Teilnehmerinnen oder Teilnehmer angemeldet haben. Die Teilnahmegebühr wird zurückerstattet. Das Gleiche gilt, wenn die Veranstaltung aus Gründen, die der DVBS zu vertreten hat, entfällt.

## Anmeldung zum Seminar "Selbstbehauptung sehbeeinträchtigter Menschen im Beruf ", 09. - 11.06.2023 in Bad Soden-Salmünster

Absender:

Name, Vorname:

Adresse:

An die
Geschäftsstelle des DVBS
Frauenbergstraße 8
35039 Marburg

Hiermit teile ich mit, dass ich am oben genannten Seminar teilnehme.

Bitte Unzutreffendes streichen oder löschen:

* Ich komme mit Begleitung: ja / nein
* Ich/Wir benötigen:
	+ 1 Einzelzimmer
	+ 2 Einzelzimmer
	+ 1 Doppelzimmer
* Ich möchte vegetarisches Essen: ja / nein
* Meine Begleitperson möchte vegetarisches Essen: ja / nein
* Ich komme mit Führhund: ja / nein
* Ich benötige die Unterlagen zur Beantragung
der Kostenübernahme durch das Integrationsamt: ja / nein
	+ per Post
	+ per Mail

### Weitere Angaben von nicht Berufstätigen:

Ich bin

* erwerbslos ja / nein
* studierend ja / nein
* Rentner oder Rentnerin ja / nein

Ich beantrage eine Förderung
aus dem DVBS-Solidaritätsfonds ja / nein

Nach Ablauf der Anmeldefrist erhalte ich eine Rechnung über den Tagungsbeitrag.

Mit Abgabe der Anmeldung erkläre ich mich einverstanden, dass meine Kontaktdaten (Adresse, Telefonnummer und Mailadresse) in die Liste der Teilnehmenden aufgenommen und an alle Teilnehmenden verschickt werden.

Ort und Datum:

Unterschrift:

Anmerkung: Sollten Sie das Formular per Mail schicken, ist die Anmeldung auch ohne Unterschrift verbindlich.