

Empathie und Belastbarkeit – Mit Humor den professionellen Alltag meistern

In vielen Berufen wird einerseits Einfühlungsvermögen gefordert und andererseits die Fähigkeit zur Abgrenzung. Humor hilft, diesen Spagat zu meistern. Denn er ermöglicht Nähe und Distanz gleichzeitig. Damit ist er ein wesentlicher Faktor für professionelle Selbstregulation und gesundheitliche Fürsorge.

Gerade in sozialen und pflegerischen Berufen sind Mitarbeiter starken physischen und psychischen Belastungen ausgesetzt. Wenn es nicht gelingt, diese Anspannung selbstfürsorglich zu regulieren, können innere Kündigung und Burnout die Folge sein. Humor wirkt hier als Bewältigungsmittel. Er trägt zum Wohlbefinden und zur Aufrechterhaltung der Kraft bei.

Meistens ist es für die Mitarbeiter wichtig, sich mit Patienten, Klienten etc. zu verbinden. Sie benötigen Kontakt mit anderen Menschen, um ihre Aufgabe erfüllen zu können. Humor hilft, diese Verbindung herzustellen oder zu vertiefen ohne mit den anderen Menschen zu verschmelzen. So ist Mitgefühl und Resilienz möglich.

In diesem erlebnisorientierten Vortrag lernen Sie Techniken kennen, mit denen Sie vertrauensvolle Kontakte herstellen und gleichzeitig selbstfürsorglich-belastbar bleiben. Sie erfahren, wie sie einerseits Stress und Konflikte meistern und andererseits für Ihr Wohlbefinden sorgen können.

Ihr Ansprechpartner:

Sie haben Fragen oder möchten sich unverbindlich informieren?

Sie wollen einen Vortrag buchen, wissen aber noch nicht so genau, wie dieser inhaltlich gestaltet sein soll?

Dann rufen Sie Jan-Rüdiger Vogler unter der Telefonnummer +49 40 23 55 64 02 an oder schreiben Sie eine E-mail an vogler@rollenwexel.de.

Gemeinsam finden wir den Vortrag, der zu Ihren Wünschen passt.