KEB Katholische Erwachsenenbildung im Bistum Passau e.V.

Mentale Stärke durch Resilienz

für Mitarbeiter*innen im Bereich Menschen mit Pflegebedarf und Menschen mit Behinderung

Mo 28.09.2026, 9.00 - 13.00 Uhr

Resilienz beschreibt die Fähigkeit, in anspruchsvollen Situationen innere Ressourcen zu stärken und
die eigene psychische Widerstandsfähigkeit zu mobilisieren. Resilienzfaktoren wie Selbstwirksamkeit
und Lösungsorientierung können gezielt trainiert werden, um die Anforderungen und Belastungen
der Arbeitswelt langfristig zu bewältigen. Damit ist Resilienztraining ein wichtiges Instrument des Betrieblichen Gesundheitsmanagements, da resilientes Verhalten und Handeln jedes Einzelnen als
Schlüsselstrategie angesehen werden, um als Mensch in schwierigen Arbeitsbereichen dauerhaft gesund zu bleiben.
Am Ende der Fortbildung
- haben Sie Ihre Resilienz mit Selbstwirksamkeit und Lösungsorientierung trainiert
- können Sie Resilienz als Schlüsselstrategie im Alltag anwenden
- sind Sie zu Selbstregulierung durch innere Stärke in der Lage

Ort
Burgkirchen, Burgkirchen, Senioren- und Pflegeeinrichtung St. Rupert, Schusterbauerstr. 15

Mitveranstalter
KEB, Caritas

Referent
Verena Strahberger

Kosten
139 Euro inkl. Verpflegung
(Hinzu kommen 19% MwSt. auf den Verpflegungsanteil bei Teilnehmer*innen, die nicht dem DiCV Passau angehören)

Anmeldung
Fortbildung Caritas-Diözesanverband
Domplatz 5
94032 Passau
www.caritas-passau.de/kompetenzbildung

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2026-01-14 10:40:56

Tel. (0851) 393 45 01
keb@bistum-passau.de
www.keb-bistum-passau.de