

Beispiele für Seminarabläufe

In der Balance bleiben

Einfühlsame Begegnung mit sich und anderen leben
2-Tages-Seminar

Klinikmitarbeiter sind heute besonderen Belastungen ausgesetzt. Das gilt vor allem für die Pflegenden. Schnelllebigkeit, Arbeitsverdichtung, kürzere Liegezeiten, Sparmaßnahmen, immer enger werdende Personalressourcen usw. erhöhen das Tempo in den Arbeitsabläufen, bei gleich bleibender Forderung nach Pflegequalität.

Um die Gesundheit und Leistungsfähigkeit der Mitarbeiter zu erhalten, müssen Präventionsprogramme von Seiten der Pflegeeinrichtungen, Verbände, Politik u.a. entwickelt und gestärkt werden.

Aber auch die eigene Verantwortung der Mitarbeiter zur bewussten Lebensführung sollten gefordert und gefördert werden, um die „Pflege“ in der Zukunft zu sichern!

Teilnehmer

MitarbeiterInnen aus medizinischen/pflegenden/beratenden Berufen

Inhalte und Ziele

Begriffsdefinition Gesundheit – Krankheit
Umgang mit Stress und anderen Belastungsfaktoren
Pathogenese – Salutogenese
Konzept der Salutogenese
Kohärenzgefühl und Gesundheit
Kohärenzgefühl/Kohärenzsinn
Work-Live-Balance
Selbst- und Fremdwahrnehmung
Selbstwertgefühl
Gesunderhaltungs-Ressourcen
Wahrnehmungsübungen
Körper-Gefühl-Geist
Persönlichkeitsmodelle – Interaktionsspiele
Praxisbeispiele – Transfer in den Berufsalltag
Wissenssicherung – Evaluation