



Meine Ressourcen und Stärken bewahren

Als Onkologiepflegende Ressourcen und Stärken bewahren. Wie erkenne und fördere ich meine Resilienz im beruflichen Alltag?

Schwierige Situationen gehören zum Berufsalltag von Onkologiepflegenden. Sie begleiten Menschen durch alle Stadien der Erkrankung: von der Ungewissheit zur Diagnosestellung und über die verschiedenen Therapiephasen bis zum Lebensende.

Emotional belastende Situationen, hohe eigene und betriebliche Qualitätsansprüche und fordernde Arbeitsbedingungen können Pflegende körperlich und psychisch stark beanspruchen und Stress auslösen. Dennoch bewahren viele Onkologiepflegende ihre berufliche Leidenschaft und bleiben ihrem Fachbereich über Jahrzehnte treu.

Wie gelingt es Onkologiepflegenden, auf ihre Stärken und Ressourcen zurückzugreifen? Wie können Onkologiepflegende sich selbst und ihren Teams im beruflichen Alltag Sorge tragen? Wie gelingt es, sich durch komplexe, anspruchsvolle Situationen zu entwickeln, das Erfahrungswissen zu erweitern und so diesen vielseitigen Beruf mit Freude auszuüben?

Inhalt

- Theoretischer Input zu den Phasen des Stressmodells
- Theoretische Hintergründe zum Konzept der Resilienz: Herkunft, Definition, Merkmale von Überlastungszeichen
- Bewältigungsstrategien von Pflegenden
- Erstellen eines persönlichen Resilienzprofils
- Lösungsorientierte, resilienzfördernde und ressourcenorientierte Massnahmen im beruflichen Alltag oder in der Freizeit

Die Themen werden lösungsorientiert und im eigenverantwortlichen, gegenseitigen Austausch diskutiert.

Ziele

Theoretische Inhalte zum Thema Resilienz und Ressourcen sind bekannt. Massnahmen, welche die Resilienz und Ressourcen fördern, erhalten und trainieren, sind bekannt und können umgesetzt werden.

Mittwoch, 06. Mai 2026

09.00 – 17.00 Uhr

Hotel Olten
Bahnhofstrasse 5
4600 Olten

Referentin

Ruth Lindenmann

MScN, RN, CAS Coaching, Dipl.
Resilienztrainerin CZO, CAS Resilienztraining
Lehrgangsführerin CAS Resilienztraining, HS Zug

Kursleiterin

Susanne Kropf-Staub

MScN, RN, MAS Patienten- und
Familienedukation, Pflegeexpertin APN,
Medizinbereich Neuro, Hirntumore
Universitätsspital Bern, Inselspital

Kosten

CHF 130.00 Mitglied Onkologiepflege Schweiz
CHF 180.00 Nichtmitglied
Inkl. Kursunterlagen und Verpflegung

Anmeldung

www.onkologiepflege.ch
info@onkologiepflege.ch

Unterstützt durch



krebsliga schweiz
ligue suisse contre le cancer
lega svizzera contro il cancro

krebsforschung schweiz
recherche suisse contre le cancer
ricerca svizzera contro il cancro
swiss cancer research