

## Live Online-Seminar: Umgang mit Energieräubern | FP



Fühlen Sie sich am Abend müde, energielos oder gar ausgesaugt?

In diesem Seminar gehen wir speziell auf diese Thematik ein, d.h. welche Personen entziehen Ihnen Energie und wie geschieht dies? Wie schütze ich mich gegen solche Mitmenschen? Wer oder was sorgt dafür, dass Ihre Energiedepots wieder aufgetankt werden können?

Wir werden sowohl die körperlichen als auch die psychischen Ursachen und deren Auswirkungen beleuchten und Ihnen multiple Werkzeuge zu einem konstruktiven Umgang mit Energieräubern an die Hand geben. Lassen Sie sich von unserem interaktiven und unterhaltsamen Seminar überraschen.

### **Ziele des Kurses:**

- Die Teilnehmer\*Innen lernen die physischen als auch psychischen Ursachen von Energieraub und deren Auswirkungen kennen;
- Sie bekommen multiple „Werkzeuge“ an die Hand, um künftig mit sogenannten Energieräubern besser umzugehen;
- Die Teilnehmer\*Innen lernen, wer oder was ihnen Energie raubt. Sie lernen sich besser zu schützen und abzugrenzen.

Die Aufmerksamkeit und die Bedürfnisse jedes einzelnen Patienten nehmen im beruflichen Alltag von Therapeuten und anderen helfenden Berufen einen großen Teil ihrer Ressourcen ein.

Langfristig wird dadurch ihr Energiehaushalt geschwächt. Viele fühlen sich am Ende des Tages müde, energielos, erschöpft oder ausgesaugt. Mit der richtigen Selbstfürsorge kann dem effektiv entgegengewirkt werden.

### **Themen des Kurses:**

- Wer oder was ist ein Energieräuber?
- Welche Personen entziehen Ihnen Energie und wie geschieht dies?
- Wie schütze ich mich vor solchen Personen/Patienten?
- Wer oder was sorgt dafür, dass Ihre Energiedepots wieder „aufgetankt“ werden?
- Umgang mit dem eigenen Energiehaushalt
- Intervention bei Energieraub
- Transfer in die Praxis

**Technische Voraussetzungen für die Teilnahme:**

- Laptop oder PC mit einem gängigen Internetbrowser
- Lautsprecher (Kopfhörer), Mikrofon und Kamera
- stabile Internetverbindung

Die Zugangsdaten zum Online Seminar erhalten Sie per eMail.

<b>Leitung</b>	Oliver Schäfer   Sportlehrer, Sporttherapeut, Systemischer Berater, Advanced-NLP-Master, NLP-Master, NLP-Practitioner; Tom Schuster   Diplom-Verwaltungswirt (FH), Entspannungspädagoge
<b>Kursgebühr</b>	160,00 €
<b>Beginn</b>	01.03.2025
<b>Ende</b>	01.03.2025
<b>Kurszeiten</b>	Sa. 01.03., 10:00 - 16:00 Uhr
<b>Kursort</b>	Internet, <a href="http://www.acadia-ecampus.de">www.acadia-ecampus.de</a>
<b>Zielgruppe</b>	Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Masseure, Heilpraktiker, Ärzte, Sport- und Gymnastiklehrer, Sportwissenschaftler, Logopäden, Medizinische Fachberufe, Rezeptionisten, Osteopathen
<b>Fortbildungspunkte</b>	