

# Grundlagen von Trauma und emotionalem Stress im Gesundheitswesen



erkennen - verstehen - handeln

**Monika Brzeska**

Psychologische Beratung  
Psychologie M.Sc.  
Dipl. Pädagogin  
Case Managerin (DGCC)

**Für diese Fortbildung vergibt die RbP (Registrierung beruflich Pflegender GmbH) 8 Fortbildungspunkte.**

Im Berufsalltag begegnen Fachkräften immer häufiger Patienten und Bewohnern, deren Verhalten besondere Aufmerksamkeit erfordert – sei es durch Aggressivität, unvermitteltes Weinen, Ängste oder Rückzug. Solche Verhaltensweisen stellen eine große Herausforderung im Berufsalltag. Viele dieser Verhaltensmuster können auf traumatische Erfahrungen zurückgeführt werden, wie z.B. durch langfristige Krankheitserlebnisse, Verlust von Angehörigen oder andere einschneidende Lebensereignisse.

## Kursinhalte:

- Grundlagen des Traumas und dessen psychologische Auswirkungen.
- Die Rolle des Gehirns und die Verarbeitung traumatischer Stressoren.
- Wichtige psychische Grundbedürfnisse und deren Bedeutung im Kontext von Trauma.
- Identifikation und Umgang mit Risiko- und Schutzfaktoren.
- Reflexion der eigenen professionellen Haltung und emotionalen Reaktionen.
- Methodenkoffer: Praktische Übungen und SOS-Hilfestellungen für den Umgang mit betroffenen Patienten.
- Selbstschutz: Strategien und Übungen zur Erhaltung der eigenen psychischen Gesundheit.

## Veranstaltungsort:

Kreativhaus, Klosterstraße 27, 59227 Ahlen

## Zeitraumen:

10.06.2024 von 09:00-16:00 Uhr

## Kursgebühr:

185,00 € inkl. Verpflegung und Schulungsunterlagen

## Kursleitung:

**Monika Brzeska**

*Psychologin M.Sc.,*

*Dipl. Pädagogin,*

*Case Managerin (DGCC),*

*zertifizierte Trainerin im Bereich Resilienz- und Stressmanagement,*

*Fachkraft für betriebliche Gesundheit und Burnout*



Anmeldungen sind unter folgendem Link möglich:

**<https://www.monika-brzeska.de/anmeldung-trauma-emotionaler-stress/>**

Für weitere Auskünfte oder spezifische Anfragen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung. Bitte zögern Sie nicht, sich per E-Mail an **[info@monika-brzeska.de](mailto:info@monika-brzeska.de)** zu wenden.

## Monika Brzeska

Kruppstraße 32  
59227 Ahlen

Fon +49 160 970 421 85  
Web <https://www.monika-brzeska.de>  
Mail [info@monika-brzeska.de](mailto:info@monika-brzeska.de)