

Handlungskompetenz im Umgang mit Belastungssituationen am Arbeitsplatz

Mitarbeiter*innen in sozialen Einrichtungen sind heute besonderen Belastungen ausgesetzt. Schnelllebigkeit, 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

Zielgruppe

Mitarbeiter*innen in sozialen Einrichtungen und Interessierte.

ReferentIn

Franz Völker

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

Facts

Kosten

€ 380,00 inkl. 10% MwSt.

Anmeldeschluss

19.09.2022

Ort

pro mente Akademie GmbH
Grüngasse 1A
1040 Wien

Termine

03.10.2022 - 04.10.2022
Mo, Di 09:00 - 17:00 Uhr (16 UE)

Anzahl der Teilnehmerinnen

mind. 10, max. 18 Personen

Information & Anmeldung

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