

Weiterbildung 2026



Aushalten – aber wie? Hilfreiches im Umgang mit dem, was gerade nicht zu verändern ist

Zielgruppe

Dipl. Fachpersonen des Gesundheits- und Sozialwesens

Kursbeschreibung

Immer wieder geraten wir im Leben in Situationen, die wir nicht beeinflussen oder nach unseren Vorstellungen gestalten können. Gefühle von Ohnmacht und Hilflosigkeit sind häufige Begleiter solcher Erfahrungen. Doch selbst dann haben wir eine Wahl: Wir können entscheiden, wie wir mit der Situation umgehen – ob wir uns zurückziehen oder bleiben und aushalten. In diesem Seminar erkunden wir, welche inneren und äußeren Ressourcen uns dabei unterstützen können, mit Belastung umzugehen, handlungsfähig zu bleiben und neue Perspektiven zu entwickeln – auch dann, wenn wir die Umstände nicht ändern können.

Dozierende

Erika Schärer-Santschi: Dipl. Pflegefachfrau, MAS Palliative Care, Dipl. Berufsschullehrerin im Gesundheitswesen, Trauerbegleiterin, Autorin. Praxis für Trauerbegleitung in Thun, Präsidentin Vorstand Verein Krisen- und Trauerbegleitung Schweiz.

Kursort

Höfen bei Thun

Kursdaten und -zeiten

Dienstag, 19. Mai 2026 von 09.00 – 17.00 Uhr

Kurskosten

Fr. 230.--

Anmeldeschluss

7. April 2026