

**Psychosoziale Prävention und
Kollegiale Unterstützung (Peer Support)
bei besonderen Belastungssituationen
und schwerwiegenden Ereignissen im
Gesundheitswesen**

**Offene Seminarangebote
des gemeinnützigen
PSU-Akut e.V.**

2022

PSU-Akut e. V. · Adi-Maislinger-Straße 6-8 · 81373 München

Tel. +49 89 890 509 22 · www.psu-akut.de

Mit freundlicher Unterstützung durch:



Kollegiale Unterstützung (Peer Support) - Interventions-Modul I „Grundlagen und Einzelinterventionen“ [zwei Tage]

Ansatzpunkt:

Alle Mitarbeitenden im Gesundheits- und Rettungswesen können im Rahmen ihrer beruflichen Tätigkeit mit Ausnahmesituationen (z. B. COVID 19) bzw. schwerwiegenden Ereignissen (z. B. Lebensgefahrssituationen, Suizidalität, Fehler, dramatische Todesfälle) konfrontiert werden. Derartige Ereignisse stellen auch für routinierte Mitarbeitende eine große Herausforderung dar und wirken sich nachhaltig auf Motivation, Arbeitsfähigkeit und Gesundheit aus. Das Präventionskonzept der „Kollegialen Unterstützung (Peer Support)“ bietet für Betroffene im Ereignisfall niederschwellige, kompetente Hilfe und vermittelt bei Bedarf weiterführende Hilfsangebote.

Zielsetzung:

Ziel der Ausbildung (Modul I) ist, den Teilnehmenden Grundkompetenzen im Umgang mit Belastungen im Kontext schwerwiegender Ereignisse sowie in der kollegialen Unterstützung (Peer Support) zu vermitteln. Der Fokus liegt hierbei auf Akutinterventionsangeboten mit ein oder zwei betroffenen Kolleg*innen.

Zielgruppe:

Pflegekräfte, Ärzt*innen, Medizinische Fachangestellte, Mitarbeitende im Gesundheitswesen

Schwerpunkte:

- Informationen zur Ausbildung
- Kennenlernen und Erwartungen
- Grundlagen der Psychosozialen Unterstützung (PSU)
- Stress, Belastung, Copingstrategien
- Schwerwiegende Ereignisse und besondere Belastungssituationen
- Verlauf posttraumatischer Symptomatik
- Gesprächsführung mit betroffenen Kolleg*innen
- Grundlagen und Rahmenbedingungen für die Kollegiale Unterstützung (Peer Support)
- PSU-Interventionsmodelle
- Einzelgespräche/-interventionen - *Praktische Übungen/Verhaltenstraining*
- Ansatzpunkte für Prävention
- Reflexion und Abschluss

Termine:

01. und 02.04.2022 27. und 28.04.2022 07. und 08.10.2022 (09.00h bis 17.00h)

Teilnahme:

- 640.- € (inklusive Seminarunterlagen und Seminarverpflegung)
- Bei der Bayerischen Landesärztekammer (BLÄK) sind für dieses Modul CME-Punkte beantragt.
- Es gelten die AGB des PSU-Akut e.V. Diese sind unter www.psu-akut.de einsehbar.

Veranstaltungsort:

Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW)
Helmholtzstr. 2, 80636 München, Konferenzraum EG

Anmeldung bitte über unser Anmeldeformular auf www.psu-akut.de

Kollegiale Unterstützung (Peer Support) - Interventions-Modul II „Vertiefung und Gruppeninterventionen“ [zwei Tage]

Ansatzpunkt:

Alle Mitarbeitenden im Gesundheits- und Rettungswesen können im Rahmen ihrer beruflichen Tätigkeit mit Ausnahmesituationen (z. B. COVID 19) bzw. schwerwiegenden Ereignissen (z. B. Lebensgefahrssituationen, Suizidalität, Fehler, dramatische Todesfälle) konfrontiert werden. Derartige Ereignisse stellen auch für routinierte Mitarbeitende eine große Herausforderung dar und wirken sich nachhaltig auf Motivation, Arbeitsfähigkeit und Gesundheit aus. Das Präventionskonzept der „Kollegialen Unterstützung (Peer Support)“ bietet für Betroffene im Ereignisfall niederschwellige, kompetente Hilfe und vermittelt bei Bedarf weiterführende Hilfsangebote.

Zielsetzung:

Ziel des Modul II ist, den Teilnehmenden praxisrelevante Grundkompetenzen in Gesprächsführung und Kollegialer Unterstützung (Peer Support) zu vermitteln. Der Fokus liegt hierbei auf Akutinterventionsangeboten für betroffene Teams oder Gruppen (PSU-Kurzbesprechung, PSU-Nachbesprechung).

Zielgruppe:

Pflegekräfte, Ärzt*innen, Medizinische Fachangestellte, Mitarbeitende im Gesundheitswesen, Psychosoziale Fachkräfte

Teilnahmevoraussetzung:

Voraussetzung für die Teilnahme am Modul II ist die erfolgreiche Teilnahme am Modul I oder eine vergleichbare Qualifikation (z. B. Ausbildung im Bereich PSNV-E).

Schwerpunkte:

- Informationen zur Ausbildung
- Kennenlernen und Erwartungen
- Schwerwiegende Ereignisse und besondere Belastungssituationen
- Weiterführende Hilfen bei schwerer Belastung und Traumafolgestörungen
- Einzelgespräche/-interventionen - *Praktische Übungen/Verhaltenstraining*
- Arbeit mit Teams/Gruppen
- PSU-Kurzbesprechung - *Praktische Übung/Verhaltenstraining*
- Grundlagen und Rahmenbedingungen für die Kollegiale Unterstützung (Peer Support)
- PSU-Nachbesprechung - *Praktische Übung/Verhaltenstraining*
- Aufgaben und Unterstützungsmöglichkeiten der gesetzlichen Unfallversicherungsträger
- Ansatzpunkte für Prävention
- Reflexion und Abschluss

Termine:

29. und 30.04.2022 29. und 30.06.2022 23. und 24.11.2022 (09.00h bis 17.00h)

Teilnahme:

- 640.- € (inklusive Seminarunterlagen und Seminarverpflegung)
- Bei der Bayerischen Landesärztekammer (BLÄK) sind für dieses Modul CME-Punkte beantragt.
- Es gelten die AGB des PSU-Akut e.V. Diese sind unter www.psu-akut.de einsehbar.

Veranstaltungsort:

Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW)
Helmholtzstr. 2, 80636 München, Konferenzraum EG

Anmeldung bitte über unser Anmeldeformular auf www.psu-akut.de

Kollegiale Unterstützung (Peer Support) – Multiplikator*innen-Modul „Kurzschulungen und Unterweisungen“ [ein Tag]

Ansatzpunkt und Zielsetzung:

Das Multiplikator*innen-Modul zielt darauf ab, ausgebildete Peers und Psychosoziale Fachkräfte in der Durchführung von Kurzschulungen und Informationsveranstaltungen zu unterstützen sowie hierfür geeignete PSU-Arbeits- und Informationsmaterialien zur Verfügung zu stellen. Gemeinsam mit den Teilnehmenden werden Anwendungsfälle besprochen, konkrete Umsetzungsmöglichkeiten erarbeitet und praktisch erprobt.

Zielgruppe:

Pflegekräfte, Ärzt*innen, Medizinische Fachangestellte, Mitarbeitende im Gesundheitswesen, Psychosoziale Fachkräfte

Teilnahmevoraussetzung:

Die Teilnahme am Multiplikator*innen-Modul setzt eine PSU-Ausbildung (Interventions-Modul I und/oder Interventions-Modul II) voraus.

Schwerpunkte:

- Informationen zum Ausbildungsmodul
- Kennenlernen und Erwartungen
- Erfahrungsaustausch
- Vertiefung/Wiederholung
- Schwerwiegende Ereignisse und besondere Belastungssituationen
- Grundlagen und Rahmenbedingungen „Peer Support“
- Planung von Kurzschulungen, Informationsveranstaltungen und Unterweisungen
- Multiplikator*innen-Toolbox
 - *PSU-Videos*
 - *ppt-Präsentation*
 - *Materialien*
- Erarbeitung konkreter Umsetzungsmöglichkeiten
- *Praktische Übung/Unterrichtsvortrag*
- Reflexion und Abschluss

Termine:

01.07.2022 25.11.2022 (09.00h bis 17.00h)

Teilnahme:

- 320.- € (inklusive Seminarunterlagen und Seminarverpflegung)
- Bei der Bayerischen Landesärztekammer (BLÄK) sind für dieses Modul CME-Punkte beantragt.
- Es gelten die AGB des PSU-Akut e.V. Diese sind unter www.psu-akut.de einsehbar.

Veranstaltungsort:

Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW)
Helmholtzstr. 2, 80636 München, Konferenzraum EG

Anmeldung bitte über unser Anmeldeformular auf www.psu-akut.de

Seminar „UND WIE GEHT´S DIR, DOC?“

Resilienz stärken – Freude am Arztberuf erhalten [drei Tage]

Brennen ja, ausbrennen nein! - Leben Sie noch Ihren Traumberuf?

Ansatzpunkt:

Oder kostet Ihr Beruf Sie derzeit übermäßig viel Kraft mit hoher Verantwortung, rechtlichem und finanziellem Druck, ethischen Dilemmata oder Angst vor Fehlern und Überlastung? Was ist nach zwei Jahren Pandemie übriggeblieben oder offen? Weil unser Beruf sehr vielfältige Kompetenzen erfordert, ist ein besonderes Stressmanagement nötig. Die Neufassung des Genfer Gelöbnisses appelliert an ein neues ärztliches Selbstverständnis und mehr Selbstfürsorge: „*Ich werde mich um meine eigene Gesundheit und mein Wohlergehen kümmern*“. So hat Medizin immer etwas mit einem selbst zu tun: je konkreter das bedacht wird, um so professioneller kann Stressmanagement gelingen. Krisen können auch als Chance verstanden werden.

Dieses Seminar bietet einen geschützten Rahmen, um sich mit anderen ärztlichen Kolleg*innen über die speziellen Belastungen, Moral Distress und Herausforderungen auszutauschen. Sie erfahren, welche typischen Überlastungsanzeichen ein „Burnout“ ankündigen. Mit diesem Wissen können Sie sich selbst besser einschätzen – ein wichtiger Schritt Richtung Prävention. Außerdem werden bisherige Denk- und Verhaltensweisen auf ihre Stresswirkung überprüft. Sie erproben alternative Strategien, lernen verschiedene Entspannungs- und Mental-Methoden kennen. Das Ziel des abwechslungsreichen Seminars ist, Ihre Resilienz zu stärken und sich die Freude am Arztberuf auf lange Sicht zu erhalten.

Ein Auffrischungstag mit allen interessierten Seminarteilnehmende nach einem halben Jahr bietet die Gelegenheit zur weiteren Vertiefung und langfristigen Verankerung.

Zielgruppe:

Ärzt*innen aus allen Bereichen des Gesundheitswesens

Schwerpunkte:

- Erkenntnisse aus der Sinnforschung - Impulse zur Reflexion und Orientierung
- Geschichte und Konzeptualisierung des Burnoutbegriffs, Überleben in der Postmoderne
- Einführung in subjektives Stresserleben und individuelle Auswirkungen
- Grundlagen einer gesundheitsförderlichen Zeitnutzung oder Veränderung der Zeitwahrnehmung im Achtsamkeitstraining
- Umgang mit eigenen Schattenthemen - Dosierte Anpassung der eigenen Abgrenzung und Aufbau von selbstfürsorglicher Konfliktfähigkeit
- Spiritualität - Problem oder Ressource?
- *Praxiseinheiten*
 - *Meditatives Bogenschießen*
 - *Achtsamkeitsübungen*
 - *Yoga*
 - *Orgelmeditation*

Yogamatte/Decke, kleines Kissen, warme bequeme Kleidung und Socken sind sinnvoll.

Termin:

19.05.2022 - 22.05.2022

Anreise am 19.05.2022 ab 14.00h, Beginn 17.15h - Seminarende am 22.05.2022 um 13.00h

Teilnahme:

- 850.- € für Ärzt*innen in Weiterbildung, 900.- € für Fachärzt*innen (inklusive Übernachtung und Verpflegung)
- Bei der Bayerischen Landesärztekammer (BLÄK) sind CME-Punkte beantragt. Es gelten die AGB des PSU-Akut e.V. Diese sind unter www.psu-akut.de einsehbar. Es werden die aktuellen Vorgaben des Infektionsschutzgesetzes beachtet.

Seminar „UND WIE GEHT´S DIR, DOC?“

Resilienz stärken – Freude am Arztberuf erhalten [drei Tage]

Brennen ja, ausbrennen nein! - Leben Sie noch Ihren Traumberuf?

Seminarort:

Bildungshaus Sankt Martin, Kloster der Missions-Benediktinerinnen, Klosterhof 8
82347 Bernried am Starnberger See

Referent*innen-Team:

- Prof. phil. Dr. med. Andreas Hillert
Chefarzt für Psychosomatik und Psychotherapie Schön Klinik Roseneck,
Privatdozent für Klassische Archäologie
- Prälat Hans Lindenberger
Seelsorger, Prälat, ehemaliger Caritas-Direktor
- Dr. med. Andreas Schießl
Klinik-Oberarzt für Anästhesiologie und Intensivmedizin, Strategischer Coach,
Vorstand PSU-Akut e.V.
- Annemarie Schwarz
Ärztin, Coach, Trainerin für Achtsamkeit/ (MBSR), Medizinjournalistin
- Dr. med. Stefan Ueing
Facharzt für Psychosomatik und Psychotherapie in eigener Praxis, Achental

Anmeldung bitte bis spätestens 22.03.2022 über unser Anmeldeformular auf www.psu-akut.de



Durch die Unterstützung des Marburger Bund Bayern in Höhe von 2.500 € können wir den Teilnehmendenbeitrag inkl. Verpflegung und Übernachtung reduzieren.