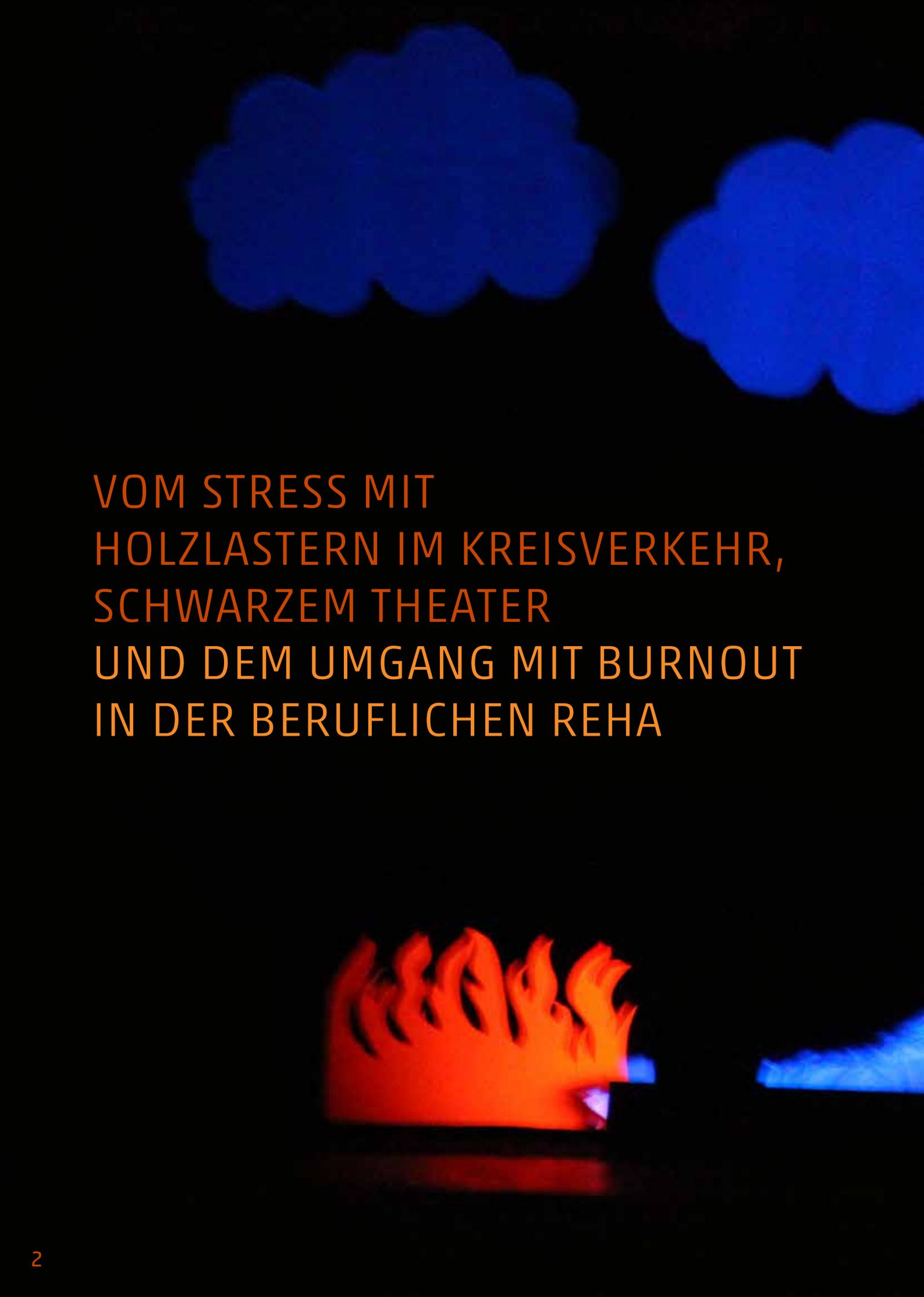




ECKERT AKTUELL

Reha-Fachtagung 2017
BURNOUT: Schneller, agiler,
digitaler – bis zur Erschöpfung?



VOM STRESS MIT
HOLZLASTERN IM KREISVERKEHR,
SCHWARZEM THEATER
UND DEM UMGANG MIT BURNOUT
IN DER BERUFLICHEN REHA

Obwohl die Arbeitnehmer zu Beginn des zwanzigsten Jahrhunderts körperlich anstrengenderen Tätigkeiten und deutlich längeren Arbeitszeiten ausgesetzt waren, konnten sie mit der Belastung und dem Stress ihrer Arbeit und ihres Alltags doch scheinbar deutlich besser umgehen als die Menschen von heute. Ständige Erreichbarkeit, Termindruck, Hetze: Führt die zunehmend von Technologie und digitaler Optimierung geprägte Arbeitswelt zu krankhafter Erschöpfung und Burnout? Dieser Frage gingen die rund 60 Tagungsgäste und die Vertreter des Berufsförderungswerkes Eckert bei der Reha-Fachtagung am 12. Oktober 2017 unter dem Titel **„BURNOUT: schneller, agiler, digitaler – bis zur Erschöpfung? Eine brandgefährliche Entwicklung und besondere Herausforderung für die berufliche Reha“** nach.

Das Foyer der Hotelfachschule diente heuer erstmalig als Tagungsort. Die angenehme Atmosphäre der Räumlichkeit kam dem gegenseitigen Austausch untereinander von Anfang an zu Gute. Nach einem entspannten morgendlichen Get-Together wechselte die Tagungsgesellschaft zur Überraschung aller Teilnehmer in den Theatersaal des Berufsförderungswerkes – und dann wurde es dunkel, um nicht zu sagen schwarz. „Kaputt“ so titelte das 15-minütige Stück der Theatergruppe des BFWs unter Leitung von Michael Jungbauer, Sozial- und Integrationsberater am BFW Eckert. Im Stile des „Schwarzen Theaters“ wurde in eindringlicher und professioneller Weise die Abwärtsspirale des Protagonisten in den Burnout illustriert. Nach dem begeisterten Applaus eröffnete Friedrich Reiner, Geschäftsführer des BFW, die Reha-Fachtagung dann ganz unkonventionell direkt vor der Theaterbühne mit den Worten „Ein ungewöhnlicher Einstieg an einem ungewöhnlichen Ort ...“ >>



Wieder im Foyer der Hotelfachschule angelangt ergriff Professor Dr. Reinhart Schüppel, Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Innere Medizin, Sozialmedizin, Naturheilverfahren und Chefarzt an der Johannesbad Fachklinik Furth im Wald, das Wort:

„Burnout im Kontext einer digitalisierten Arbeitswelt“

Vier große Einflüsse unserer Zeit hat Professor Schüppel als Ursachen für die wachsende Gefahr des „Ausbrennens“ am Arbeitsplatz identifiziert: das Ausbleiben einer versprochenen Belohnung (Gratifikationskrise) sowie gefühlte Ungerechtigkeit, beispielsweise, wenn ein Kollege mehr Geld für die gleiche Arbeit bekommt. Der dritte Faktor ist die Wochenarbeitszeit: „Alles über 55 Stunden pro Woche birgt ein Zusatzrisiko für Depression, Schlaganfall und Herzinfarkt“, so der Psychosomatiker. Der vierte Faktor ist das Gefühl, über die eigene Situation keine Kontrolle, keine Entscheidungs- und Lösungsoptionen mehr zu haben.

Was kann jeder einzelne dafür tun, dass die Arbeit 4.0 die Seele nicht krank macht? „Jeder kann seine Resilienz trainieren, also die Fähigkeit, mit Stress umzugehen und den eigenen Stresslevel zu senken“, sagt Professor Schüppel und illustrierte seine Überlegungen zur Stressbewältigung humoristisch mit einem Holzlaster vor der Nase, der ihm den Fahrweg zum nächsten Termin sichtlich zur Hölle macht. Den Stress annehmen und Lösungen suchen – dazu gehöre es auch, selbst aktiv zu steuern, dass die Arbeit nicht auch den kompletten Feierabend und das Wochenende dominiere. Im Beruf sei es wichtig, die Sinnhaftigkeit der eigenen Arbeit zu erkennen, um nicht in einen Kreislauf aus Erschöpfung, Zynismus und Hass auf den eigenen Job zu verfallen. Für seinen lebendigen und aufschlussreichen Vortrag erntete Professor Schüppel lange anhaltenden, anerkennenden Applaus. In einer regen Diskussion und den Fragen im Anschluss wurde die Aktualität und kulturelle Relevanz des Tagungsthemas nochmals deutlich gemacht.



Nach der wohlverdienten Mittagspause eröffnete Friedrich Geiger, Leiter der Fachdienste am BFW Eckert, die zweite Runde:

„Burnout in der beruflichen Reha – Relevanz und praktische Hilfestellungen am BFW Eckert“

Nach einer allgemeinen Definition der Symptome und Faktoren, die zu Burnout führen, ging der Leiter der Fachdienste auf die Wechselwirkung zwischen der veränderten Arbeitsstruktur in der digitalen Berufswelt und persönlichkeitsbezogene Dispositionen ein. „Es ist immer ein Zusammenspiel zwischen exogenen Faktoren, die in den Arbeitsbelastungen liegen können, wie beispielsweise berufliche Unsicherheit, ständige Erreichbarkeit, Entgrenzung sowie persönlichkeitsbezogenen, individuellen Eigenschaften wie Einstellungen zur Arbeit, mentaler Stärke und dem allgemeinen gesundheitlichen Wohlbefinden“, so Geiger. Hier betonte der Diplom-Psychologe nochmals, dass die Belastungsgrenze eines jeden Einzelnen individuell sei und stark von den eigenen Ressourcen abhängt. Diese Tatsache lasse sich auch sehr gut am Lern- und Belastungsverhalten der Rehabilitanden einer Umschulung ablesen.

Allerdings laute die Diagnose betroffener Umschüler nicht immer Burnout. „Nur 1 Prozent aller Rehabilitanden kommen mit der Diagnose Burnout ans

BFW“, so Geiger. „Dies wundert nicht, denn Burnout besitzt keinen eigenen Diagnoseschlüssel, sondern begegnet uns in larvierter Form als Symptom von schweren psychischen Erkrankungen wie Depression und Sucht.“

An dieser Stelle zeichnete Geiger den Weg eines Burnout-Betroffenen über die berufliche Rehabilitation zurück in die Arbeitswelt nach und stellte auf diesem Wege die verschiedenen Workshops zum Tagungsthema vor, die allesamt dem Werkzeugkoffer des BFWs zur Prophylaxe und Behandlung des Burnouts entnommen waren. Die Tagungsgäste konnten sich bereits im Vorfeld in die Workshops eintragen.

Nach den individuellen Erfahrungen in den jeweiligen Workshops wurden die erarbeiteten Ergebnisse im Plenum vorgestellt und sind auf den Folgeseiten nachzulesen. Auch die abschließende Reflektion der Workshop-Ergebnisse erfreute sich einer regen Beteiligung und zeigte die Bedeutung des Themas Burnout für die Tagungsgäste. „Wenn es Ihnen gefallen hat, sagen Sie es weiter und kommen Sie wieder ... zur Reha-Fachtagung 2018 am Berufsförderungswerk Eckert“, beendete Friedrich Reiner die Veranstaltung.



Referent:
Stefan Kirschweg
Diplom-Psychologe

WORKSHOP 2

IN DIESER ZITRONE IST NOCH SAFT

Selbsteinschätzung der persönlichen Burnout-Gefährdung im Kontext einer digitalisierten Arbeitswelt

Ziel des Workshops war es, persönlichkeits-spezifische Gefährdungspotenziale im Umgang mit beruflichen Anforderungen und Belastungen zu erkennen.

Im Hinblick auf die zunehmende Digitalisierung der Arbeitswelt wurde zunächst mittels einer digitalisierten Befragung erhoben, inwieweit die „Arbeitswelt 4.0“ bereits Einzug in den Arbeitsalltag jedes Einzelnen genommen hat und welche Be- und Entlastungen sich hieraus bislang ergeben haben. Hierbei wurde einvernehmlich konstatiert, dass die modernen Medien zu ganz erheblichen Veränderungen geführt haben, welche einerseits Erleichterungen im Sinne der Effizienz mit sich bringen, gleichzeitig aber auch zu einer Arbeitsverdichtung geführt haben. Insbesondere die täglich zu bewältigende Informationsflut wurde als sehr belastend und bisweilen auch nervenaufreibend empfunden.

Der Tatsache Rechnung tragend, dass Belastungen per se nicht zwangsläufig krank machen, sondern erst in der Wechselwirkung mit personenbezogenen Faktoren gesundheitsgefährdenden Zündstoff – bis hin zum Burnout – in sich bergen, wurden zunächst relevante arbeitsbezogene Erlebens- und Verhaltensmuster eruiert.

Anschließend wurden in Arbeitsgruppen verschiedene exemplarische Erlebens- und Verhaltensprofile analysiert und bezüglich der Burnout-Gefährdung in eine Rangreihe gebracht. Die Ergebnisse wurden dann im Plenum vorgestellt und diskutiert.

Als nun „ausgewiesene Profiling-Experten“ in Sachen Burnout-Gefährdung, erstellte dann jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer in einer ersten Grobeinschätzung ein eigenes Profil. Zur Evaluierung dieser Einschätzung wurde dann ein mehrdimensionaler persönlichkeitsdiagnostischer Fragebogen zur Erfassung gesundheitsgefährdender bzw. -schützender Erlebens- und Verhaltensweisen bearbeitet.



Dieser wurde dann in anonymisierter Form ausgewertet und das hieraus abgeleitete Profil den Teilnehmerinnen und Teilnehmern nach Ende des Workshops in einem verschlossenen Briefumschlag ausgehändigt. Auf eine Diskussion der individuellen Profile im Plenum wurde aus Gründen der Diskretion ganz bewusst verzichtet.

Die Anfertigung zweier Selbsteinschätzungsprofile, eines „ad hoc“, das andere mittels differenzierter Testverfahren, ist von der Intention einer über den Workshop hinausgehenden persönlichen Auseinandersetzung mit der Thematik getragen. Nicht nachprüfbar, jedoch sehr wahrscheinlich dürfte es sein, dass alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus reiner Neugierde heraus zuhause überprüfen,

inwieweit die beiden Profile übereinstimmen. Diskrepanzen sowie testpsychologisch diagnostizierte gesundheitsgefährdende Erlebens- und Verhaltensweisen dürften mit hoher Wahrscheinlichkeit zum Nachdenken und in dem einen oder anderen Fall vielleicht auch zu dem Versuch einer Einstellungs- oder Verhaltensmodifikation hin zu einem gesundheitsbewussteren Umgang mit Belastungen führen.

Im positiven Falle bleibt zu hoffen, dass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer den Titel des Workshops mit einem Ausrufezeichen versehen können. Eine Ergänzung mit einem Fragezeichen sollte als Aufruf zur Selbstreflexion verstanden werden.



WORKSHOP 4

REHA-TEAM: SCHNELLER, AGILER, DIGITALER – BIS ZUR ERLÖSUNG

„Sie spielen kein Rehateam, Sie sind das Rehateam!“, „Nichts ist falsch!“, „Sie sind Experten in Ihrer Funktion!“ Mit diesen Appellen wurden die Teilnehmer des Workshops auf ihre Aufgabe eingestimmt.



Referent:
Horst Sedlacek
Diplom-Pädagoge



Referent:
Michael Jungbauer
Sozialpädagoge (B.A.)

Warm Up

Zu Beginn des Workshops wurden die verschiedenen Funktionen im Reha-Team unter den Teilnehmern des Workshops ausgelost. Um Burnout erlebbar zu machen, wurden folgende kleine Übungen durchgeführt:

- *Namens-Kreuzwort* zum Einfinden in die Rolle: Für jeden Buchstaben des Vornamens wird eine Assoziation gesucht, womit die Rolle ausgeschmückt werden sollte
- *„Ubongo“*, um eine Stresssituation nachzuempfinden: Jeder Teilnehmer muss in einer vorgegebenen Zeit seine Karte mit Legeteilen besetzen, sodass keine freie Fläche mehr zu sehen ist
- *„Parallelball“* als Konzentrationsübung: Zwei Bälle sollen gleichzeitig parallel hochgeworfen werden. Die Hände werden überkreuzt und die Bälle wieder mit überkreuzten Händen gefangen
- *„Das Pendel“* als Vertrauensübung: Ein Teilnehmer steht in der Mitte eines Kreises und lässt sich in eine Richtung fallen. Er wird von den anderen Gruppenmitgliedern aufgefangen und wie ein Pendel in eine neue Richtung bewegt

Nun wurden – basierend auf einer konstruierten oder ggf. auch realen Teilnehmersituation – die Einfluss- und Hilfsmöglichkeiten des Reha-Teams verdeutlicht.

Situation

Die Teilnehmerin musste aufgrund eines Burnouts die erlernte und bisher ausgeübte berufliche Tätigkeit aufgeben. Sie befindet sich nun in einer LTA-Umschulungsmaßnahme im kaufmännischen Ausbildungsbereich. Die Teilnehmerin schreibt die kaufmännische hausinterne Zwischenprüfung nur am ersten Prüfungstag mit. Danach sucht sie den medizinischen Fachdienst auf. Der zweite Prüfungstag wird durch eine Krankschreibung vermieden. Die Teilnehmerin fühlt sich der Prüfungssituation nicht gewachsen und möchte die Ausbildung abbrechen. Der behandelnde Arzt des Medizinischen Dienstes informiert die Sozial- und Integrationsberatung. Diese nimmt sofort zur Teilnehmerin Kontakt auf und stellt Lösungsvorschläge für die Krisensituation in Aussicht.

Die Teilnehmer des Workshops schlüpfen in das jetzt folgende Experiment in die Personen des Reha-Teams. Daraus resultiert, dass folgende Funktionen besetzt wurden:

- Teilnehmerin
- Fachabteilung Ausbildung
- Fachdienst Medizinischer Dienst
- Fachdienst Psychologischer Dienst
- Fachdienst Sozial- und Integrationsberatung
- Reha-Träger



In dem Experiment wurden vier Situationen nachgespielt:

1. Gespräch von Teilnehmerin und Arzt (Medizinischer Dienst)
2. Gespräch von Teilnehmerin und Sozial- und Integrationsberater
3. Reha-Team-Sitzung (bestehend aus der Fachabteilung Ausbildung und den Fachdiensten Medizinischer Dienst, Psychologischer Dienst und Sozial- und Integrationsberatung)
4. Informationsgespräch mit dem Reha-Träger durch die Teilnehmerin und den Sozial- und Integrationsberater

Das Reha-Team traf sich aufgrund des akuten Handlungsbedarfs unmittelbar (Stichwort: „schneller“) und erarbeitete ein individuelles Lösungskonzept (Stichwort: „agiler“) für die Teilnehmerin. Jeder Workshop-Teilnehmer erhielt eine Rollenkarte, auf der verschiedene Lösungsvorschläge und Eigenschaften standen. Der Sozial- und Integrationsberater beispielsweise moderierte und dokumentierte die Sitzung. Dabei wurden auch die digitalen Hilfsmittel des Berufsförderungswerkes im Sinne der Arbeitswelt 4.0 (Stichwort: „digitaler“) vorgestellt und genutzt (Tool „Fehlzeitenübersicht“, Tool „Noteneinsicht“ und Tool „Leistungsdokumentation“). So stellte sich heraus, dass die Teilnehmerin bis zur Zwischenprüfung gute schulische Ergebnisse erzielt und die zeitliche Enge der Prüfungen (Zeitdruck) zur Krisensituation geführt hatte.

Lösungskonzepte

- Es erfolgt eine Kontaktaufnahme von allen beteiligten Mitarbeitern im Reha-Team zur Teilnehmerin nach der Teamsitzung unter Einbeziehung der zugeteilten Aufgaben.
- Die Fachabteilung Ausbildung bietet einen Nachschreibetermin für den zweiten Tag der Zwischenprüfung in einem angemessenen und für die Teilnehmerin annehmbaren Zeitraum an.

- In der Zwischenzeit bieten der Medizinische Dienst temporäre medikamentöse Hilfen an, der psychologische Dienst Einzelgespräche und eine Teilnahme am Gruppentraining „Umgang mit Stress“ und die Sozial- und Integrationsberatung ein sozialpädagogisches Coaching mit regelmäßigem Check der Befindlichkeit.
- Eine geglückte Intervention (Stichwort: „Erlösung“) erlöst den Teilnehmer von seinem Leistungsdruck, er wird wieder handlungs- und aufnahmefähig für alternative erfolgsorientierte Handlungsformen bei Stresssituationen.
- Ein Informationsgespräch mit dem Rehaträger findet statt, um diesen über die Krisensituation und die Lösungsvorschläge zu informieren, aber auch um die Fachkenntnisse und Vorschläge des Reha-Trägers abzurufen. Auch hier können digitale Informationen über bisherige schulische Leistungen, Anwesenheitszeiten im Unterricht und auch ein weiterer Prüfungsplan einfließen.
- Die Krisensituation zeigt, dass Teilnehmer mit der Diagnose Burnout Einbrüche während der Ausbildung erleiden können, die mit den Hilfen eines Berufsförderungswerkes aber abgefedert werden. Es werden neue Lösungskonzepte erstellt, die diese Teilnehmer im Umgang mit ihrer Krankheit und den daraus resultierenden persönlichen Krisen sicherer werden lassen. Dadurch werden letztendlich ihre Handlungsfähigkeit in Extremsituationen geschult und die Bewältigung von Krisen final gewährleistet. Die Teilnehmer sind damit für die IHK-Abschlussprüfung gerüstet.

Eine Reflexionsrunde zur Befindlichkeit der Workshop-Teilnehmer während des Experiments sowie ergänzende Überlegungen, was das Reha-Team zur Erlösung von Teilnehmer/innen leisten muss, rundeten den Workshop ab.



Referentin:
Sonja Ott
*Diplom-Psychologin und
Psychologische Psychotherapeutin*



WORKSHOP 5

LEISTUNG TROTZ BURNOUT

Der Dialog mit dem inneren Antreiber als Möglichkeit der Selbstregulation

Inhaltlich wurde in diesem Workshop an psychischen Einflussfaktoren für Burnout gearbeitet. Die Fragestellung lautete, wer oder was kann uns Menschen in den Burnout treiben und wie können wir Fähigkeiten zur Selbstfürsorge zur Prophylaxe nutzen ?

Als Basis diente dabei das psychodynamische Konzept, dass das Verhalten und das Erleben von Menschen auch im Erwachsenenalter durch die Beziehungserfahrungen während der Kindheit und Jugendzeit geprägt sind. Diese Beziehungserfahrungen tragen Menschen als innere Repräsentanzen mit sich; sie drücken sich unter anderem in überdauernden Erwartungshaltungen aus, wie andere auf das eigene Verhalten reagieren. Zu Leistungsverhalten motivieren diesbezüglich vor allem Bedürfnisse nach Zuwendung und Anerkennung, die grundlegende menschliche Bedürfnisse sind. Konkret führen die Beziehungserfahrungen im Zusammenhang mit Zuwendung und Anerkennung zu Erwartungshaltungen, welches eigene Verhalten erwünscht oder gefordert ist; dieses Verhalten wird dann oftmals gezeigt.

Die inneren Repräsentanzen zeigen sich unter anderem in Gedanken, Gefühlen und Körperempfindungen: zum Beispiel als klare Sätze im Kopf („vor dem Essen Hände waschen“), als eindeutige Gefühle (eine Versagensangst in mündlichen Prüfungssituationen nach schulischen Erfahrungen, vom Lehrer an der Tafel vor der Klasse blamiert worden zu sein) oder der Empfindung von Geborgenheit (wohlig eingehüllt und innerlich gewärmt zu sein). Vielen Menschen erscheinen diese Repräsentanzen auch in einem Symbol oder einer Gestalt (z. B. einem Mund, der entsprechende Sätze spricht, einem schwarz gekleideten Lehrer, der mit stechendem Blick und fuchtelndem Zeigefinger auf einen weist oder einem einhüllenden Engelsflügel). Sie können sich zu Persönlichkeitsanteilen verselbständigen.

Persönlichkeitsanteile, die im Falle eines Burnouts als relevant identifiziert werden können, stellen sich oft als innerer Antreiber oder innerer Kritiker dar (z. B. ein Reiter mit schwarzem Umhang oder eine Hexe mit spitzer Nase). Hintergrund hierfür sind zumeist unzureichend befriedigte Bedürfnisse nach Zuwendung und Anerkennung sowie entsprechende Ängste. Sie treiben dazu an, die eigenen Grenzen zu übergehen.



Demgegenüber verfügt eine Person, die sich ihrer Bedürfnisse und ihrer Kompetenzen zu deren Befriedigung bewusst ist, zumeist über selbstfürsorgliche Anteile, die ebenfalls personifiziert oder symbolisiert werden können (z. B. als großmütterliche Frau oder weise Eule). Diese sorgen für die Nutzung der eigenen Ressourcen; sie können regulierend wirken und so der Gefahr einer neuerlichen (Selbst-)Überforderung entgegenwirken.

Bei der praktischen Arbeit können wir mit diesen Persönlichkeitsanteilen in Kontakt treten. Es ist möglich, mit ihnen als Mitglieder eines inneren Teams zu kommunizieren und mit ihnen zu verhandeln. Dabei ist es notwendig, ihre der Bedürfnisbefriedigung dienende und damit immens wichtige Funktion anzuerkennen – sie also ernst zu nehmen, so wie das auch mit Verhandlungspartnern im äußeren Leben der Fall ist (z. B. dem schwarzen Reiter zu sagen: „Ich weiß, dass Du da bist, um sicher zu stellen, dass ich perfekt arbeite und ich nicht wieder bloß gestellt werde.“ – Und die weise Eule zu Wort kommen zu lassen, die gegenüber dem schwarzen Reiter äußern könnte: „Wenn sie nur noch arbeitet, wird sie eines Tages keine Kraft mehr

haben und zusammenbrechen. Das wollen wir nicht, auch Du, schwarzer Reiter, willst das nicht, sondern du willst doch auch helfen“). Auf diese Weise kann ein Gleichgewicht zwischen inneren Persönlichkeitsanteilen erreicht werden, dass sich dann in einem Gleichgewicht der resultierenden Verhaltensweisen ausdrückt: solchen, die der Leistung dienen, und solchen, die der Erholung dienen. Dies ist entscheidend, um neuerlichen Leistungssituationen gewachsen sein zu können und nicht wieder in ein Burnout provozierendes Verhalten zu verfallen; es wirkt somit auch prophylaktisch. Zusammen mit einer betroffenen Rehabilitandin wurde ein beispielhafter Verlauf dargestellt.

Abschließend wurde eine ressourcenorientierte Imaginationsübung durchgeführt. Wie sich zeigte, wurde während des Workshops die Selbsterfahrung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer angeregt, und es ergab sich ein lebhafter Austausch.



WORKSHOP 6

TIMEOUT STATT BURNOUT

Ihr persönlicher Entspannungsanker gegen Burnout –
Die Kursangebote des Psychologischen Dienstes im Überblick



Referentin:
Andrea Leiterer
Diplom-Psychologin

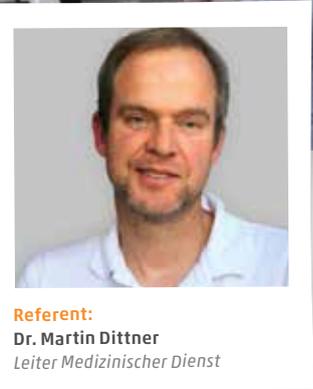
Sich eine Auszeit nehmen, rechtzeitig Phasen des Rückzugs schaffen um sich zu erholen und sich neu auszurichten, auf sich selbst zu achten ist eigentlich eine grundlegende Fähigkeit des Menschen. Doch die heutigen Anforderungen der Arbeitswelt, der enorme Zeit- und Leistungsdruck, führen oft dazu, dass die Bedürfnisse und Warnsignale des Körpers ignoriert werden, mit den bekannten negativen Folgen für die Gesundheit, Lebensqualität und schließlich auch für die Arbeit selbst.

Sich eine Auszeit nehmen bedeutet mehr als eine kurze Unterbrechung der Arbeit. Sie bedeutet eine aktive Hinwendung auf die Gegenwart und die Wahrnehmung des momentanen Befindens als Ausgangspunkt für eine nachhaltige Veränderung.

Mit Hilfe der Kursangebote des Psychologischen Dienstes können Prozesse der Entschleunigung durch regelmäßige Zeiten des Innehaltens, der Stille, der Reflexion und der Muße in Gang gesetzt werden. Das Kursangebot umfasst eine breite Palette, vom klassischen Entspannungstraining, zum Stressbewältigungsprogramm, Phantasiereisen

bis hin zur „Kreativen Auszeit“ – ein kunsttherapeutisches Gruppenangebot. Die Freude am Malen und Gestalten kann einen wesentlichen Beitrag leisten, wieder „ins Fließen“ zu kommen und die Verbindung zum eigenen Lebensfluss wieder herzustellen. Was sich in Worten nur schwer oder nicht mehr mitteilen lässt, kann Farbe und Form annehmen und so einen nonverbalen Ausdruck finden. Kunsttherapie arbeitet somit ressourcenorientiert. Eine der größten Ressourcen des Menschen ist seine Kreativität.

Im Workshop „Timeout statt Burnout“ wurden zunächst die Kursangebote des Psychologischen Dienstes ausführlich vorgestellt, vor allem der Kurs „Kreative Auszeit“ wurde intensiv als neues Gruppenangebot beleuchtet. Anschließend durften die Workshop-Teilnehmer eine Kurseinheit daraus selbst erleben. Nach einer kurzen Entspannungseinheit konnten sie selbst aktiv werden, zu Papier und Farbe greifen und sich im kreativen Gestalten beim Action-Painting ausprobieren. Es entstanden farbenfrohe Bilder, die dann gemeinsam noch besprochen wurden.



Referent:
Dr. Martin Dittner
 Leiter Medizinischer Dienst

WORKSHOP 7

BURNOUT? ODER DOCH WAS ANDERES?

**Fallbeispiele, differentialdiagnostische Abgrenzung sowie
 Behandlungsmöglichkeiten aus ärztlicher Sicht**

„Burnout“ ist eine eher umgangssprachliche „Diagnose“ der Presse und der allgemeinen Diskussion. In die verbreitetste und bewährteste Klassifikation von Erkrankungen (ICD-10) hat „Burnout“ keinen Eingang gefunden, da in der üblichen Verwendung die Kriterien einer eigenständigen Krankheit nach ICD-10 nicht erfüllt sind. Hier erfolgt die Einordnung des typischen Beschwerdebildes als „Depressive Episode“.

Das landläufige Konzept des „Burnout“-Syndroms setzt sich vor allem aus zwei Charakteristika zusammen, die inoffizielle, aber breit akzeptierte Bausteine der Verortung von Beschwerden unter „Burnout“ sind:

1. Individuelle und v.a. subjektive Überlastung durch die Erwerbstätigkeit in Zusammenschau mit der persönlichen Stabilität (Vulnerabilität vs. Resilienz)
2. Symptomatologie aus emotionaler Erschöpfung, Wandel von hohem beruflichem Engagement zur Abstumpfung und Distanz gegenüber Aufgaben, Kollegen, Umfeld und zunehmend häufiger auftretenden beruflichen Misserfolgen.

Im Workshop wurden die Begriffe (ICD-10 vs. Burnout-Konzept nach C. Maslach) vertieft. Insbesondere wurde auf

- die Problematik der stark überlappenden Definitionen
- die unterschiedlichen Sichtweisen von Betroffenen und deren Therapeuten vor diesem Hintergrund

- Burnout und Selbstüberforderung begünstigende äußere und innere Faktoren
 zunächst noch einmal in einer kurzen Präsentation eingegangen.

Vier Gruppen von 3–4 Workshop-Teilnehmern wurden gebildet. Diese erarbeiteten eine gruppenintern konsensfähige Sichtweise auf je ein Fallbeispiel unter besonderer Beachtung der obigen Aspekte. Die anonymisierten und verfremdeten, aber auf realen Fällen fußenden Beispiele waren so angelegt, dass auch Reaktionen der Betroffenen, ihrer Behandler und Arbeitgeber auf Problematik und Symptome mit einbezogen und von den Workshop-Teilnehmern aus einer nachträglichen Perspektive hinsichtlich des Ergebnisses bewertet werden konnten. Der jeweilige Fall und das Ergebnis der Diskussion innerhalb der Gruppe wurden von einem Gruppensprecher vorgestellt und mit den gesamten Teilnehmern und dem Workshop-Leiter offen diskutiert. Das Ziel einer verbesserten Trittsicherheit in der Abgrenzung oft als unscharf empfundenen Begriffe „Burnout“ und „Depression“ wurde erreicht. Es bestand nach engagierter allseitiger Diskussion ein breiter Konsens in der jeweiligen Fallbewertung.



Referentin:
Natalie Hartewig
Sport- und Fitnesskauffrau



Referentin:
Lavinia Albescu
Fitnesstrainerin

WORKSHOP 8

FITNESS 4.0: ALLES „VERAPPT“ – MIT VOLLGAS DER DIGITALEN FITNESS ENTGEGEN!

Sinnvolle Motivationshilfe beim Fitnesstraining oder unnötiger Stress in der Freizeit?

In diesem Workshop sollten Vor- und Nachteile von Fitness-Trackern am eigenen Leib erfahrbar gemacht werden. Hierzu wurden die Armbänder an die Teilnehmer ausgegeben, vorgestellt und die Funktionen erklärt.

Funktionen sind:

- Schrittzähler mit zurückgelegter Strecke und Kalorienverbrauch
- Herzfrequenz – Monitor
- Sleep Monitoring – Schlafüberwachung
- Synchronisation mit Apple/Android
- Benachrichtigung bei eingehenden Anrufen
- Benachrichtigung SMS/WHATSAPP/FACEBOOK/SKYPE mit Vibration
- Sedentary Reminder – Bewegungsaufforderung

Anhand dieser Funktionen wurde auf Vor- und Nachteile eingegangen.

Vorteile: Bessere Kontrolle der eigenen Herzfrequenz, Schritte, zurückgelegten Kilometer, u.s.w.

Nachteile: ständige Erreichbarkeit, negative Ergebnisse können demotivieren, zu hohe Herzfrequenz kann Sorgen machen, u.s.w.

Im praktischen Teil wurden zunächst Koordinationsübungen zur Auflockerung gemacht, um die Gruppe auf die folgenden Aufgaben vorzubereiten. Im Anschluss daran wurde ein Zirkel vorbereitet, bei dem weitere Koordinationsübungen vorgestellt wurden.



Das Gleichgewicht, die Orientierungsfähigkeit, die Reaktionsfähigkeit sowie die Umstellungsfähigkeit wurden hierbei getestet. Mit Luftballons, Bällen, einem Wackelbrett und anderen Gegenständen wurden diese unter Beweis gestellt. Um diese noch zu erschweren und um zu zeigen, dass auch die Herzfrequenz steigen kann, wenn das Denkvermögen angeregt wird, wurden während der Übungen Rechenaufgaben gestellt. Dadurch zeigte sich, dass sich die Herzfrequenz auch durch eine Reizüberflutung im Zusammenhang mit körperlichen und geistigen Aufgaben erhöhen lässt.

Im Anschluss wurde eine Entspannungsübung gemacht, um durch bewusstes Atmen die Herzfrequenz zu senken. Die Teilnehmer konnten dies immer auf ihren Armbändern mitverfolgen.

Zuletzt wurden die Teilnehmer nach ihrer persönlichen Einschätzung befragt. Auch hier zeigten sich große Unterschiede von Mensch zu Mensch. Manche Teilnehmer achteten dadurch mehr auf ihre Herzfrequenz, andere irritierte die ständige Kontrolle und sie konnten sich nicht direkt auf den Sport konzentrieren.



Referentin:
Erika Dani
Abteilungsleiterin Mediengestalter



Referent:
Manfred Petsch
IT-Beauftragter

WORKSHOP 10

SCHWIMMEN LERNEN IN DER DIGITALEN FLUT

Fünf technische Lösungen zur Vermeidung von Überforderung im Berufsalltag

Ausgangslage

Die moderne Internetlandschaft ist geprägt von unzähligen Informationsdiensten (RSS-Feed, Newsticker, ...) und sozialen Netzwerken (facebook, twitter, instagram, ...) mit hohen Nutzerzahlen und extensivem Datenwachstum. Die Herausforderungen sind dabei nicht nur technischer Art, um historische Daten zu sichern, sondern auch neue Daten aufzunehmen. Die wesentliche Aufgabe liegt vor allem darin, dass der Internetnutzer die Informationsflut bewältigt, um für sich die notwendigen Inhalte effizient herauszufiltern und zu organisieren. Nicht selten führt dies beim Nutzer zur Resignation, da angesichts der vielen Themen die täglich hinzukommenden Daten so umfangreich sind, dass eine Organisation sehr zeitaufwändig ist.

Aufgaben

Die Organisation von Daten erfordert es zunächst, sie zu kategorisieren, um wichtige von unwichtigen oder gar nutzlosen Daten zu separieren. Innerhalb der Kategorien wiederum werden die Daten nach ihrer Dringlichkeit priorisiert. Schließlich können innerhalb eines Teams Aufgaben delegiert werden, wenn Zuständigkeiten klar geregelt sind.

Bei konsequenter Anwendung der Vorgehensweise hilft eine Struktur wesentlich, den Überblick über seine Daten zu behalten. Ein weiterer Vorteil ergibt sich durch eine zentrale Datenhaltung, die verhindert, dass jedes Teammitglied seinen eigenen Datenbestand hat und diesen pflegen muss. In ungünstigen Fällen gibt es deutliche Versionsabweichungen, die auch



innerhalb des Teams zu Fehlentwicklungen und Irritationen führen können, da Teammitglieder von unterschiedlichen Datengrundlagen ausgehen. In vielen Fällen fördert eine zentrale Datenhaltung darüber hinaus die Flexibilität in Bezug auf die Arbeitszeit und den Arbeitsplatz. Die Verwendung einer Cloud-Lösung bietet oftmals die Möglichkeit, zu beliebigen Zeiten und von beliebigen Orten aus auf die Daten zuzugreifen. Dadurch können Mitarbeiter in Teams mitwirken, ohne an feste Arbeitszeiten und Arbeitsplätze gebunden zu sein. Wesentliche Informationen können für Teammitglieder zentral hinterlegt werden. Die Einbindung von Diensten wie Chat oder Videokonferenz vervollständigt das Arbeitsumfeld. So können gemeinsame Besprechungen auch mit Telearbeitsplätzen stattfinden, um erforderliche Feinabstimmungen zu erreichen.

Lösungen

Der Workshop zeigt einen Lösungsansatz anhand der Verwendung der Groupware Microsoft Office 365, die die Teamarbeit unterstützt und eine Datenbasis für alle Teilnehmer schafft. Neben den bekannten Office-Produkten zur Textverarbeitung, Tabellenkalkulation und Präsentation ist eine Vielzahl von weiteren Tools über eine Oberfläche nutzbar, die die Zusammenarbeit innerhalb eines Teams wesentlich vereinfachen. Indirekt löst sich damit das Problem, dass bestimmte Software zur Bearbeitung von Dokumenten unterschiedlicher Art zusätzlich installiert werden muss, da die Tools und damit Dokumentformate für alle Teilnehmer identisch sind. Der wesentliche Vorteil besteht also darin, dass keinerlei zusätzliche Software lokal auf dem Arbeitsplatz, von dem aus gearbeitet wird, zu installieren ist. Es ist lediglich ein Internetzugang sowie ein Webbrowser nötig, um einen Zugang zum gemeinsamen Portal zu ermöglichen.

Das wiederum bietet aber auch die Möglichkeit, sich von jedem Punkt mit Internetanschluss aus an dem Teamprojekt beteiligen zu können. Die Arbeit kann dadurch zeitlich und räumlich flexibel gestaltet werden und ist damit prädestiniert für einen Telearbeitsplatz.

Ein weiterer positiver Aspekt liegt in der gemeinsamen Datenbasis, die diese Cloud-Lösung schafft. Alle Dokumente und Informationen, die das Team benötigt, sind hier auf einer gemeinsamen Plattform konzentriert. Jedem Teammitglied liegt damit stets die aktuelle Version von Dokumenten, Planungen, Terminen usw. vor. Die Daten sind in einer einheitlichen Organisationsstruktur eingebettet und somit von jedem gleich zu bedienen. Darüber hinaus muss nicht jedes Teammitglied dafür Sorge tragen, dass „seine“ Daten entsprechend gegen Verlust gesichert sind, da dieser Dienst über den Cloud-Anbieter geregelt werden kann.

Teamkompetenzen

Teilnehmer aus den Ausbildungsgängen Mediengestaltung und Informationstechnologie arbeiten gemeinsam an einem Projekt, dem das Thema „Erstellung einer Website“ und „Bereitstellung der technischen Basis“ zugrunde liegt. Die Teilnehmer der Mediengestaltung befassen sich dabei mit der grafischen Aufbereitung und Präsentation der Inhalte. Die Teilnehmer der Informationstechnologie schaffen dazu die technische Grundlage in Form eines Datenbankservers mit entsprechend konzipierter Datenbank und eines Webservers. Die Organisation des Projektes erfolgt mittels Microsoft Office 365. Die Teilnehmer vertiefen dadurch Kernthemen der eigenen Ausbildungsrichtung, aber auch wesentliche Inhalte einer Teamarbeit. Dazu zählt vor allem der Austausch von relevanten Informationen, die zur Entwicklung eines fachübergreifenden Projektes benötigt werden. Dies wird anhand der fünf integrierten Tools Unterhaltungen, Dateien, Notizen, Kalender und Planer verdeutlicht.





#eckerterfolgsgeschichte

KOMMT ZEIT, KOMMT KARRIERE:

**VOM VERKÄUFER
ZUM UHRENMACHER**

Timur Zacherl machte seine Leidenschaft zum Beruf: Der passionierte Tüftler und Schrauber hatte genug von den unregelmäßigen Arbeitszeiten im Verkauf – entschied sich für eine Umschulung zum Industriemechaniker am Berufsförderungswerk Eckert. Durch die Zusatz-Qualifizierung zum CNC-Fachmann fand er schließlich seinen Traumberuf: Heute stellt er bei der Firma DAMASKO aus Barbing bei Regensburg hochwertige Uhrwerke her. Eine Erfolgsgeschichte.

Mit einer Pinzette legt Timur Zacherl vorsichtig ein winziges schwarzes Körnchen auf seinen Schreibtisch. Der Laie sieht hier ein kleines Staubteilchen – der Uhrwerk-Profi ein filigranes und zugleich komplexes Bauteil: „Das ist ein Teil der Unruh“, erklärt Zacherl stolz, „natürlich aus eigener Produktion!“ Täglich fertigt der gelernte Industriemechaniker und CNC-Fachmann Bauteile in mikroskopisch kleiner Größe, verwendet feinste Fräser und modernste Technik, beachtet Abweichtoleranzen im Mikromillimeter-Bereich. „Ich bin beruflich angekommen – ich arbeite in einem innovativen Team und kann meine Ideen immer einbringen.“ Ermöglicht hat das eine Umschulung am Berufsförderungswerk Eckert.

„Ich habe schon immer meine Autos und Mopeds selbst repariert“, sagt Timur Zacherl. Bereits nach seinem Schulabschluss liebäugelt er mit dem ein oder anderen technischen Beruf, entschied sich damals jedoch für eine Ausbildung zum Einzelhandelskaufmann. Warum? „Ich wollte den Spaß am Schrauben nicht verlieren – Reparieren sollte mein Hobby bleiben.“ Kundenberatung, Verkaufsgespräche, Messetermine: Auch die Arbeit bei einem großen überregional tätigen Zweirad-Händler füllte ihn aus. Nach seiner Lehre sorgte er weitere fünf Jahre für die Zufriedenheit seiner Kunden. „Das war eine super Erfahrung und eine wirklich schöne Zeit“, sagt er und zögert. „Aber die Arbeitszeiten haben an mir gezehrt.“ Während andere bereits ihre Freizeit genossen, arbeitete Timur Zacherl bis 20 Uhr – auch samstags. „So schön es auch war ... dadurch wusste ich, dass ich nicht mein Leben lang im Verkauf bleiben möchte.“ Und da gab es ja immer noch seine Leidenschaft: Schrauben, Basteln und Tüfteln.

Also jammerte Zacherl nicht lange und ergriff die Initiative: „Ich hatte die kaufmännische Seite sozusagen ‚gesehen‘ – jetzt wollte ich in die Technik eintauchen.“ Eine zweite Ausbildung sollte es sein. Doch er merkte schnell: Das ist leichter gesagt als

getan. „Ich schrieb viele Bewerbungen – überall die gleiche Antwort: Ich sei zu alt, um bei ihnen als Azubi zu beginnen.“ Doch auch davon ließ er sich nicht unterkriegen. Kurzerhand suchte Timur Zacherl den Weg in die schulische Umschulung. Am Berufsförderungswerk Eckert wurde er fündig, 2008 startete er schließlich seine zweite Ausbildung zum Industriemechaniker.

Im Unterricht ging Praxis und Theorie Hand in Hand. „Wir haben zum Beispiel zuerst im Unterricht Drehzahlen oder Vorschübe in der Theorie berechnet und später in der Werkstatt an der Maschine angewendet“, sagt er. „Das macht für mich den Unterschied aus ... ich habe sofort gesehen, warum ich das brauche und vor allem was passiert, wenn ich mich verrechne“, lacht der 32-jährige. Die Qualifizierung zum CNC-Fachmann parallel zu absolvieren, war für ihn die logische Konsequenz: „Damit wollte ich meine Ausbildung sinnvoll ergänzen und möglichst breit aufgestellt sein.“ Der CNC-Unterricht bei Peter Zollner und Thomas Schulze – zwischen Programmierung, Qualitätssicherung und Maschinensteuerung – begeisterte ihn besonders. „Genau dieses Wissen und diese Fertigkeiten kann ich heute 1:1 im Beruf umsetzen – alleine deswegen bin ich sehr froh genau diesen Weg gegangen zu sein“, sagt er stolz.

Nach seiner Ausbildung bewarb er sich mit einem gestählten Lebenslauf bei der Regensburger Uhrenmanufaktur DAMASKO. Der Traditionsbetrieb vertreibt seit 1994 selbstkonstruierte, selbstgefertigte mechanische Armbanduhr. „Wir stellen mit sehr hoher Fertigungstiefe von rund 90 Prozent fast alles selbst her“, berichtet Zacherl stolz. 100 Patent-, Gebrauchs- und Geschmacksmusteranmeldungen zählt DAMASKO bis heute: Vom Gehäuse aus nickelfreiem eisgehärteten Edelstahl über ultraharte Beschichtungen bis hin zu einer patentierten freischwingenden Gewichtsunruh. „Jede Uhr, die unsere Werkstatt verlässt, habe ich in der Hand gehabt“, sagt Timur Zacherl, „das ist ein schönes Gefühl.“

CERTNET GmbH

Lehren und Lernen mit

- Microsoft Imagine

- CompTIA Academy Partner (CAPP)

- CERTNET-learn

Microsoft-Software

Software-Lizenzen

So smart
Bildung se

MICROSOFT-OFFICE-SPECIALIST (MOS): AUFWORDUNG FÜR JEDEN LEBENS LAUF

Rund 6.000 Teilnehmer stellten sich im Juli 2017 der bundesweiten Microsoft-Office-Specialist-Meisterschaft – gleich drei Eckert-Schüler schafften es in die Top 10, einer davon auf Platz 1. Nun zeichnete Dirk Hildebrand – Geschäftsführer der CERTNET GmbH – die Eckert Schulen für die hervorragende Arbeit als Certiport Testcenter (ATC) aus.

„Hier werden keine Lücken gefüllt, sondern ein gezielter Mehrwert geboten“, sagt Dirk Hildebrand bei seinem Besuch am Campus Regenstein. Erst diesen Sommer fanden die nationalen Microsoft-Office-Specialist-Meisterschaften mit rund 6.000 Teilnehmern statt – für den Geschäftsführer der CERTNET GmbH kommen die hervorragenden Prüfungsergebnisse der Eckert-Schüler nicht von ungefähr. Drei Absolventen unter den Top 10 – Anna Blum aus München erreichte sogar den ersten Platz: „Das beweist die hervorragende Ausbildungsqualität, die während einer Weiterbildung oder Umschulung am Campus Regenstein geboten wird“, sagt er.

Rund 600 Teilnehmer zählt die Office-Talentschmiede der Eckert Schulen jährlich. „Alleine die Bestehensquote von 90 Prozent ist beeindruckend“, betont Hildebrand, „das liegt deutlich über dem bundesweiten Durchschnitt.“ Das Regenstein Erfolgsgeschehen liegt in der besonderen Aufbereitung der Inhalte: Während im Rahmen einer Ausbildung, Weiterbildung oder Umschulung die wichtigen Grundlagen bereits im regulären Unterricht gefestigt werden, bietet ein MOS-Kurs eine fundierte und zielorientierte Prüfungsvorbereitung. Damit festigen Bernhard Paetzolt, Manfred Petsch und ihr Team das Basiswissen in Word, Excel oder Outlook besonders nachhaltig und praxisnah. Zudem schlagen die Dozenten im Office-Unterricht so oft wie möglich



(v.l.n.r.) Dirk Hildebrand, Geschäftsführer der CERTNET GmbH, zeichnete die Eckert Schulen für die hervorragende Arbeit als Microsoft-Office-Testcenter aus. Friedrich Reiner, Geschäftsführer des Berufsförderungswerk Eckert, und Markus Johannes Zimmermann, Geschäftsführer der Dr. Eckert Akademie, freuen sich auf eine noch engere Zusammenarbeit

eine Brücke zur jeweiligen Ausbildungsrichtung. Für angehende Staatlich geprüfte Techniker geht es damit zum Beispiel an eine Projektdokumentation.

Es geht um den nachhaltigen Wissenstransfer, um branchenspezifisches Anwendungs-Know-how. Für Hildebrand steht fest: „Das spezielle Angebot der Eckert Schulen geht weit über das Microsoft-Zertifikat hinaus und ist eine echte Weiterqualifizierung, die dringend gebraucht wird.“ Nicht nur die Schüler erhalten einmalige Wettbewerbsvorteile im Bewerbungsrennen und Spezialwissen für den späteren Arbeitsalltag: Arbeitgeber suchen händeringend nach Fachkräften mit fundierten Word- oder Excel-Skills. „In nahezu jeder Stellenausschreibung werden MS-Office-Kenntnisse gefordert“, sagt

der CERTNET-Geschäftsführer. „Mit einem Microsoft-Zertifikat haben Personaler den Beleg schwarz auf weiß und können den Kenntnisstand auch verlässlich einordnen.“

Denn der Bedarf ist groß: 1.267 Stunden. So lange nutzt ein Arbeitnehmer durchschnittlich im Jahr Office-Software – laut einer Studie der „made in office GmbH“. Bei 72 Prozent der Bürozeit geht es um Text-Dokumente, Tabellenkalkulationen oder Präsentationen. Das Paradoxe: Gleichzeitig erhalten vier von fünf Mitarbeitern nicht genug Training für diese Standard-Programmsuite. „Damit ist die Arbeit der Eckert Schulen wegweisend und entspricht genau den Ansprüchen der modernen Arbeitswelt.“

PRÜFUNGSERGEBNISSE

Sommersemester 2017



Fachrichtung (m/w)	Prüfungsteilnehmer gesamt	davon bestanden	Prüfungsteilnehmer Reha	davon bestanden
Augenoptiker	9	9	9	9
Zerspanungsmechaniker	2	2	1	1
Qualitätsfachmann	18	18	17	17
Technische Produktdesigner	19	18	18	18
Bauzeichner	9	7	8	6
Fachkraft für Lagerlogistik	6	6	4	4
Fachlagerist	1	1	1	1
Kaufmann im Gesundheitswesen	6	6	6	6
Industriekaufmann	16	15	14	13
Fachinformatiker (Anwendungsentwicklung)	5	5	4	4
Fachinformatiker (Systemintegration)	4	4	3	2
IT-Systemkaufmann	1	-	1	-
Kaufmann für Büromanagement	10	10	9	9
Kaufmann für Spedition und Logistikdienstleistung	5	5	5	5
Personaldienstleistungsmann	5	5	5	5
Sport- und Fitnesskaufmann	6	6	6	6
Steuerfachangestellter	9	9	9	9
Elektroniker für Geräte und Systeme	9	9	5	5
Mediengestalter	15	15	15	15
Hotelbetriebswirt	15	15	2	2
Med.-techn. Laboratoriumsassistent	6	6	1	1
Med.-techn. Radiologieassistent	10	8	-	-
Pharm.-techn. Assistent (2. Prüfungsabschnitt im Febr. 18)	24	22	2	2
Bautechniker	30	29	16	15
Elektrotechniker	27	25	5	5
Techniker für Fahrzeugtechnik und Elektromobilität	22	22	4	4
Heizungs-, Sanitär- und Klimatechniker	25	24	4	4
Holztechniker	13	13	2	2
Techniker für Kunststofftechnik und Faserverbundtechnologie	18	17	-	-
Lebensmittelverarbeitungstechniker	40	38	8	8
Maschinenbautechniker	46	45	12	11
Mechatroniktechniker	10	10	4	4
Industrietechnologe	21	20	-	-
Summe Prüfungsteilnehmer	462	444	200	193
Bestehensquote		96,1%		96,5%

WIR HABEN DEUTSCHLANDS EXCEL-CHAMPION



Als bundesweit beste Absolventin der Microsoft-Office-Specialist-Prüfung (MOS) für Excel gewann Anna Blum den ersten Preis: Sie freute sich auf die Reise nach Anaheim (USA), eine Fahrt ins Disney Land und nicht zuletzt auf die Teilnahme an der internationalen MOS World-Championship.

„Ich war mir anfangs gar nicht bewusst, dass ich am Wettbewerb teilnehmen“, lacht Anna Blum. „Mein Ziel war das MOS-Zertifikat – jetzt sogar auf dem ersten Platz zu landen ist natürlich super!“ Drei Wochen lang bereitete sich die 22-jährige Münchnerin mit einem Seminar an den Eckert Schulen auf die Prüfung vor, die sie im eigens dafür zertifizierten Microsoft Office Testcenter des Berufsförderungswerkes Eckert erfolgreich absolvierte. Bewertet wurden im nationalen Vergleich Punktzahl und Zeit. In beiden Kategorien lag Anna Blum vorne – und mit diesen hervorragenden Prüfungsergebnis hieß es für sie: Erster Platz, Koffer packen. Es ging nach Anaheim (USA), ins Disney Land und zur internationalen MOS-Word-Championship.

„Bei der USA-Reise musste ich mich Gott sei Dank um nicht viel kümmern“, sagt Blum, „CERTNET regelte alles.“ Als zentrale Prüfungsstelle für die begehrten MOS-Zertifikate organisierte CERTNET die National-Ausscheidung. Von 30.7. bis 2.8. fand die Microsoft Office World Championship in Anaheim statt. Ein globaler Wettbewerb für Schüler, Berufsschüler und Studierende. „Zur Vorbereitung habe ich die Übungssoftware von Excel 2016 bekommen“, sagt sie. „Schon das unter der Schirmherrschaft des Berufsförderungswerkes Eckert durchgeführte Seminar bei Bernhard Paetzolt hat mich optimal vorbereitet –

außerdem stand bei der Reise der Spaß im Vordergrund – auch, wenn ich nicht gewonnen habe.“

„Wir freuen uns für Frau Blum und wünschen ihr viel Erfolg sowie spannende Tage in den USA“, sagte Manfred Petsch vor ihrer Reise. Er ist am Berufsförderungswerk Eckert als Microsoft Certified Trainer unter anderem für das MOS-Prüfungswesen und die Betreuung des Testcenters zuständig. Die diesjährigen Prüfungsergebnisse machen ihn besonders stolz, denn: Anna Blum ist im nationalen Vergleich nicht die einzige Regentauer Schülerin mit Spitzenresultaten. Auch Platz 5 und 6 sind von Teilnehmern der Eckert Schulen belegt. Damit ist auch das autorisierte Certiport Testcenter (ATC) deutschlandweit die beste Schule im Ranking-Vergleich.

Das Bildungskonzept des Berufsförderungswerkes verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz und durch das Testcenter ist es möglich die Zertifizierungsprüfungen direkt in das Ausbildungsgeschehen zu integrieren, und so das Portfolio der Teilnehmer aufzuwerten. Der professionelle Umgang mit Microsoft Office ist heute für die meisten PC-Anwender wichtiger denn je. Denn: Die Programm-Suite ist längst der Standard für Bürosoftware. Damit liegt klar auf der Hand: „Ein Nachweis dieser Kompetenz ist ein entscheidendes Kriterium für mehr Berufserfolg“, weiß Manfred Petsch.



Anna Blum

2

1

3

WIR BILDEN ZUKUNFT!®

PERSÖNLICHE BERATUNG:

 **09402 502-221**

 **www.eckert-schulen.de**



Mehr wissen, mehr Spaß:
facebook.com/eckertschulen, twitter.com/eckert_schulen,
xing.com/company/eckertschulen, instagram.com/eckert_schulen



BERUFSFÖRDERUNGSWERK ECKERT
GEMEINNÜTZIGE GMBH
Dr.-Robert-Eckert-Straße 3
93128 Regensburg