

Auswirkungen von COVID-19 auf unsere Widerstandskraft

Online-Seminar

COVID-19 kam für die gesamte Weltbevölkerung mit einer überraschenden Wucht, die uns in all unseren Lebensbereichen unterschiedlich stark getroffen hat. Die Auswirkungen auf unsere Klient*innen kann derzeit noch nicht genau abgeschätzt werden, jedoch steht fest, dass diese Pandemie an niemanden spurlos vorübergeht.

Wie können wir persönlich mit dieser Krise umgehen? Gehen wir gestärkt (resilienter) hervor oder kämpfen wir mit den Folgen? Wie können wir unsere KlientInnen wirksam unterstützen und psychische (Folge-)Erkrankungen abmildern?

Dieses online-Seminar widmet sich ganz der Förderung der inneren Widerstandskraft (unserer Resilienz), um Krisen, Hürden und Herausforderungen zu bewältigen.

Resilienz beinhaltet die individuelle Fähigkeit, Lebenskrisen ohne überdauernde psychische und/oder physische Beeinträchtigung zu überstehen. Jeder Mensch besitzt in unterschiedlichem Ausmaß diese Resilienz, welche durch bestimmte Einflüsse (innerer sowie äußerer) gestärkt oder geschwächt werden kann. Die wichtigste Botschaft ist, dass Resilienz ein Leben lang erlernbar und trainierbar ist. Ziel dieses Seminars ist daher die Vermittlung fundierten theoretischen Wissens mit dem Schwerpunkt auf Interventionsmethoden, die Sie in Ihrem beruflichen Alltag zur Stärkung der Resilienz einsetzen können.

Inhalte

Im Rahmen dieser Fortbildung werden

- die wissenschaftlichen Grundlagen zur Resilienzforschung und die Bedeutung für die psychologische Behandlung erläutert
- gezielte Interventionsmethoden vermittelt und Interventionsprogramme vorgestellt
- wird auf die Förderung der Resilienz bei traumatischen Erfahrungen eingegangen Das online-Seminar umfasst 3 Videokonferenz-Termine und 2 Aufgaben, die Sie selbständig während der Kurslaufzeit bearbeiten (insgesamt 10 Einheiten á 60 Minuten).

Methodik

Dieses Seminar wird online anhand von Forschungsergebnissen und praktischen Interventionsanleitungen für die Beratung und Behandlung von Gruppen und Einzelpersonen abgehalten. Die Einbeziehung der Erfahrungen der TeilnehmerInnen und die Möglichkeit der Reflexion von Fallbeispielen ist gegeben.

Zielgruppe

PsychologInnen, Klinische- und/oder GesundheitspsychologInnen, für Personen in therapeutischen oder beratenden Arbeitsfeldern.

ReferentIn

Mag.^a Ines Sindelar

Klinische Psychologin, Gesundheitspsychologin, Biofeedbacktherapeutin, seit 2016 in eigener Praxis tätig, online Beratung, zahlreiche Vortragstätigkeiten an diversen Institutionen, leitende Psychologin und Projektleiterin bei WIENER LERNTAFEL (bis 2019), langjährige Erfahrung in der Arbeit mit Kindern, Jugendlichen & Erwachsenen in unterschiedlichen Kontexten, mehrjährige Erfahrung in der Diagnostik, Beratung und Behandlung bei Kindern und Jugendlichen mit Migrationshintergrund. Themenfelder: Ängste, Burn-out, Depression, Krisen, Stressmanagement & Positive Psychologie.

Facts

Kosten

€195,- inkl. 10% MwSt.

Termine

17.09.2020 - 25.09.2020

10 - 14:20 Uhr

Anmeldeschluss

10.09.2020

Information & Anmeldung

pro mente Akademie GmbH
Grüngasse 1A, 1040 Wien
T +43 1 513 15 30 - 113
info@promenteakademie.at
www.promenteakademie.at