

## HILFSWERK SALZBURG

# KOMPETENZTAGE: LEHRLINGE STÄRKEN UND FÖRDERN

Der perfekte Start ins Berufsleben. Als Lehrling lernt man ein Unternehmen von Grund auf kennen und ist tagtäglich mit neuen Aufgaben konfrontiert. Um den Arbeitsalltag gut managen zu können, veranstaltete der Salzburger Verein zu Offener Jugendarbeit „*teilweise*“ ein Lehrlingsentwicklungsmodul für die Lehrlinge des Hilfswerk Salzburg.

16. September 2022. Vom Zeitmanagement über Stressprävention bis hin zu Eigenverantwortung erkennen: Die Themengebiete der Kompetenztage für Lehrlinge waren breit gefächert. Ziel des Moduls ist es, die Lehrlinge in ihrem Arbeitsalltag zu stärken. „Im privaten und im arbeitsbezogenen Umfeld kommt man immer wieder in Situationen, die einen herausfordern und Stress verursachen. Der Kurs soll dabei helfen, manche Vorgänge anders zu erkennen und zu verstehen“, so Oliver Binder, Gründer des Vereins „*teilweise*“. Dies wirke sich nicht nur positiv auf die Lehrlinge, sondern auch auf das gesamte Unternehmen aus.

„Ich fand es großartig, dass das Modul nicht wie ein Vortrag aufgebaut war, sondern eher wie ein Workshop und man auch miteinbezogen wurde“, erzählt Leonie Orgler. Sie ist in der Regionalstelle Pinzgau des Hilfswerks Salzburg im zweiten Lehrjahr in ihrer Ausbildung zur Bürokauffrau. „Viele Erwachsene haben nie gelernt, mit Stress richtig umzugehen. Bereits mit einfachen Übungen zur Reflexion können etwa Stressauslöser erkannt werden und eine Resilienz aufgebaut werden“, erklärt Susanne Zippenfening, Co-Gründerin des Vereins „*teilweise*“. „Etwas, dass ich mir von dieser Weiterbildung mitnehmen werde ist, dass es sehr wichtig ist auf sich und seinen Körper zu hören und dass jeder eine individuelle Form des Entspannens hat“, berichtet Leonie.



**BU:** Gemeinsam erarbeiteten die jungen Mitarbeiter/innen, was für sie Stress bedeutet.



**BU:** Oliver und Susanne vom Verein *teilweise* zeigten den Lehrlingen ein paar Übungen, um Stress zu reduzieren.



**BU:** Die Lehrlinge des Hilfswerk Salzburg lernten im Rahmen der Kompetenztage den Umgang mit Stress und Resilienz.

**BILDNACHWEIS:** Hilfswerk Salzburg

**RÜCKFRAGEN:**

Mag. Angelika Spraidler M.A. | Unternehmenssprecherin  
[a.spraidler@salzburger.hilfswerk.at](mailto:a.spraidler@salzburger.hilfswerk.at) | 0676 8260 8161