

Resilienz im Beruf - Resilienzförderung & Stärkung der eigenen Widerstandsfähigkeit

17.10.2024



8 UF

€

149,00 Euro (umsatzsteuerbefreit)



Magdeburg

Ansprechperson

Sabrina Epperlein Tel: 0391 5443485 Fax: 0391 5443486

E-Mail: magdeburg@wbs-schulen.de

Anschrift

WBS TRAINING SCHULEN gGmbH Magdeburg Maxim-Gorki-Straße 14 39108 Magdeburg

Jetzt buchen

Kursinhalte

Resilienz - die Fähigkeit, schwierige Situationen zu bewältigen - ist in der Pflege eine wichtige Voraussetzung für ein langes, gesundes Berufsleben. Sie bezeichnet die innere Widerstandskraft gegen belastende Situationen, angefangen vom alltäglichen Stress bis hin zu traumatisierenden Ausnahmesituationen wie z.B. dem Umgang mit Unfall- oder Gewaltopfern.

Aktuelles zur Weiterbildung

Lernziele

Unter dem Motto "Gelassen durch den beruflichen Alltag" erhalten Sie konkrete Tipps für ein stärkeres Selbstbewusstsein und Übungen für mehr Selbstbehauptung. Sie bekommen Handlungsempfehlungen, wie Sie auf Veränderungen und spezifische Herausforderungen reagieren können. Mit praktischen Übungen lernen Sie ihre persönliche Resilienz zu trainieren und ein individuelles Stress- und Energiemanagement zu entwickeln, das dabei hilft, den Pflegealltag besser zu meistern.

Zielgruppe

Mitarbeiter aus dem Gesundheitswesen

Hinweise zur Dauer

Teilnahmevoraussetzung

Perspektiven nach der Qualifizierung



Die Teilnehmer lernen Methoden und Techniken zum Aufbau der psychischen Widerstandsfähigkeit (Resilienz) kennen und können diese unmittelbar nach dem Seminar erfolgreich anwenden.

Inhalte

- ✓ Was ist Resilienz?
- ✓ Grundlagen zur Stärkung der persönlichen Resilienz am Arbeitsplatz
- ✓ Die 7 wichtigsten Resilienzfaktoren
- Selbstwirksamkeitserwartung
- ✓ Emotionale Selbstregulation
- ✓ Akzeptanz des Unveränderbaren
- ✓ Konzentration auf die anstehenden Aufgaben
- ✓ Problemlösungsorientierung
- ✓ Toleranz für Ungewissheit
- ✓ Beziehungsfähigkeit

Preisinformation

Weitere Seminare zu diesem Thema

https://www.wbs-schulen.de/weiterbildungen/



ANMELDEFORMULAR FÜR FORT- UND WEITERBILDUNGEN

✓ Ja, ich möchte mich anmelden!	✓ Finanzierung	
Titel der Weiterbildung* Termin* Preis*	Selbstzahler Arbeitgeber Raten ja nein monatlich quartalsweise	
Anmelde- undPrüfungsgebühren*	Förderung über QCG / Bildungsgutschein Andere Förderung	
□ Präsenzveranstaltung□ Online-Weiterbildung□ von zu Hause aus□ vom Standort aus□ Sonstiges:	Welche? ✓ Allgemeine Geschäftsbedingungen:	
Selbstlernmodul✓ Teilnehmerdaten:	Die AGB stellen in Verbindung mit der verbindlichen Anmeldung den Fortbildungsvertrag mit der WBS TRAINING SCHULEN gGmbH dar. Ich habe die ABB (S. 1 - 5) gelesen und erkläre mich mit meiner Unterschrift mit den AGB einverstanden. Der Auftraggeber ist verpflichtet, den festgelegten Preis inkl. Anmelde- und Prüfungsgebühr unaufgefordert an die WBS TRAINING SCHULEN gGmbH zu entrichten. Sollten die Kosten durch Dritte übernommen werden, ist eine Kostenübernahmeerklärung schriftlich vorzulegen. Die Informationen zum Umgang mit personenbezogenen Daten und die Prüfungsordnung habe ich zur Kenntnis genommen. Wenn Sie sich zu einer Veranstaltung der WBS TRAINING AG oder der WBS TRAINING SCHULEN gGmbH anmelden, nutzt die Gesellschaft, die Ihr Vertragspartner geworden ist, Ihre E-Mail-Adresse für Werbung für eigene, ähnliche Veranstaltungen. Sie können hiergegen jederzeit Widerspruch einlegen, z. B. per E-Mail an info@wbs-schulen.de. Details entnehmen Sie bitte der Datenschutzerklärung auf unserer Webseite wbs-schulen.de/datenschutz.	
Herr / Frau / Divers*		
Vor- und Nachname* Geburtsdatum* Straße*		
PLZ/Ort*		
Bundesland* E-Mail* Telefon*	Ja, ich möchte zukünftig über Bildungsthemen, Aktionen und Angebote von den WBS SCHULEN per E-Mail informiert werden. Meine Einwilligung kann ich jederzeit per E-Mail an newsletter@wbs-schulen.de oder per Abmeldelink im Newsletter widerrufen. Informationen zum Datenschutz finden Sie hier .	
✓ Wie sind Sie auf uns aufmerksam geworden?	✓ Anmeldung bitte an:	
Suchmaschine Empfehlung Zeitung / Verkehrsmittel Social Media Arbeitgeber Arbeitsagentur/Jobcenter Messe / Veranstaltung	WBS TRAINING SCHULEN gGmbH	
Online Portal		
Sonstiges	* Pflichtfelder	

WBS TRAINING SCHULEN gGmbH Lorenzweg 5, 12099 Berlin Amtsgericht Berlin-Charlottenburg: HRB 149909 Sitz der Gesellschaft: Berlin Geschäftsführer: Heinrich Kronbichler, Michael Grau

Steuer-Nr.: 29/125/60643

Bankverbindung: GLS Bank BIC: GENODEM1GLS IBAN: DE20 4306 0967 1225 3419 00



DQS-zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2015 Reg.-Nr. 015344 QM15 Zulassung nach AZAV Reg.-Nr. 015344 AZAV

KOSTENÜBERNAHMEERKLÄRUNG FORT-/WEITERBILDUNGSKOSTEN

WBS TRAINING SCHULEN gGmbH Team Fort- und Weiterbildung

	bis 5) wurden gelesen, insb ıng. Mit den AGB sind wir ei				
Ein Dritter/Kosten	träger übernimmt die Fort-/	Weiterbildungskosten für			
Vorname, Nachna	ıme				
Kurstitel		vom	bis		
Möchten Sie in Rate	n zahlen?				
nein	ja, monatlich	ja, quartalsweise			
Rechnungsadresse: ന	Die Rechnungsdaten müssen korrekt angegeb	en werden.)			
Firma					
Ansprechpartner/-in					
Straße		PLZ, Ort			
Tel.		E-Mail (Rechnung w	E-Mail (Rechnung wird nur digital versendet.)		
Datum	 Unterschrift Koste	enträger			

WBS TRAINING SCHULEN gGmbH Lorenzweg 5, 12099 Berlin Amtsgericht Berlin-Charlottenburg: HRB 149909

Sitz der Gesellschaft: Berlin Geschäftsführer: Heinrich Kronbichler, Michael Grau Steuer-Nr.: 29/125/60643 Bankverbindung: GLS Bank BIC: GENODEM1GLS IBAN: DE20 4306 0967 1225 3419 00

