

## **Fortbildung – AktivA**

### **Aktive Bewältigung von Arbeitslosigkeit**

**11.-14. Februar 2020, Jobcenter Mainz**

#### **Förderung von Gesundheit in der Arbeit mit erwerbslosen Personen**

AktivA ist ein speziell auf die Förderung der Gesundheit und Handlungskompetenzen von erwerbslosen Personen ausgerichtetes psychosoziales Training. Vielfach ist inzwischen nachgewiesen worden, dass erwerbslose Personen einen schlechteren Gesundheitszustand als Erwerbstätige aufweisen. Dies betrifft zum einen objektive medizinische Kriterien, zum anderen das subjektive Erleben von Gesundheit. Entsprechend einer Auswertung gesundheitsbezogener Daten der deutschen Arbeitslosenstatistik (Hollederer, 2003) liegen bei fast einem Drittel der Langzeitarbeitslosen gesundheitliche Probleme oder Behinderungen vor.

Entwickelt wurde das Programm an der TU Dresden. Die Trainerausbildung selbst wird durch die Firma WissensImpuls durchgeführt. Die Fortbildung richtet sich insbesondere an Fachkräfte,

- im Rahmen von Beschäftigungs- und Bildungsmaßnahmen
- im Ehrenamt
- in psychosozialen Beratungen
- in der Arbeitsvermittlung

mit erwerbslosen Personen arbeiten.

#### **Über AktivA**

Die AktivA–Trainerausbildung ist ein wirksames Instrument, um die Betreuung erwerbsloser Klienten zu intensivieren. Darüber hinaus kann das AktivA-Training in vielfältigen Bereichen eingesetzt werden, wie z. B. bei Rehabilitationsmaßnahmen oder im Gruppen- und Einzelcoaching. Die Nachfrage nach solchen Programmen, die eine Verbindung zwischen Arbeits- und Gesundheitsförderung herstellen, steigt stetig an.

## **Bausteine von Aktiva**

### **1. Aktivitätenplanung**

Ausgangspunkt des Aktiva-Trainings ist der Umgang mit der durch die Erwerbslosigkeit frei verfügbaren Zeit. Es wird herausgestellt, dass das gesundheitliche Wohlbefinden durch das Zusammenspiel von körperlichen, geistigen und emotional als positiv erlebten Aktivitäten bestimmt wird.

### **2. Konstruktives Denken**

Im Zentrum dieses Bausteins steht die Erkenntnis, dass Gedanken eine wesentliche Einflussgröße auf Gefühle, körperliche Reaktionen und auf Verhalten sind. Denkweisen werden kritisch hinterfragt, auf ihren Wahrheitsgehalt und ihre Nützlichkeit hin überprüft und entsprechend verändert.

### **3. Soziale Kompetenz und soziale Unterstützung**

Soziale Kompetenz kann dazu genutzt werden, Ziele gegenüber anderen durchzusetzen oder auch gemeinsam mit anderen Menschen zu verwirklichen. Berücksichtigt werden beispielsweise die finanziellen Möglichkeiten und der Tagesrhythmus. Ein weiterer Schwerpunkt liegt im Erhalt und der Verbesserung bestehender Beziehungen, indem ein kontinuierlicher Prozess der Verständigung über die jeweiligen Ansprüche und Gefühle der Interaktionspartner angeregt wird.

### **4. Systematisches Problemlösen**

Es werden beispielhaft problematische Situationen bearbeitet. Zielfindungsprozess, mögliche Zielkonflikte, die Ordnung von Lösungsansätzen, das Festlegen von Verantwortlichkeiten, das Überwinden von Hindernissen, der Umgang mit Misserfolgen und die Suche nach Unterstützern werden bearbeitet.

Vgl. [www.aktiva.wissensimpuls.de](http://www.aktiva.wissensimpuls.de)

Das jüngst initiierte Bundesprojekt „Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung in der kommunalen Lebenswelt“, das im Auftrag der Gesetzlichen Krankenkassen in Rheinland-Pfalz an die Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit (KGC) in der LZG RLP e.V. angebunden ist, spiegelt diese Entwicklung wieder. In der Umsetzung dieses Projektes ist eine Vernetzung zwischen lokalen Akteuren und den Jobcentern von großer Bedeutung. Das Aktiva – Training für Erwerbslose wird hier bereits an den ersten Standorten umgesetzt.

## **Voraussetzungen**

Idealerweise ein Hoch- oder Fachhochschulabschluss im sozialen, medizinischen oder pädagogischen Bereich bzw. eine vergleichbare Grundqualifikation (z. B. Gesundheitswissenschaften).

Erfahrungen in der Beratung von erwerbslosen Personen sind erwünscht.

## **Inhalte und Schulungsumfang**

Die Schulung umfasst 4 Seminartage à 8 Stunden.

1. Kurstag: Einstieg und Aktivitätenplanung
2. Kurstag: Abschluss Aktivitätenplanung und Konstruktives Denken
3. Kurstag: Soziale Kompetenz und Soziale Unterstützung
4. Kurstag: Systematisches Problemlösen

Nach erfolgreichem Abschluss erhalten Sie umfangreiche Kursmaterialien und ein Zertifikat von Wissensimpuls.

## **Organisatorisches**

**Datum:** 11.-14. Februar 2020

**Ort:** Jobcenter Mainz, Wilhelm-Theodor-Römheld-Straße 19, 55130 Mainz

**Online-Anmeldung:** bis zum 06. Januar 2020 online unter folgendem [Link](#)

**Kosten:** 550,00 €

Die Verpflegung vor Ort wird von den Teilnehmer\*innen selbst getragen. Reisekosten werden nicht erstattet. Sollten Sie eine Unterkunft benötigen, müssen Sie diese vor Ort buchen. Eine Hotelliste lassen wir Ihnen gerne mit der Seminarbestätigung zukommen.

Die Qualifizierung findet mit einer Mindestteilnehmerzahl von 10 Personen statt, die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen begrenzt.

Zu inhaltlichen Fragen und zur Einbindung von AktivA in das Projekt „Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung in der kommunalen Lebenswelt“ in Rheinland-Pfalz steht Ihnen in der KGC der LZG RLP e.V. Frau Sandra Helms ([shelms@lzg-rlp.de](mailto:shelms@lzg-rlp.de), 06131 2069-66) gerne zur Verfügung.

## **Veranstalter:**

LZG Akademie gGmbH

Hölderlinstraße 8, 55131 Mainz

Telefon: 06131 2069-0

[info@lzg-akademie-rlp.de](mailto:info@lzg-akademie-rlp.de)

[www.lzg-akademie-rlp.de](http://www.lzg-akademie-rlp.de)