

# Resilienz für Krisen im beruflichen Alltag

Kennziffer: W650724  
Termin: 24.04.2024 Online  
Seminargebühr: 395,- EUR inkl. MwSt.

## Teilnehmer

Name \_\_\_\_\_  
Firma / Institution \_\_\_\_\_  
Straße / Nr. \_\_\_\_\_  
PLZ / Ort \_\_\_\_\_  
E-Mail \_\_\_\_\_  
Telefon \_\_\_\_\_

## Rechnungsdaten

Ich zahle selbst  Mein Arbeitgeber zahlt

Firma / Institution \_\_\_\_\_  
**Ansprechpartner**  
Name \_\_\_\_\_  
E-Mail \_\_\_\_\_  
Straße / Nr. \_\_\_\_\_  
PLZ / Ort \_\_\_\_\_

- Ich beantrage Fortbildungspunkte (Psychotherapeuten Kammer Hessen).  
 Ich habe die Anmelde- & Rücktrittsbedingungen gelesen und stimme ihnen zu.  
 Ich habe die Datenschutzbestimmungen auf der I:P:Bm-Homepage gelesen und akzeptiert - [www.i-p-bm.com/datenschutz](http://www.i-p-bm.com/datenschutz)

Datum / Unterschrift \_\_\_\_\_

# WORKSHOP

## Resilienz für Krisen im beruflichen Alltag

Termin: 24.04.2024 Online

Die Teilnehmenden des Seminars lernen die Vorgänge bei erhöhtem Stress bis hin zum Krisenerleben kennen. Sie lernen, wie ihnen die Resilienz dabei helfen kann, einen guten Umgang damit zu finden. Das Seminar eignet sich gut als Ergänzung zu unseren Seminaren „Psychologische Deeskalation“ und „Umgang mit psychisch auffälligen Personen“. Zudem ist das Seminar ein Bestandteil des Zertifikates zum Psychologischen Scout.

Dieses Seminar kann auch als **Inhouse-Veranstaltung** bei Ihnen vor Ort gebucht werden. Gerne können Sie uns für ein unverbindliches Angebot kontaktieren.

### Inhalte

Neben steigenden beruflichen Herausforderungen haben auch weltweite Krisen einen Einfluss auf unser Stresserleben. Dies führt zu mehr Herausforderungen, Konflikten und Krisen, denen wir im beruflichen Alltag begegnen. Dadurch stoßen wir immer öfter an unsere Grenzen. Durch die Arbeit mit kriminalpsychologischen Inhalten sind wir es gewohnt, mit Extremsituationen umzugehen. Dieses Wissen wollen wir in diesem Seminar weitergeben. Ebenso möchten wir dem Wunsch vieler Teilnehmenden nachgehen: Wie kann ich resilient durch Krisen gehen? Wie kann ich dieses Wissen in meinen beruflichen Alltag integrieren? Wie kann ich trotz der alltäglichen Krisen den beruflichen Anforderungen gerecht werden? Wir suchen gemeinsam mit Ihnen Antworten auf diese Fragen.

Im Rahmen des Seminars wird anhand kurzer Inputs und vieler praktischer Übungen der Resilienz im beruflichen Alltag auf den Grund gegangen.

### Themenschwerpunkte:

- Emotionales Krisenerleben, was passiert mit uns?
- Stressregulation, warum Stressmanagement ein wichtiger Bestandteil im beruflichen Alltag ist

- Resilienz, wie kann sie uns im beruflichen Alltag helfen?
- Die 7 Säulen der Resilienz anhand von Übungen erlernen und praktisch anwenden können

### **Zielgruppe**

Das Seminar richtet sich an alle Personen, die im beruflichen Alltag mehr Resilienz aufbauen möchten. Es ist kein Train-the-Trainer-Seminar, sodass Trainer\*innen und andere Referent\*innen nicht zugelassen werden.

## **Ort / Zeiten**

**Termin:** 24.04.2024

**Veranstaltungsort:**

Live-Web-Seminar, Beginn 09:00 Uhr / Ende 16:00 Uhr

ONLINE Online

### **Uhrzeiten**

Beginn: 09:00 Uhr – ca. 16:00 Uhr

Dauer: 8x 45 Minuten Unterrichtseinheiten zzgl. Pausen

## **Anmeldung / Preise**

Sie können sich bei diesem Seminar nur mit unterschriebenem Anmeldeformular per Fax, per E-Mail oder postalisch bei uns verbindlich anmelden. Danach erhalten Sie von uns per E-Mail eine Bestätigung Ihrer Anmeldung sowie eine Rechnung. Bitte berücksichtigen Sie, dass ein Anspruch auf einen Teilnehmerplatz erst nach Eingang der vollen Teilnahmegebühr des jeweils fälligen Tarifs besteht.

Die maximale Teilnehmer\*innenzahl beträgt 20 Personen (Präsenzschulung) und 12 Personen (Live-Web-Seminar). Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt.

### **Rücktrittsbedingungen**

Bei Stornierungen ab vier Wochen vor der Veranstaltung berechnen wir die Hälfte der Teilnahmegebühren für den Verwaltungsaufwand. Bei Stornierungen ab einer Woche vor der Veranstaltung berechnen wir die volle

Teilnahmegebühr. Ein Ersatzteilnehmer bzw. eine Ersatzteilnehmerin kann selbstverständlich immer gestellt werden.

Das Seminar findet ab einer Teilnehmer\*innenzahl von 12 Personen (Präsenzschiilung) und 6 Personen (Live-Web-Seminar) statt. Spätestens vier Wochen (Präsenzschiilung) bzw. eine Woche (Live-Web-Seminar) vor Beginn des Workshops verpflichten wir uns, Sie im Fall einer Absage per E-Mail zu informieren. Bei Ausfall eines Referenten bzw. einer Referentin sind wir bemüht, fachlich adäquaten Ersatz zu stellen.

### Unser Tipp!

Es kann immer etwas Unvorhergesehenes passieren. Damit Sie im Krankheitsfall oder beim Abbruch Ihres Seminars (auch bei einem Live-Web-Seminar) bei den Stornierungskosten finanziell abgesichert sind, empfehlen wir Ihnen den Abschluß einer zuverlässigen Seminar-Schutz-Versicherung.

Sie können dabei auch Ihre Reisekosten mitversichern.

Hier gleich die Versicherung online abschließen



### Fortbildungspunkte

Gerne beantragen wir für **Mediziner und Psychotherapeuten** bei der Psychotherapeutenkammer Fortbildungspunkte. In der Regel sind unsere Seminare nach Zertifizierung mit 16 Punkten akkreditiert. Wir bitten Sie, Fortbildungspunkte *8 Wochen vor Veranstaltungstermin* bei uns zu beantragen. Da nicht alle Veranstaltungen automatisch akkreditiert werden, kann bei einer zu kurzfristigen Anfrage oder nach einer Veranstaltung keine Akkreditierung mehr erfolgen.

### Seminargebühr

**395,- EUR inkl. MwSt.**

Teilnahmegebühr für 1-tägiges Live-Web-Seminar, max. 12 Teilnehmer\*innen.

Bei Buchungen über firmeninterne Bestell- und Lieferantensysteme (z. B. Ariba) oder Rechnungsstellung über externe Plattformen

(z. B. MyGuichet) erheben wir eine zusätzliche Bearbeitungsgebühr von **50,- EUR zzgl. MwSt.** pro Bestellvorgang.

Wichtig bei unseren Live-Web-Seminaren:

Da unsere Live-Web-Seminare sehr lebendig und interaktiv gestaltet sind, ist eine Teilnahme nur mit eingeschalteter Kamera möglich! Bitte haben Sie Verständnis, dass eine Teilnahme ohne eingeschalteter Kamera zum Ausschluss führen kann.

Das Seminar ist Bestandteil des Zertifikates

## "Psychologischer Scout"

Nach der Teilnahme an drei Seminaren aus dem jeweiligen Themenbereich können Sie das entsprechende Zertifikat erwerben. Für die Ausstellung und Zusendung des Zertifikates berechnen wir eine Bearbeitungsgebühr von 48,- EUR inkl. MwSt.

## Referenten



### **Elena Tinkloh, M.Sc. Psychologie, Psychologische Psychotherapeutin in klinischer Verhaltenstherapie**

Elena Tinkloh verfügt über langjährige Erfahrung im therapeutischen und psychologischen Beratungssetting. Zunächst arbeitete sie primär im forensischen Kontext mit Sexualstraftätern und substanzabhängigen Personen und erstellte Behandlungsgutachten (Zusatzqualifikation der „deliktorientierten Einzeltherapie“). Später arbeitete sie verstärkt mit substanzabhängigen und psychisch belasteten Jugendlichen. Aktuell arbeitet sie als Honorarkraft in der Hochschulambulanz für Psychotherapie und Neuropsychologie. Ihre Fachrichtung ist klinisch-behaviorale Verhaltenstherapie. Als selbstständige Psychologin arbeitet sie Online Kurse aus, die fachübergreifend Aspekte der Tanztherapie, narrativen und Kunstpsychologie miteinander vereinen.

In ihrer Freizeit ist sie begeisterte Taijiquan Studierende. Für I:P:Bm führt sie Trainings zu den Themen „Umgang mit psychisch auffälligen Personen“ und „Psychologische Deeskalation“ durch.