

Bleib Cool - Souverän handeln in prekären Situationen

Inhalt / Ziele:

Der Duden definiert den Begriff „prekär“ folgendermaßen: „in einer Weise geartet, die es äußerst schwer macht, die richtigen Maßnahmen, Entscheidungen zu treffen, aus einer schwierigen Lage herauszukommen...“ Prekäre Situationen gehören damit zum Alltag in der Pflege: Personalknappheit, Überlastung, Situationen, in denen mehrere Menschen dringende Bedürfnisse oder Anforderungen äußern und es darum geht: Was jetzt zuerst? – während man/frau am liebsten nur noch schreiend davonlaufen möchte. Wie da cool bleiben? Und am besten möglichst auch noch empathisch und freundlich! Anhand praktischer Beispiele, die Sie bitte aus Ihrem Alltag mitbringen, werden wir folgende Themen behandeln:

- Welche Stressoren gibt es, was stresst mich persönlich besonders? • Was sind meine Muster, mit Stress umzugehen?
- Wie steuere ich mich selbst?
- Wie könnte ich das in Zukunft besser tun?
- Was hilft mir, um aufzutanken?
- Und wenn ich meine Ruhe mal verloren habe: Wie finde ich sie möglichst schnell wieder?

Mit diesen und anderen, von Ihnen eingebrachten Fragen, werden wir uns beschäftigen mit dem Ziel, Sie mit individuell nützlichem Handwerkszeug für künftige prekäre Situationen auszustatten.

Zielgruppe:

Pflegekräfte aus ambulanten und stationären Einrichtung der Altenhilfe

Als Aufbaumodul für Praxisanleiter/innen geeignet

Termin: 12.04.2019

Kursnummer: P/015/19

Zeit: 09:00 - 17:00 Uhr

Kursgebühr: 190,00 €

Ort: Caritas Bildungszentrum für
Gesundheits- und Sozialberufe
Landwehrstraße 66
80336 München

Kontakt: Carina Friedl
Landwehrstr. 66
80336 München
Tel: 089 / 55169-267

Referentin: Dr. Ruth Sander

carina.friedl@caritasmuenchen.de

www.caritas-institut.de