

Handlungskompetenz im Umgang mit Belastungssituationen am Arbeitsplatz

Mitarbeiter*innen in sozialen Einrichtungen sind heute besonderen Belastungen ausgesetzt. Schnellebigkeit, Arbeitsverdichtung, Sparmaßnahmen, enger werdende Personalressourcen, Einschränkungen durch Infektionsgeschehen (z.B. Covid19) u.a. m. erhöhen das Tempo, die Rahmenbedingungen, die Arbeitsabläufe, bei gleichbleibender Forderung nach Arbeits-Qualität.

Inhalte

Um die Gesundheit und Leistungsfähigkeit der Mitarbeiter*innen zu erhalten, müssen geeignete Präventionsprogramme von Seiten der Einrichtungen, Verbände, Politik u.a. entwickelt und gestärkt werden.

Aber auch die eigene Verantwortung der Mitarbeiter*innen zu einer bewussten Lebensführung sollten gefordert und gefördert werden, um die Gesunderhaltung der Betreuungspersonen und die Pflege, Begleitung, Versorgung und Betreuung der Klienten*innen, in der Zukunft zu sichern!

Ziele

Die Teilnehmer*innen kennen:

- die Definition von Krankheit und Gesundheit
- die eigenen Arbeits- und Belastungssituationen und die der „Anderen“
- die hinderlichen und förderlichen Faktoren im Umgang mit Belastungs-Situationen
- die individuellen Stressauslöser und Signale
- das Konzept der Salutogenese (A. Antonovsky)
- die Auswirkungen von Gefühlsstimmungen anderer auf die eigene Befindlichkeit und wirksamen Schutzstrategien
- Burnout Symptome, -Phasen, Umgangs- und Unterstützungsmöglichkeiten
- eigene Resilienzen (Widerstandsfaktoren) und deren Stärken
- Antistress- und Entschleunigungs-Strategien
- Tipps und Anregungen zur Inneren Balance

Methodik

Impulsvorträge, Testungen, Einzel- Paar und Gruppenarbeiten;

Interaktionsübungen, Selbst- und Fremdwahrnehmung, Zielvereinbarungen Dieses Seminar ist in Präsenz geplant – je nach aktuellen COVID-Vorschriften.

Sollte es nötig sein – im Fall von erneuten COVID-19-Verschärfungen – kann dieses Seminar auf eine Online-Version umgestellt werden.

Zielgruppe

Mitarbeiter*innen in sozialen Einrichtungen und Interessierte.

ReferentIn

Franz Völker, DGKP

Krankenpfleger, Heilpädagoge, Gruppentherapeut, System. Coach, Supervisor,
Mediator, Organisationsentwicklung Berufserfahrung in unterschiedlichen sozialen Bereichen

Facts

Kosten

€ 380,00 inkl. 10% MwSt.

Anmeldeschluss

27.01.2023

Ort

pro mente Akademie GmbH
Grüngasse 1A
1040 Wien

Termine

13.04.2023 - 14.04.2023
Do, Fr 09:00 - 17:00 (16 UE)

Anzahl der Teilnehmerinnen

mind. 10, max. 18 Personen

Information & Anmeldung

pro mente Akademie GmbH
Seidengasse 20/2, 1070 Wien
T +43 1 513 15 30 - 113
info@promenteakademie.at
www.promenteakademie.at