

## Online-Seminar: Als pflegerische Führungskraft Stress bewältigen, resilient agieren (Modul ICH Seminar 3)

Probleme, Konflikte, Eskalation, Vertrauen, Empathie, Angst und kreative Lösungen in der Arbeit mit meinem Team

### Weiterbildung für Führungskräfte in der Pflege

Beginnen Sie die eigene Entwicklung als Führungskraft im Krankenhaus mit diesem Bestandteil der umfassenden Weiterbildung „Führungskraft Wertemanagement (CSMM)“. Dieses Online-Seminar ist das dritte von vieren aus dem Modul „ICH bleibe gesund und stark“. So erwerben Sie mit dieser Weiterbildungsmöglichkeit aus dem Fortbildungsprogramm der Caritas neue Kompetenzen im Selbstmanagement.

### Kompetenzen für Führungskräfte durch Wertemanagement

#### Die Inhalte des Online-Seminars sind:

- Analysieren und Verstehen des Stressgeschehens, für mich persönlich, im Team und in den Strukturen meines Hauses
- Situationen bewerten und Widerstandskräfte entwickeln – Resilienz als Konzept erlernen und anwenden
- Eine achtsame Haltung entwickeln – Achtsamkeit als liebende und nicht-wertende Aufmerksamkeit auf das Hier und Jetzt einüben
- Mit körperorientierten Entspannungstechniken für „hier und jetzt“ konkrete Übungen haben, die ich selbst einfach und schnell anwenden kann

Mit dem Abschluss dieser Weiterbildungsmöglichkeit Pflege wissen Sie viel mehr über das Stressgeschehen in Ihnen und anderen. Sie üben regelmäßig konkrete und bewährte Methoden der Entspannung, Aufmerksamkeit und Streßbewältigung. Auf dieser Basis bringen Sie mehr Leistung mit weniger Aufregung. So verbessern Sie Ihr Selbstmanagement in der Pflege. Der Leitfaden für Stresskompetenz zeigt Ihnen selbstwirksame Wege zu mehr Lebens- und Arbeitsqualität.

### Management und Führung

Sie verändern umfassend Ihre Haltung und Vorgehensweise und stärken so Ihre seelische Gesundheit.

Das Online-Seminar richtet sich an alle, die Aufgaben von Management und Führung in der Pflege wahrnehmen oder zukünftig mal wahrnehmen wollen. Beschäftigte in Gesundheits- und Sozialberufen, speziell hier die (angehenden) mittleren Leitungen, erlangen aktuelles Wissen und erweitern ihre Kompetenz von Führung und Leitung, Kommunikation, Teamentwicklung, Moderation, Präsentation, Motivation, Organisation und Prozessgestaltung.

### Zertifizierte Weiterbildung in der Pflege

#### Nummer

23722-045

#### Start

Jetzt buchen und werktags innerhalb von 24 Stunden starten. Sie haben dann 4 Wochen Zeit, das Seminar abzuschließen.

#### Zielgruppen

Leitungskräfte

#### Referent/in

##### Markus Classen

Diplom-Kaufmann mit Schwerpunkt Psychologie und Erwachsenenbildung

IHK-zertifizierter Coach

#### Teilnehmende (max.)

1000

#### Reduzierter Preis für Mitgliedsorganisationen

230.00 €

#### Normaler Preis für Externe

260.00 €

#### Bildungspunkte (ECTS)

1.60

#### Pflegepunkte (RbP)

12.00

#### Unterrichtsstunden

24

Weitere Informationen und Online-Anmeldung unter [www.caritascampus.de](http://www.caritascampus.de)

---

Dieses Modul schließen Sie mit dem Zertifikat „ICH bin resilient, entspannt und stresskompetent – Bestandteil der Online-Weiterbildung Führungskraft Wertemanagement (CSMM)“ ab.

## **Vielfältige Praxis-Kompetenzen**

Dieses Online-Seminar ist Bestandteil einer umfassenden Online-Führungskräfteentwicklung – bei Abschluss aller Module erhalten Sie zusätzlich das Zertifikat „Führungskraft Wertemanagement (CSMM)“.

Die Seminarinhalte werden nach der Anmeldung für vier Wochen freigeschaltet. Die Bearbeitungszeit kann mit durchschnittlich 24 Unterrichtsstunden angesetzt werden (24 Ustd./3 Tage). Anstelle von Präsenzphasen gibt es ausschließlich Selbstlernphasen.