Führungskompetenzen Radiologie

Zeit- und Selbstmanagement

3. & 4. November 2023
Berlin

Zeit- und Leistungsdruck sowie schwierige Situationen mit Patientinnen sowie anderen Berufsgruppen stehen im beruflichen Alltag von Radiolog:innen auf der Tagesordnung.

Ziel dieses Seminars ist es, mit Ihnen Zeit- und-Selbstmanagement-Methoden zu erarbeiten, die Ihnen Handlungs-alternativen aufzeigen und Zeitfresser reduzieren.

Persönlichkeitstypen jeweils ein **individuelles Konzept** zugeschnitten werden muss. Sie werden deshalb individuelle Transferschritte für Ihren beruflichen Alltag erarbeiten und auch Übungen zur Selbstregulation, beispielsweise Atementspannung und Übung der Achtsamkeit, kennenlernen.

Im weiteren Verlauf des Seminars werden Sie von den Erkenntnissen der Resilienzforschung profitieren.

Fachärztinnen und Fachärzte in der Radiologie mit Interesse an Führungsthemen.

Voraussetzung zur Teilnahme an diesem Kurs ist der Besuch des Basis-Seminars aus der Reihe "Führungskompetenzen Radiologie".

Die Anerkennung des Kurses bei der Landesärztekammer Berlin wird beantragt.

Villa Blumenfisch am Großen Wannsee
Am Sandwerder 11-13
14109 Berlin

695 EUR (Mitglieder der DRG und der ÖRG)
895 EUR (Nichtmitglieder)

Zum Programm und zur Anmeldung gelangen Sie hier.

Ihr Referent
Jens Hollmann | medplus-Kompetenz

Ihre Ansprechpartnerin
Sabine Schlender
Tel.: +49 (0) 30 916 070 - 11
E-Mail: schlender@drg.de

fuehrungsakademie-drg.de

Führungsakademie
in der Deutschen Röntgengesellschaft

Deutsche Röntgengesellschaft e.V.
Ernst-Reuter-Platz 10 | 10587 Berlin

Zeit- und Selbstmanagement

Programm

3. & 4. November 2023

Berlin

Tag 1

11:00
- Begrüßung
- Wünsche und Erwartungen der Teilnehmenden

12:00
- Methode "do want do get"
- Analyse des eigenen Zeitmanagements

13:00 Mittagspause

14:00
- Zeitmanagement - Methoden in Theorie und Praxis
- Persönliche Energiebilanz

16:30 Pause

16:45
- Zeit versus Selbstmanagement
- Life-Domain-Balance statt Work-Life-Balance
- Comfort, Stretch & Panic-Zone, "Golden nuggets of the day"

18:30 Ende des ersten Tages

19:30 Gemeinsames Abendessen in der Villa Blumenfisch

Tag 2

09:00
- Selbstmanagement und Selbstregulation
- Übung: Wann sind 10 Minuten 10 Minuten?

10:30 Kaffeepause

10:45
- Notfall und Bremse
- Burnout-Zyklus

12:30 Mittagspause

13:30
- Analyse innerer Antreiber und ärztliche Lebensmuster

14:30 Pause

14:45
- Erwartung der Teilnehmenden - Schritte für den Transfer

15:30
- Übung Atemmeditation, Stabile Zonen

16:00
- Ausblick und Evaluation

16:30 Ende der Veranstaltung

Eine Übersicht aller Seminare der Führungsakademie der Deutschen Röntgengesellschaft finden Sie unter:

fuehrungsakademie-drg.de > Seminare