



Resilienz am Arbeitsplatz im Gesundheitswesen stärken

Erhöhte psychische Belastung am Arbeitsplatz ist eine zunehmend beachtete Herausforderung, mit denen Arbeitnehmer konfrontiert werden. Berge an Dokumentationen bearbeiten, kurz ein Patientengespräch empathisch führen, spontane Umdisponierung des Dienstplanes berücksichtigen und zwischendurch noch schnell einen Notfall einschieben – um nur einige Aufgaben zu nennen, die oft fast gleichzeitig in knapp bemessener Zeit zu erledigen sind.

Um diesen Spagat meistern zu können, helfen gute Widerstandskräfte und hohe Belastbarkeitsgrenzen. Bedeutet, wer resilient ist, kann die alltäglichen Herausforderungen mit mehr Ruhe und Gelassenheit meistern.

An diesem Seminartag lernen Sie den Resilienzgedanken kennen. Es wird Ihnen gezeigt, welche Auswirkungen gute Resilienz auf Ihren Alltag und Ihr berufliches Umfeld hat. Darüber hinaus werden Ihnen Tipps zur Stärkung Ihrer Resilienz an die Hand gegeben, um so dem herausfordernden Alltag gelassener begegnen zu können.

Inhalte

- Was ist Resilienz?
- Resilienzmodelle kennenlernen – die 7 Säulen
- Selbstfürsorge als Baustein von Resilienz
- Auswirkungen von Resilienz für den beruflichen Alltag kennen und erkennen
- Tipps und Übungen zur Stärkung von Resilienz und deren Übertragung in den beruflichen Alltag

Zielgruppe

Interessierte Mitarbeitende aller Berufsgruppen aus dem Gesundheitsbereich

Format

Präsenzveranstaltung

Seminar-Kennung

167/25-03.11.

Termin und Uhrzeit

Montag, 03. November 2025

8:30 Uhr bis 16:00 Uhr

Ort

Rheinland Klinikum Grevenbroich,
Von-Werth-Straße 5,
41515 Grevenbroich,
Fachärzteezentrum, Raum 2

Referent

Maik Brockmeyer
Fachwirt Pflege, Coach, Supervisor

Kosten

*Mitarbeitende des Rheinlandklinikums
Neuss:*
170 €

Mitarbeitende der Kooperationspartner:
180 €

Sonstige Teilnehmende:
195 €

[Zur Homepage](#)