

2510-040IF Resilienz - Die Kunst des positiven Abfederns - Aufbaukurs

Kursnr.:	2510-040IF
Beginn	Montag, 27.10.2025, 09:00 Uhr
Dauer	1 Tag, 4 UE
Kursort	Raum 16; EG; DIAKOVERE Akademie Gebäude Anna-von-Borries-Str. 7
Gebühr	99,00 € / DIAKOVERE Mitarbeitende: 0,00 €
Informationen	Zielgruppe: Pflegekräfte, Hebammen, Berufsgruppen aus der Behinderten- und Altenhilfe, Ergo- und PhysiotherapeutInnen, HeilerziehungspflegerInnen

In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit Ihre eigene psychische Widerstandsfähigkeit zu entdecken, zu stärken und pflegen zu lernen. Dieser Kurstag baut auf dem Gelernten aus "Resilienz - Die Kunst des positiven Abfederns" auf.

Inhalte/Lernziele

Aufgrund hohen äußeren und eigenen Anforderungen und den damit oftmals verbundenen Strukturvorgaben, verlernen wir, unsere eigene Handlungsfähigkeit zu erkennen, zu nutzen und zu wahren.

Diese wichtigen Ressourcen ermöglichen uns aktiv Einfluss auf unseren Arbeitsalltag zu nehmen, Druck zu mindern, die Kommunikation zu verbessern und Teambildung zu fördern.

Mit praktischen und theoretischen Übungen sollen Anregungen zur Handlungsfähigkeit entdeckt werden.

Methode

Praktische und theoretische Übungen
Kollegialer Austausch

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
27.10.2025	09:00 - 13:00 Uhr	Raum 16; EG; DIAKOVERE Akademie Gebäude Anna-von-Borries-Str. 7

[zur Kursdetail-Seite](#)