

1. Resilienz

„Die Kunst, **Probleme als Geschenk** zu betrachten.“



Das Thema Resilienz, findet immer mehr Interesse in Management und Personalführung. Als Teil der Salutogenese Forschung zeigt es, wozu Menschen fähig sind und welche erstaunlichen Möglichkeiten zur Widerstandsfähigkeit und ständigen Neuorientierung, in uns verborgen sind.

Als Resilienz wird die Fähigkeit bezeichnet, sein inneres Gleichgewicht wieder zu finden und zu erhalten. Resiliente Menschen sind in der Lage aus Krisensituationen gestärkt hervorzugehen und sich nicht als Opfer zu sehen.

Selbstvertrauen bedeutet dabei nicht gleichzeitig, auch selbstbewusst zu sein, um Krisen allein zu meistern.

Die 7 Säulen der Resilienz.

1. **Optimismus:** Eigene Ressourcen so einsetzen, dass aus einer Krise ein Erfolg und eine positive Erkenntnis entsteht.
2. **Akzeptanz:** Die Krise wird erkannt und angenommen. Das ist die Basis für die Lösungsentwicklung.
3. **Lösungen finden:** Die Art der Lösung, hängt dabei immer von den Zielen und Erwartungen der Person ab.
4. **Verlassen der Opferrolle:** Die Aufmerksamkeit richtet sich nicht auf andere Personen und Umstände. (Schuldfrage!) Eine resiliente Person setzt sich mit der Situation aktiv auseinander und prüft welche Möglichkeiten Sie hat, um die als negativ empfundene Situation zu verändern.
5. **Verantwortung für das eigene Leben übernehmen:** Diese Menschen übernehmen die Verantwortung für ihr Tun und den daraus erwachsenden Konsequenzen ganz bewusst.
6. **Netzwerke bilden:** Resiliente Menschen haben oft ein großes Netzwerk an sozialen Bezugspunkten und damit immer jemanden der ihnen zuhört und bei der Lösungsfindung hilft.
7. **Zukunft planen:** Mit Hilfe der Lösungsidee kann die Zukunft neu geplant werden. Wahlmöglichkeiten für unterschiedliche Lösungen sind hier ebenso wichtig, wie das Bewusstsein, dass man immer eine Wahlfreiheit hat und sich noch „anders entscheiden“ kann und darf.

Kann man Resilienz lernen? JA das ist möglich, abhängig, von Grundeigenschaften, Erziehung, Vorbildern und Lebensweg.

Resilienz ist ein wichtiger Bestandteil der Salutogenese. Die Salutogenese befasst sich mit der Lehre der Gesunderhaltung des Menschen. **Aron Antonowsky** hat dazu bereits in den 60iger Jahren geforscht und erstaunliches entdeckt. **Mehr dazu im Oktober....**

COM-INSTITUT
Sabine Hengst



Wir machen Kommunikation zu
Ihrem größten Erfolgsfaktor

Inhalt:

1. Resilienz

„Die Kunst, **Probleme als Geschenk** zu betrachten.“

2. Digitalisierung in der Pflege?

Mehr Zeit und entspannter
pflegen?

3. Termin Stammtisch

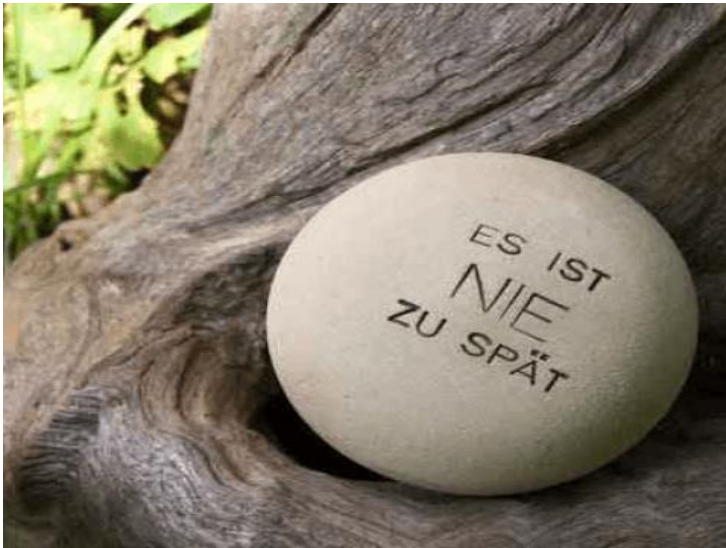
26.10.2017 18.30 Uhr

4. Tipps von Hugo

5. Termine

2. Digitalisierung in der Pflege?

Mehr Zeit und entspannter pflegen?



Eine der größten „Zeitfresser“ in der Pflege ist die Dokumentation. Es scheint fast, als wäre die Dokumentation jeder Tätigkeit bis ins Detail, wesentlich wichtiger, als die Pflege und das „Kümmern“ um den Menschen. Die Pflegekassen erinnern hier eher an eine Beamtenstube.

Viele Mitarbeiter aus dem Bereich klagen, dass sie keine Zeit haben für die zu betreuenden Menschen. Der Sinn ihrer Arbeit, Liebe, Aufmerksamkeit und Wertschätzung zu schenken und nicht nur eine Leistung in Form von Waschen, Anziehen, Füttern... belastet diese Mitarbeiter. Sie haben sich bewusst für eine Arbeit mit viel Herz entschieden und stellen fest, dass die Dokumentation wichtiger erscheint.

Für viele ein Stresspunkt der auch oft zum Gefühl der Überlastung beiträgt und einen erhöhten Krankenstand führt. Dieser wiederum entlädt sich dann indem Mitarbeiter kündigen, da sie hoffen, dass es „woanders“ besser ist.

Ihr Vorstellung von der Pflege, hat nichts mehr mit Ihrem Alltag zu tun. Aus Ihrer Sicht geht das Menschliche verloren, weil die knappen Zeiten und Dokumentationen ihnen wertvolle Pflegezeit nehmen.

„Damit möglichst viel Zeit für die 147 Hausbewohner und die 90 ambulant betreuten Patienten bleibt, hat die WGfS (Wohngemeinschaft für Senioren) aus Filderstadt administrative Prozesse digitalisiert.“ ... [mehr dazu](#)

COM-INSTITUT
Sabine Hengst



Wir machen Kommunikation zu
Ihrem größten Erfolgsfaktor

COM-INSTITUT
Sabine Hengst
Mühlweg 13
01662 Meißen

www.com-institut.de
info@com-institut.de
Tel. 0170 6472286

3. Stammtisch

Wie bereits angekündigt, möchte ich gemeinsam mit Ihnen einen zwanglosen Stammtisch zum Thema Pflege und Soziales gestalten.

Es hat sich als erster Termin **der 26.10.2017 18.30 Uhr** ergeben. Thema für den ersten Stammtisch als kurzer Impulsvortrag ist „**Mitarbeiterbindung**“. Anschließend in lockerer Runde Gespräche zum Thema und natürlich gern zu allem was Ihnen derzeit auf den Nägeln brennt

Um eine passende Lokation fest planen zu können, bitte ich ab sofort um eine Rückmeldung, wer teilnehmen möchte. info@com-institut.de Je nach TN Zahl und aus welcher Gegend, wird dann der Ort ausgewählt um für alle eine zentrale und entspannte Anfahrt zu ermöglichen.

4. Tipps von Hugo NLP in der Kommunikation/ Repräsentationssysteme

Jeder Mensch hat eine bestimmte Art zu kommunizieren und Informationen aufzunehmen. Alle Informationen aus der Umwelt werden mit unseren Sinnen wahrgenommen. Im NLP nennt man dieses System VAKOG.



Wie unser Kommunikationspartner etwas verarbeitet, merken wir an der verwendeten Sprache. Ein **visueller Typ** der viel über Sehen repräsentiert, verwendet in der Sprache zum Beispiel Worte wie; sehen, schauen, beobachten, offensichtlich, hell, klar usw.

Um mit diesem Menschen in einen guten Kontakt zu kommen, ist es wichtig ihm viele Bilder zu zeigen, das regt seine visuellen Faktoren an und in einer bildlichen Sprache zu sprechen. Die Nutzung seiner Wörter wie; Ansicht, Perspektive, Aussicht, betrachten etc. ist dann ein guter Weg, seine Aufmerksamkeit zu erhalten. Das Unterbewusstsein erkennt sich in Ihrer Sprache wieder und ist positiv und aufmerksam. Sie bringen Ihr Thema sicher an den Mann oder die Frau.

Mehr dazu in den NLP Abenden...ausprobieren ist besser als lesen 😊

COM-INSTITUT
Sabine Hengst



Wir machen Kommunikation
zu Ihrem
größten Erfolgsfaktor

Termine und Seminare

Jeder 1. Sonntag im Monat
NLP in Meißen 19-21 Uhr

6.10.-08.10. 2017
3.11.-5.11. 2017

Ausbildung zum Mentor

10.10. 2017
**Vom Mitarbeiter zur
Führungskraft**

06.11.-07.11. 2017
Change Prozesse

11.11.-12.11. 2017
Team

14.11.-15.11.2017
Mitarbeitergespräche führen

17.11.-18.11. 2017
Team

25.11.2017
Schlagfertigkeit