



Seminarausschreibung

„Wer andere pflegt braucht selbst eine Kraftquelle“

ein Wohlfühlseminar für Helfer Teil I

Hat Ihre berufliche Laufbahn als Pflegekraft/ im sozialen Bereich auch so hoffnungsvoll begonnen?

Warum ich mich für die Arbeit in Pflege und/oder Betreuung entschieden habe? ...
„weil ich mit Menschen arbeite und ihnen helfen möchte und weil ich mich für Medizin interessiere. Ich kann meine Lebenserfahrung in meiner Arbeit einbringen, viel für mich selbst lernen und dabei Gutes tun“.

Ideale, die auf dem Prüfstand stehen, wenn wir viele Jahre in diesem Beruf tätig sind.

Wir glauben, sie versinken in Zeitdruck, Personalmangel, hohen Anforderungen durch Veränderungen der Aufgabenbereiche, Druck durch Umstellungen im Gesundheitswesen, Entwicklungen in der eigenen Lebensbiographie ...

Das Angebot dieses Tagesseminars Teil I ist, den Raum zu eröffnen zur Förderung und Überprüfung der eigenen Ziele, sie mit innerer Ruhe weiterhin zu verfolgen und nicht zu verzagen, den persönlichen Leitbildern treu zu bleiben, verloren geglaubte Ideale wieder zu entdecken und - unter den gegebenen realen Bedingungen - Kraft zu tanken, weiterhin „Gutes zu tun“.

Die Teilnehmergruppe sollte eine Vertrauensgruppe sein, damit jeder das Beste für sich mitnehmen kann. Meine Vertraulichkeit im Seminar ist garantiert.

Seminarinhalte

- Das Z-I-M-T Modell
- Stresstest
- Anleitung zur Entwicklung und Förderung des eigenen Potentials
- Bewältigungsstrategien für Angst und Stress als wichtige Werkzeuge der Selbstpflege
- Möglichkeiten zur Kräftigung der inneren Quelle mit vielen alltagstauglichen Ideen und Anregungen zur eigenen Weiterentwicklung – ein Überblick mit gezielten Vorschlägen

Seminar-Nr.	K/01/2221
Dauer	1 Tag
Zielgruppe	Pflegekräfte oder alle Mitarbeiter eines Bereichs
Ideale Gruppengröße	16 Teilnehmer, die eine Vertrauensgruppe bilden können
Methoden	Präsentation und Vortrag, Interaktion mit der Gruppe zum Thema, Erfahrungsaustausch und Analyse von Einzelsituationen, Visualisierung, Arbeit anhand von Fallstudien, praktische Übungen und situiertes Lernen mit dem Ziel Transfer an den Arbeitsplatz