

# Universitätskurs

Stressprävention und  
Stressmanagement  
in Notfällen



## Universitätskurs Stressprävention und Stressmanagement in Notfällen

- » Modalität: online
- » Dauer: 6 Wochen
- » Qualifizierung: TECH Technologische Universität
- » Aufwand: 16 Std./Woche
- » Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo
- » Prüfungen: online

Internetzugang: [www.techtitute.com/de/krankenpflege/universitatskurs/stresspravention-stressmanagement-notfallen](http://www.techtitute.com/de/krankenpflege/universitatskurs/stresspravention-stressmanagement-notfallen)

# Index

01

Präsentation

---

Seite 4

02

Ziele

---

Seite 8

03

Struktur und Inhalt

---

Seite 12

04

Methodik

---

Seite 16

05

Qualifizierung

---

Seite 24

# 01

# Präsentation

Stress in Krisensituationen kann dazu führen, dass die Neurologie eines Menschen außer Kontrolle gerät und er seine Emotionen nicht mehr kontrollieren kann. Beruflicher Stress und häufige Belastungen durch Katastrophen, aggressive Patienten und das tägliche Auftreten von Selbstverletzungen können bei Fachleuten, die im Gesundheitswesen arbeiten, zu neurologischen Beeinträchtigungen führen. In diesem Sinne können die Pflegekräfte selbst ihren Kollegen helfen, indem sie in Notfallsituationen Techniken zur Stressbewältigung anwenden. TECH hat ein Programm entwickelt, das sich auf die effektivsten und innovativsten Protokolle für den Umgang mit traumatischen Situationen konzentriert. All dies geschieht über eine 100%ige Online-Modalität, die die Anpassung des Studiums an die persönlichen und beruflichen Bedürfnisse der Studenten ermöglicht.





“

*Mit diesem Universitätskurs lernen Sie in nur 6 Wochen die wirksamsten therapeutischen Strategien zur Bekämpfung von Stress in Notfallsituationen"*

Auch medizinisches Personal gehört zu den Opfern, die unter dem ständigen Stress der Situationen leiden, denen sie bei ihrer Arbeit täglich begegnen. In diesen Fällen brauchen die Fachleute Kollegen, die mit den besten Pflegetechniken und Protokollen für den Umgang mit kritischem Stress oder Panik auf dem Laufenden sind. Auf diese Weise können die anderen Experten verhindern, dass ihre Kollegen in psychische Störungen verfallen, die im Laufe der Zeit fortschreiten können und meist mit Verhaltensstörungen verbunden sind, die unter anderem ihre Arbeitsfähigkeit beeinträchtigen können.

Um diesem Bedarf gerecht zu werden, hat TECH eine umfassende und strenge Qualifikation für Fachkräfte im Gesundheitswesen entwickelt. Darüber hinaus wurde dieses Programm in Zusammenarbeit mit einem Team von Experten entwickelt, die in klinischen Zentren arbeiten und Zeugen des arbeitsbedingten Stresses sind, mit dem Fachkräfte in der Krankenpflege und anderen verwandten Disziplinen zu kämpfen haben. Dieser Universitätskurs in Stressprävention und Stressmanagement in Notfällen ist eine Qualifikation, die sich mit den verschiedenen Merkmalen von Notfallsituationen, vermittelnden Faktoren und kritischen Situationen mit psychologischen Auswirkungen befasst.

Das Hauptziel besteht darin, das Wissen von Pflegekräften zu erweitern, damit sie in Stresssituationen aufgrund von Burnout, Bewältigung oder Pathologien, die aus dem Arbeitsumfeld resultieren, intervenieren können. Unter anderem werden die Studenten in der Lage sein, Patienten mit *Burnout*-Syndrom oder posttraumatischem Stress zu betreuen. Eine dynamische und multidisziplinäre akademische Erfahrung, die darauf abzielt, dem Gesundheitspersonal 150 Stunden lang theoretische und praktische Werkzeuge an die Hand zu geben, mit denen sie ihre therapeutischen Fähigkeiten perfektionieren können. Dazu stehen ihnen der beste Lehrplan sowie klinische Fälle, die auf realen Situationen beruhen, und eine Vielzahl zusätzlicher, hochwertiger Materialien zur Verfügung. All dies in einem 100%igen Online-Format, das es ihnen ermöglicht, sich anzupassen und den Kurs flexibel zu absolvieren.

Dieser **Universitätskurs in Stressprävention und Stressmanagement in Notfällen** enthält das vollständigste und aktuellste wissenschaftliche Programm auf dem Markt.

Die wichtigsten Merkmale sind:

- ♦ Die Entwicklung von Fallstudien, die von Experten aus den Bereichen Psychologie und Notfalldienste vorgestellt werden
- ♦ Der anschauliche, schematische und äußerst praxisnahe Inhalt vermittelt alle für die berufliche Praxis unverzichtbaren wissenschaftlichen und praktischen Informationen
- ♦ Er enthält praktische Übungen, in denen der Selbstbewertungsprozess durchgeführt werden kann, um das Lernen zu verbessern
- ♦ Sein besonderer Schwerpunkt liegt auf innovativen Methoden
- ♦ Theoretische Vorträge, Fragen an den Experten, Diskussionsforen zu kontroversen Themen und individuelle Reflexionsarbeit
- ♦ Die Verfügbarkeit des Zugangs zu Inhalten von jedem festen oder tragbaren Gerät mit Internetanschluss



*Schreiben Sie sich jetzt für diesen Studiengang ein und erfahren Sie mehr über die Entstehung von Stress bei Notfallpersonal und die daraus resultierenden Krankheiten, um Ihre Kompetenzen im Gesundheitswesen zu aktualisieren“*

“

*Ein Programm, das sich an Fachleute wie Sie richtet, die ihre Fähigkeiten im Gesundheitsbereich erweitern möchten, um in jeder Notsituation mit den neuesten Werkzeugen und Techniken handeln zu können"*

Zu den Lehrkräften des Programms gehören Fachleute aus der Branche, die ihre Berufserfahrung in diese Fortbildung einbringen, sowie renommierte Fachleute von Referenzgesellschaften und angesehenen Universitäten.

Die multimedialen Inhalte, die mit der neuesten Bildungstechnologie entwickelt wurden, werden der Fachkraft ein situiertes und kontextbezogenes Lernen ermöglichen, d. h. eine simulierte Umgebung, die eine immersive Fortbildung bietet, die auf die Ausführung von realen Situationen ausgerichtet ist.

Das Konzept dieses Programms konzentriert sich auf problemorientiertes Lernen, bei dem die Fachkraft versuchen muss, die verschiedenen Situationen aus der beruflichen Praxis zu lösen, die während des gesamten Studiengangs gestellt werden. Zu diesem Zweck wird sie von einem innovativen interaktiven Videosystem unterstützt, das von renommierten Experten entwickelt wurde.

*TECH hat ein erfahrenes Lehrteam auf dem Gebiet der Notfallmedizin engagiert, um den teilnehmenden Fachleuten das gesamte theoretische und praktische Wissen zu vermitteln"*

*Befassen Sie sich mit den psychologischen Folgen von Dauerstress für klinisches Personal, damit Sie Ihre Berufskollegen mit den besten Techniken betreuen können.*



# 02 Ziele

Das Hauptziel dieses Universitätskurses in Stressprävention und Stressmanagement in Notfällen ist es, die Kenntnisse in Psychologie für Angehörige der Gesundheitsberufe auf den neuesten Stand zu bringen und sie unter anderem auf die Prävention von Stress in dieser Art von Umgebung zu konzentrieren. Auf diese Weise lernen die Studenten nicht nur mehr über Schutz- und Risikofaktoren bei Traumata, sondern auch über posttraumatischen Stress und sekundären posttraumatischen Stress. All dies in einer dynamischen Studienstruktur, die das Verständnis und die Aneignung allgemeiner Techniken zur Prävention und Bewältigung von Stress erleichtert.



“

*Möchten Sie Ihre Leistungen in der Notaufnahme erweitern? Erreichen Sie jetzt Ihre beruflichen Ziele mit einem Abschluss, der sich an Sie und Ihre Bedürfnisse anpasst"*



## Allgemeine Ziele

---

- ♦ Erforschen von Stress als Folge einer traumatischen Situation in der Arbeitsumgebung des Experten
- ♦ Kennen, im Detail, der Strategien und Richtlinien für die Arbeit mit Notfalleinsatzkräften, wenn eine psychische Belastung auftritt



*Warten Sie nicht länger, sondern erfahren Sie mehr über die häufigsten psychologischen Pathologien, unter denen Notfallpersonal leidet, wenn es Katastrophen ausgesetzt ist“*





## Spezifische Ziele

- ◆ Verstehen der Auswirkungen von Stress und Notfallsituationen auf Notfallpersonal
- ◆ Untersuchen der psychologischen Auswirkungen von Notfallsituationen auf Notfallspezialisten
- ◆ Vermitteln der wichtigsten Techniken zur Stressbewältigung und zur Vorbeugung von psychologischen Auswirkungen auf Notfallpersonal

03

# Struktur und Inhalt

TECH hat ein Team von Experten hinzugezogen, die zuverlässiges Wissen zur Verfügung gestellt haben, das sich im Lehrplan widerspiegelt, und die auch ihre Erfahrungen aus dem wirklichen Leben mit den Studenten dieses Studiengangs teilen werden. Darüber hinaus stehen den Studenten dank der verschiedenen von TECH angebotenen Materialien Aktivitäten, Videozusammenfassungen und herunterladbare Inhalte zur Verfügung, die, sobald sie auf ihrem Gerät gespeichert sind, auch nach Abschluss des Programms konsultiert werden können. Hervorzuheben ist auch die prestigeträchtige *Relearning*-Lehrmethode, die TECH anwendet, um die Studenten von stundenlangem Auswendiglernen zu bewahren und ihnen die Möglichkeit zu geben, sich den gesamten Inhalt schrittweise und kontinuierlich anzueignen.





“

*Ein Programm, in dem Sie sich eingehend mit dem Burnout-Syndrom und seinen Merkmalen befassen und erfahren werden, wie Sie ihm mit psychotherapeutischen Strategien begegnen können"*

## Modul 1. Stressprävention und Stressmanagement in Notfällen

- 1.1. Merkmale von Notfallsituationen, vermittelnde Faktoren und kritische Situationen mit psychologischen Auswirkungen
  - 1.1.1. Einführung in die psychologische Wirkung
  - 1.1.2. Merkmale von Notfallsituationen, die die psychologischen Auswirkungen beeinflussen
- 1.2. Psychologische Auswirkungen auf die Fachkraft
  - 1.2.1. Trauma
  - 1.2.2. Vikarielle Traumatisierung
  - 1.2.3. Die Katastrophe
  - 1.2.4. Beziehung zwischen Trauma und Katastrophe
- 1.3. Schutz- und Risikofaktoren bei Trauma
  - 1.3.1. Schützende Faktoren bei Trauma
  - 1.3.2. Risikofaktoren bei Trauma
- 1.4. Bewältigung
  - 1.4.1. *Burnout* durch Empathie
  - 1.4.2. Prävention
  - 1.4.3. Anpassungsmechanismus
- 1.5. Folgen der psychologischen Auswirkungen
  - 1.5.1. Wichtigste Folgen der psychologischen Auswirkungen
  - 1.5.2. Psychologische Auswirkungen als Faktor der posttraumatischen Belastungsstörung
  - 1.5.3. Die Behandlung
- 1.6. Stress am Arbeitsplatz
  - 1.6.1. Konzeptualisierung von Stress
  - 1.6.2. Risikofaktoren für Stress
  - 1.6.3. Folgen von arbeitsbedingtem Stress
- 1.7. Stress bei Notfallpersonal
  - 1.7.1. Ursachen für Stress bei Notfallpersonal
  - 1.7.2. Modulatoren von Stress bei Notfallpersonal
  - 1.7.3. Auswirkungen von Stress auf Notfallpersonal





- 1.8. Pathologien, die auftreten können
  - 1.8.1. Posttraumatische Belastungsstörung und sekundäre posttraumatische Belastungsstörung
  - 1.8.2. *Burnout*-Syndrom
  - 1.8.3. Gegenübertragung
- 1.9. Pathologien bei Notfallpersonal
  - 1.9.1. Posttraumatische Belastungsstörung und sekundäre posttraumatische Belastungsstörung
  - 1.9.2. *Burnout*-Syndrom
  - 1.9.3. Gegenübertragung
  - 1.9.4. Unterschiede
- 1.10. Allgemeine Techniken und gesunde Gewohnheiten
  - 1.10.1. Allgemeine Techniken zur Stressprävention und Stressbewältigung
  - 1.10.2. Gesunde Gewohnheiten als modulierender Faktor
  - 1.10.3. Schlaf

“

*Verbessern und aktualisieren Sie Ihr Wissen über Behandlungen zur Stressbekämpfung bei Patienten, die täglich extremen Situationen ausgesetzt sind, wie z. B. Ihre eigenen Kollegen"*

# 04

# Methodik

Dieses Fortbildungsprogramm bietet eine andere Art des Lernens. Unsere Methodik wird durch eine zyklische Lernmethode entwickelt: **das Relearning**.

Dieses Lehrsystem wird z. B. an den renommiertesten medizinischen Fakultäten der Welt angewandt und wird von wichtigen Publikationen wie dem **New England Journal of Medicine** als eines der effektivsten angesehen.



“

*Entdecken Sie Relearning, ein System, das das herkömmliche lineare Lernen hinter sich lässt und Sie durch zyklische Lehrsysteme führt: eine Art des Lernens, die sich als äußerst effektiv erwiesen hat, insbesondere in Fächern, die Auswendiglernen erfordern"*

## An der TECH Nursing School wenden wir die Fallmethode an

Was sollte eine Fachkraft in einer bestimmten Situation tun? Während des gesamten Programms werden die Studenten mit mehreren simulierten klinischen Fällen konfrontiert, die auf realen Patienten basieren und in denen sie Untersuchungen durchführen, Hypothesen aufstellen und schließlich die Situation lösen müssen. Es gibt zahlreiche wissenschaftliche Belege für die Wirksamkeit der Methode. Die Pflegekräfte lernen mit der Zeit besser, schneller und nachhaltiger.

*Mit TECH erleben die Krankenpflegekräfte eine Art des Lernens, die an den Grundlagen der traditionellen Universitäten auf der ganzen Welt rüttelt.*



Nach Dr. Gérvas ist der klinische Fall die kommentierte Darstellung eines Patienten oder einer Gruppe von Patienten, die zu einem „Fall“ wird, einem Beispiel oder Modell, das eine besondere klinische Komponente veranschaulicht, sei es wegen seiner Lehrkraft oder wegen seiner Einzigartigkeit oder Seltenheit. Es ist wichtig, dass der Fall auf dem aktuellen Berufsleben basiert und versucht, die tatsächlichen Bedingungen in der beruflichen Pflegepraxis nachzustellen.

“

*Wussten Sie, dass diese Methode im Jahr 1912 in Harvard, für Jurastudenten entwickelt wurde? Die Fallmethode bestand darin, ihnen reale komplexe Situationen zu präsentieren, in denen sie Entscheidungen treffen und begründen mussten, wie sie diese lösen könnten. Sie wurde 1924 als Standardlehrmethode in Harvard etabliert“*

Die Wirksamkeit der Methode wird durch vier Schlüsselergebnisse belegt:

1. Pflegekräfte, die diese Methode anwenden, nehmen nicht nur Konzepte auf, sondern entwickeln auch ihre geistigen Fähigkeiten durch Übungen zur Bewertung realer Situationen und zur Anwendung ihres Wissens.
2. Das Lernen ist fest in praktische Fertigkeiten eingebettet die es den Pflegekräften ermöglichen, ihr Wissen im Krankenhaus oder in der Primärversorgung besser zu integrieren.
3. Eine einfachere und effizientere Aufnahme von Ideen und Konzepten wird durch die Verwendung von Situationen erreicht, die aus der Realität entstanden sind.
4. Das Gefühl der Effizienz der investierten Anstrengung wird zu einem sehr wichtigen Anreiz für die Studenten, was sich in einem größeren Interesse am Lernen und einer Steigerung der Zeit, die für die Arbeit am Kurs aufgewendet wird, niederschlägt.



## Relearning Methodology

TECH kombiniert die Methodik der Fallstudien effektiv mit einem 100%igen Online-Lernsystem, das auf Wiederholung basiert und in jeder Lektion 8 verschiedene didaktische Elemente kombiniert.

Wir ergänzen die Fallstudie mit der besten 100%igen Online-Lehrmethode: Relearning.

*Die Pflegekraft lernt anhand realer Fälle und der Lösung komplexer Situationen in simulierten Lernumgebungen. Diese Simulationen werden mit modernster Software entwickelt, die ein immersives Lernen ermöglicht.*



Die Relearning-Methode, die an der Spitze der weltweiten Pädagogik steht, hat es geschafft, die Gesamtzufriedenheit der Fachleute, die ihr Studium abgeschlossen haben, im Hinblick auf die Qualitätsindikatoren der besten spanischsprachigen Online-Universität (Columbia University) zu verbessern.

Mit dieser Methode wurden mehr als 175.000 Krankenpflegekräfte mit beispiellosem Erfolg in allen Fachbereichen fortgebildet, unabhängig von der praktischen Belastung. Unsere Lehrmethodik wurde in einem sehr anspruchsvollen Umfeld entwickelt, mit einer Studentenschaft, die ein hohes sozioökonomisches Profil und ein Durchschnittsalter von 43,5 Jahren aufweist.

*Das Relearning ermöglicht es Ihnen, mit weniger Aufwand und mehr Leistung zu lernen, sich mehr auf Ihre Spezialisierung einzulassen, einen kritischen Geist zu entwickeln, Argumente zu verteidigen und Meinungen zu kontrastieren: eine direkte Gleichung zum Erfolg.*

In unserem Programm ist das Lernen kein linearer Prozess, sondern erfolgt in einer Spirale (lernen, verlernen, vergessen und neu lernen). Daher wird jedes dieser Elemente konzentrisch kombiniert.

Die Gesamtnote des TECH-Lernsystems beträgt 8,01 und entspricht den höchsten internationalen Standards.



Dieses Programm bietet die besten Lehrmaterialien, die sorgfältig für Fachleute aufbereitet sind:



#### Studienmaterial

Alle didaktischen Inhalte werden von den Fachleuten, die das Hochschulprogramm unterrichten werden, speziell für dieses Programm erstellt, so dass die didaktische Entwicklung wirklich spezifisch und konkret ist.

Diese Inhalte werden dann auf das audiovisuelle Format angewendet, um die Online-Arbeitsmethode von TECH zu schaffen. All dies mit den neuesten Techniken, die in jedem einzelnen der Materialien, die dem Studenten zur Verfügung gestellt werden, qualitativ hochwertige Elemente bieten.



#### Pflegetechniken und -verfahren auf Video

TECH bringt dem Studenten die neuesten Techniken, die neuesten pädagogischen Fortschritte und die aktuellsten Pflegetechniken näher. All dies in der ersten Person, mit äußerster Präzision, erklärt und detailliert, um zur Assimilation und zum Verständnis des Studenten beizutragen. Und das Beste ist, dass Sie sie so oft anschauen können, wie Sie wollen.



#### Interaktive Zusammenfassungen

Das TECH-Team präsentiert die Inhalte auf attraktive und dynamische Weise in multimedialen Pillen, die Audios, Videos, Bilder, Diagramme und konzeptionelle Karten enthalten, um das Wissen zu vertiefen.

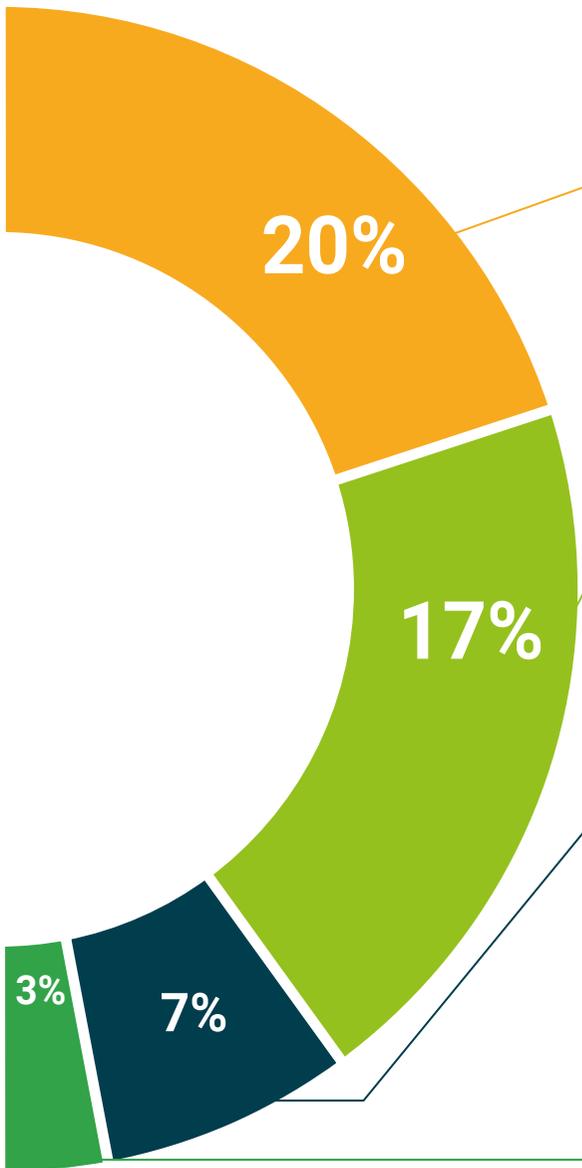
Dieses einzigartige Bildungssystem für die Präsentation multimedialer Inhalte wurde von Microsoft als "Europäische Erfolgsgeschichte" ausgezeichnet.



#### Weitere Lektüren

Aktuelle Artikel, Konsensdokumente und internationale Leitfäden, u. a. In der virtuellen Bibliothek von TECH hat der Student Zugang zu allem, was er für seine Fortbildung benötigt.





#### Von Experten entwickelte und geleitete Fallstudien

Effektives Lernen muss notwendigerweise kontextabhängig sein. Aus diesem Grund stellt TECH die Entwicklung von realen Fällen vor, in denen der Experte den Studenten durch die Entwicklung der Aufmerksamkeit und die Lösung verschiedener Situationen führt: ein klarer und direkter Weg, um den höchsten Grad an Verständnis zu erreichen.



#### Testing & Retesting

Die Kenntnisse der Studenten werden während des gesamten Programms durch Bewertungs- und Selbsteinschätzungsaktivitäten und -übungen regelmäßig bewertet und neu bewertet. Auf diese Weise kann der Student sehen, wie er seine Ziele erreicht.



#### Meisterklassen

Die Nützlichkeit der Expertenbeobachtung ist wissenschaftlich belegt. Das sogenannte Learning from an Expert festigt das Wissen und das Gedächtnis und schafft Vertrauen für zukünftige schwierige Entscheidungen.



#### Kurzanleitungen zum Vorgehen

TECH bietet die wichtigsten Inhalte des Kurses in Form von Arbeitsblättern oder Kurzanleitungen an. Ein synthetischer, praktischer und effektiver Weg, um dem Studenten zu helfen, in seinem Lernen voranzukommen.



06

# Qualifizierung

Der Universitätskurs in Stressprävention und Stressmanagement in Notfällen garantiert neben der präzisesten und aktuellsten Fortbildung auch den Zugang zu einem von der TECH Technologischen Universität ausgestellten Diplom.



“

*Schließen Sie dieses Programm erfolgreich ab  
und erhalten Sie Ihren Universitätsabschluss  
ohne lästige Reisen oder Formalitäten"*

Dieser **Universitätskurs in Stressprävention und Stressmanagement in Notfällen** enthält das vollständigste und aktuellste Programm auf dem Markt.

Sobald der Student die Prüfungen bestanden hat, erhält er/sie per Post\* mit Empfangsbestätigung das entsprechende Diplom, ausgestellt von der **TECH Technologischen Universität**.

Das von **TECH Technologische Universität** ausgestellte Diplom drückt die erworbene Qualifikation aus und entspricht den Anforderungen, die in der Regel von Stellenbörsen, Auswahlprüfungen und Berufsbildungsausschüssen verlangt werden.

Titel: **Universitätskurs in Stressprävention und Stressmanagement in Notfällen**

Anzahl der offiziellen Arbeitsstunden: **150 Std.**



\*Haager Apostille. Für den Fall, dass der Student die Haager Apostille für sein Papierdiplom beantragt, wird TECH EDUCATION die notwendigen Vorkehrungen treffen, um diese gegen eine zusätzliche Gebühr zu beschaffen.

zukunft

gesundheit vertrauen menschen  
erziehung information tutoren  
garantie akkreditierung unterricht  
institutionen technologie lernen

**tech** technologische  
universität

### Universitätskurs

Stressprävention und  
Stressmanagement  
in Notfällen

- » Modalität: online
- » Dauer: 6 Wochen
- » Qualifizierung: TECH Technologische Universität
- » Aufwand: 16 Std./Woche
- » Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo
- » Prüfungen: online

# Universitätskurs

Stressprävention und  
Stressmanagement  
in Notfällen