

HILFLOSE HELFER?

Resilienztraining für Ärzt*innen



Besonders in Heilberufen kommen Menschen sehr schnell an ihre energetischen Grenzen.

Psychische Erschöpfungszustände bis hin zu Burnout, sowie Beziehungs-, Lebens- und Sinnkrisen sind an der Tagesordnung. An unserem Impulstag vermitteln wir praxisbezogene, alltagstaugliche Strategien zur Stärkung der eigenen Resilienz.

Durch die Interaktion in einer Kleingruppe mit max. 12 Teilnehmer*innen besteht ausreichend Raum für individuelle Belange.

HILFLOSE HELFER?

Resilienztraining für Ärzt*innen



Inhalte:

- Positive Anthropologie: auch Therapeut*innen haben ein „Recht auf artgerechte Haltung“
- Hilflose Helfer*innen: Die schnellsten Wege in den Burnout – wer ist besonders gefährdet?
- „Reiß dich zusammen!“: destruktive Glaubenssätze erkennen und transformieren
- „Ich habe fertig!“: mein individuelles Belastungs- und Ressourceninventar
- „Heul doch!“: die Kraft der Emotionen nutzen
- Resilienz: wie stärken wir unser „Immunsystem der Psyche“?

DIE REFERENTEN

Resilienztraining für Ärzt*innen

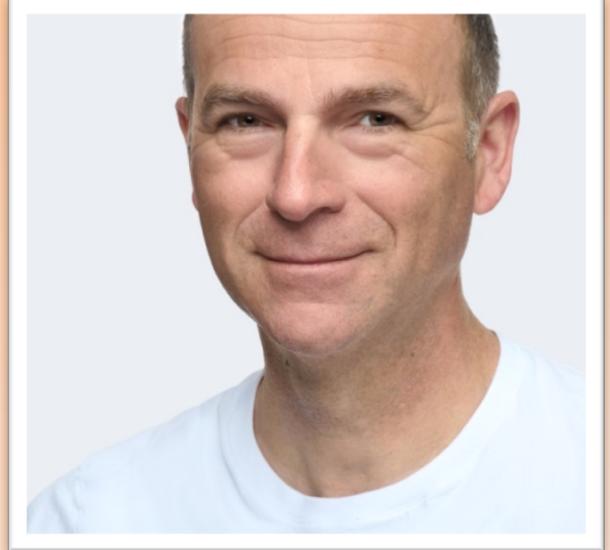


Dipl. Psych. Wolfgang Roth,

Wirtschaftspsychologe und
Therapeut

Buchveröffentlichung: *Die resiliente Führungskraft* (Springer Verlag)
Wolfgang Roth hat 2013 das „Institut für Resilienz“ gegründet und gilt als einer der führenden Experten in diesem Bereich. Mit seiner über 25jährigen Erfahrung in Stressmanagement, Burnout-Prävention und Resilienztraining unterstützt er Menschen empathisch und erfolgreich dabei, ihre Gesundheitskompetenz zu stärken.

www.institut-fuer-resilienz.de
www.wolfgang-roth.de



Dr. med. Klaus Engelhardt,

Arzt, Autor und Naturcoach:

Im Lauf seiner über 25jährigen Tätigkeit als Hausarzt und Komplementärmediziner ist Klaus Engelhardt zu der Überzeugung gelangt, dass wirkliche Gesundheit nur durch konsequente Nutzung eigener Ressourcen und Auflösung vorhandener Blockaden möglich ist.

Dabei kommt der Fähigkeit zur Selbstregulation, insbesondere im emotionalen Bereich eine zentrale Bedeutung zu.

www.gut-besser-gesund.de
www.bergheilt.net



Ort:

Werners Boutique Hotel,
Friedrichstr. 20/22,
90762 Fürth



Zeitfenster:

Freitag: 05.05.2023
09:00-17:00 Uhr



Investition:

190 Euro
(ohne Verpflegung),
Fortbildungspunkte
(BLÄK) sind beantragt



Anmeldung:

Anmeldung per mail an
info@gut-besser-gesund.de