

Meine Beziehung
zu Jesus lebendig erhalten.
Den Belastungen des Tages
gelassen begegnen.
Nachfolge neu erleben.

... er ist wie ein Baum, der am Flussufer
wurzelt und Jahr für Jahr reiche Frucht trägt.
Seine Blätter welken nicht, und alles, was
er tut, gelingt ihm wohl ...

Psalm 1,3.4

Leben gestalten

Gesundheit erhalten

Gott schließt nie eine Tür,
ohne eine andere zu öffnen.

Verfasser unbekannt

Meine Beziehung
zu Jesus lebendig erhalten.
Den Belastungen des Tages
gelassen begegnen.
Nachfolge neu erleben.

Leben gestalten

Gesundheit erhalten



Deutscher Verein für Gesundheitspflege e.V.

Angelika und Norbert Nauen
Referat Prävention der
Baden-Württembergischen Vereinigung

Büro: 07024 - 8 68 94 34
Mail: norbert.nauen@aww.info
Mobil: 0173 - 3 07 67 25



Advent-Wohlfahrtswerk e.V.

... er ist wie ein Baum, der am Flussufer
wurzelt und Jahr für Jahr reiche Frucht trägt.
Seine Blätter welken nicht, und alles, was
er tut, gelingt ihm wohl ...

Psalm 1,3.4

Die Gabe der Resilienz neu entdecken.

Wir sind davon überzeugt, dass die Orientierung an Jesus Christus den Weg aus Lebenskrisen und Abhängigkeiten ermöglicht.

Wir sehen den Menschen als von Ihm befähigt, unter Nutzung der Ressourcen, die Er uns als Gaben gab, den Widrigkeiten des Lebens begegnen zu können.

Eine dieser Gaben heißt Resilienz. Der Begriff Resilienz beschreibt die psychische Widerstandskraft, die ein Mensch benötigt, um schwierige Lebenssituationen ohne anhaltende Beeinträchtigung zu überstehen.

Die Gabe der Resilienz basiert auf sieben Grundlagen.

Bewusster Umgang mit Gaben wie

1. Glauben erleben, die Beziehung zu Jesus bewahren
2. Beziehungen zum Nächsten pflegen und halten
3. Zuversicht verinnerlichen
4. die Opferrolle verlassen wollen
5. Geduld üben
6. Verantwortung übernehmen
7. Vergebung annehmen und austeilen



Zum Thema Resilienz bieten wir folgende Seminare an.

1. Grundlagen Seminar: Resilienz, die unbeachtete Gabe

- 1.1 Beschreibung der Resilienz in der Bibel
- 1.2 Grundlagen der Resilienz
- 1.3 Die sieben Säulen der Resilienz

2. Resilienz und Stressbewältigung

- 2.1 Von biblischen Persönlichkeiten lernen
- 2.2 Stressfaktoren erkennen und gegensteuern
- 2.3 Alte Pfade verlassen, neue kennenlernen

3. Resilienz im Alltag anwenden

- 3.1 Resiliente Persönlichkeiten der Bibel kennenlernen
- 3.2 Aus Niederlagen gestärkt hervorgehen
- 3.3 Mit Gelassenheit die Belastungen des Alltags tragen

Methoden:

Vortrag, praktische Übungen, Bibelstudium und Austausch von Erfahrungen

Wo:

Diese Seminarreihe kann als Gemeindeveranstaltung in den eigenen Räumlichkeiten durchgeführt werden. Es eignet sich auch als Veranstaltung zur Einladung von Gästen.

Termine:

Termine können direkt mit Angelika Nauen vereinbart werden.

Telefon: 07024 - 8 68 94 34

Mail: norbert.nauen@aww.info