



Kursprogramm

Kursbezeichnung: Herausforderung der emotional-mentalenen Grenze – Wann ist genug?!
 Persönliche und Gruppendynamische Grenzerfahrung

Lehrkräfte: Mario Mangold, Weiterbildungsleiter und Fachreferent
 Silvia Zimmermann, Fachreferentin

Lernziele: (*) Der Fahrlehrer...

- analysiert (K4) seine eigenen Reaktionen bei herausfordernden emotional-mentalenen Situationen und erfasst (A3) sein persönliches Stressmerkmal für einen gelassenen Umgang im Berufsalltag.
- reflektiert (A2) eine persönlich erfahrene Provokation im Strassenverkehr und erarbeitet (K4) in Arbeitsgruppen eine konfliktfreie Strategie.
- lernt (K1) die Grundtechniken des aktiven Zuhörens (A2) und versteht die Einsatzmöglichkeiten im praxisorientierten Fahrschulunterricht.
- reflektiert (K5) sein Verhalten und seine Rolle während der stress-/kommunikationsintensiven Gruppenübung und versteht diese in der Gruppe die 4 Phasen der Gruppendynamik zu werten (A2).

(*) Der Einfachheit halber wird die männliche Form verwendet. Die weibliche Form ist selbstverständlich eingeschlossen.

Zeit	Dauer	Inhalte	Methoden
07:30-08:00	30'	Begrüssung, Kursablauf, Kursziele Vorstellungsrunde	LG PL
08:00-09:00	60'	Motivation Kursteilnahme – Anwendung im Berufsalltag Einführung «Stress» > Stressursachen und Konfliktsituationen im Berufsalltag > Stressauswirkungen körperlich-emotional-mental	EzA LG GrA
09:00-09:20		20' Pause	
09:20-10:20	60'	Bestandesaufnahme «persönliche Verfassung» > persönliches Stressmerkmal > Herangehensweisen, um mit Stress umzugehen Konflikte und Konfliktentstehung > Strategien der Konfliktlösung > Konfliktfähigkeit	EzA EzR LG PL GrA EzA
10:20-11:45	90'	Provokationen im Arbeitsalltag > Eskalation oder konfliktfreie Strategie Eskalationsstufen > von der Provokation bis zum Amoklauf 4 Phasen der Gruppendynamik	LG EzR, GrA PL
11:45-12:30		45' Mittag	
12:30-13:30	60'	Kommunikation – vom Reden und Zuhören > Stille Kommunikation > Aktives Zuhören	PL GrÜ GrA
13:30-14:00		30' für Kursort-Wechsel zu Houdini's Quest, St. Gallerstrasse 18, 8500 Frauenfeld	
14:00-15:15	75'	Ablauf, Erklärung Gruppenübung Aktive stress-/kommunikationsintensive Gruppenübung	Ref GrÜ
15:15-15:45	30'	> Analyse des Erlebten und Gruppendynamik > Bewusstwerdung persönliches Verhalten und Rolle > Rückmeldung	Erfa EzR PL
15:45-16:00	15'	Überprüfung Lernziele, Kursbewertung, Verabschiedung	PL, Ref
Total	420 Min. Kurszeit		

Zeichenerklärung: Methodik: Referat = Ref, LG = Lehrgespräch, PL = Diskussion Plenum, Erfa = Erfahrungsaustausch, EzA = Einzelarbeit, EzR = Einzelreflexion, GrA = Gruppenarbeit, Gruppenübung = GrÜ
Medien: Beamer für PPT-Präsentation, Kurzfilm, Moderationskarten/Postit, Flipchart