

Seminarangebot 2018

	<p><u>Stressmanagement in der Arztpraxis</u> <u>„Stress vermeiden – Stress abbauen – Burn Out verhindern“</u></p>
<p>Seminarbeschreibung</p>	<p>Das Seminar „Stress vermeiden – Stress abbauen – Burn Out verhindern“ gibt wertvolle Hinweise zur Vermeidung emotionaler Erschöpfung und zeigt Ihnen Möglichkeiten auf, individuelle Stresssituationen in Ihrem Arbeitsalltag rechtzeitig zu erkennen.</p>
<p>Seminarinhalte</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Standortbestimmung „Mein aktuelles Stressmanagement“ • Merkmale des Burn Out-Syndroms • meine Stressfaktoren • Reaktionen auf Belastungen • aktiver und passiver Stress • Leistungsdruck und Erfolgserwartung • Eigen-Zeit und Achtsamkeit • die Macht der Anerkennung • Kontrolle und Abgrenzung • Techniken und Methoden zur Stressregulierung
<p>Seminarziel</p>	<p>Ziel des Seminars ist es, dass die Teilnehmenden Handreichungen erhalten um den eigenen Stress zu managen. Zudem sollen die Teilnehmenden den eigenen Stresstyp und die persönlichen Stressfaktoren erkennen.</p> <p>Durch Methoden zur Stressbewältigung können die Teilnehmenden den Arbeitsbelastungen und dem inneren Druck gelassener begegnen.</p>
<p>Abschluss</p>	<p>Trägerbescheinigung</p>
<p>Mindestteilnehmeranzahl</p>	<p>6 Teilnehmende</p>
<p>Zielgruppe</p>	<p>MFA, Arzthelfer bzw. Arzthelferinnen</p>
<p>Seminartermin</p>	<p>21.02.2018 + 28.02.2018</p>
<p>Seminarort</p>	<p>campus MB gGmbH Neue Straße 26 26316 Varel</p>
<p>Seminarzeit</p>	<p>Jeweils von 15:00 Uhr bis 18:15 Uhr</p>
<p>Seminarumfang</p>	<p>8 Unterrichtseinheiten (1 Unterrichtseinheit = 45 Minuten)</p>
<p>Seminargebühr</p>	<p>80,00 Euro</p>
<p>Bemerkungen</p>	<p>Diese Leistungen sind umsatzsteuerfrei gemäß § 4 Nr. 22 UStG.</p>