BildungsZentrum und Personalentwicklung für Berufe im Gesundheitswesen

Wie mit Stress umgehen?

Fortbildung für Praxisanleitende

Die Tätigkeit in den Gesundheitsberufen zeichnet sich dadurch aus, dass oft unter hohem Zeitdruck gearbeitet werden muss. Ebenso müssen Entscheidungen unter eben diesem Druck getroffen werden, die sich im Nachhinein betrachtet als nicht sinnvoll erweisen können. Dies führt verständlicherweise zu dem Erleben von Stress mit dem gerade Auszubildende erst lernen müssen umzugehen. Bearbeitet werden die folgenden Inhalte:

- Verständnis von Stress: Ursachen, Auswirkungen und Entstehungsmechanismen
- Reflexion eigener Stressoren & Ressourcen zur besseren Selbstregulation
- Erwerb effektiver Strategien zur Stressprävention & -bewältigung
- Erkennen von Burnout-Symptomen und was ist dann zu tun?
- Achtsamkeits- und Entspannungsübungen

Zielgruppe
Praxisanleiter*innen aus allen pflegerischen Bereichen des Gesundheitswesens

Referentin
Dagmar Schäfer, Diplom-Berufspädagogin (FH), Master of Public Health, Kinderkrankenschwester, Systemischer Coach (ALH), Pain Nurse, Pain Nurse plus

Gesundheit Lippe GmbH	
Termin	07.04.2027
Zeit	8:30 – 16:00 Uhr
Ort	Bildungszentrum am Klinikstandort Detmold
	Berufspädagogischer Anteil (8h)

Anmeldung
Per Mail an das Bildungszentrum und Personalentwicklung für Berufe im Gesundheitswesen der Gesundheit Lippe GmbH

Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihr Geburtsdatum an. Vielen Dank!

Frau Schäfer, Tel.: 05231/72-2304, dagmar.schaefer@bzg-lippe.de

Gesundheit Lippe GmbH
Bildungszentrum und Personalentwicklung für Berufe im Gesundheitswesen
Röntgenstr. 18 32756 Detmold
info@bzg-lippe.de
www.bzg-lippe.de

Teilnehmergebühr: 150 €.
Für Praxisanleiter*innen der Klinikum Lippe GmbH ist die Teilnahme kostenfrei.

Für die Teilnahme können Fortbildungspunkte bei der Registrierung beruflich Pflegender (RbP) angerechnet werden.