

Resilienz stärken – Herausforderungen, Stress und Krisen leichter bewältigen

Erfahren Sie in diesem interaktiven Seminar, wie Sie Ihre psychische Widerstandsfähigkeit als Pflegende, Therapeuten, und Ärzte stärken können. Entdecken Sie die Bedeutung und Wichtigkeit der Resilienz für Ihre Regeneration und Ihr persönliches Wohlbefinden. Lernen Sie Strategien um Stress- und Krisensituationen leichter zu bewältigen. Erkennen Sie vielfältige Faktoren die Sie in ihrem individuellen Weg unterstützen und aktivieren Sie Ihre eigenen Ressourcen. Nutzen Sie kurze praxisnahe Übungen auch über diesen Workshop hinaus. Steigern Sie Ihre Belastbarkeit und Motivation im herausfordernden Klinik- und Berufsalltag.

Mit kurzem Einblick in die Zusammenhänge zwischen Neurobiologie und Resilienz.



Dozent

Ute Krämer
Mediatorin BM®,
Mimikresonanz®- Trainerin, Coach



Zielgruppe

Pflegepersonal
Therapeut*innen
Ärzte
MFA
Betreuungskräfte
Interessierte



Kursdauer

8 Unterrichtseinheiten



Teilnehmer

18



Kursgebühr

139,00 €



Kontakt und Anmeldung

Fort- Weiterbildung Kliniken
Südostbayern AG

0861-705-2382

fortbildung@kliniken-sob.de

Kurstermin	17.04.2024
Kurszeiten	09.00- 16.30 Uhr
Kursort	Bildungszentrum für Gesundheitsberufe Herzog- Friedrich- Str. 6, 83278 Traunstein