

Respectare®

Die Kraft der körperlichen und seelischen Berührung

Ein interaktiver Workshop für Pflege- und Betreuungskräfte, die Berührung bewusster, achtsamer und entlastender in ihren Alltag integrieren möchten.

Lust auf einen etwas anderen Workshop?
Mit praktischen Übungen, Selbsterfahrung und Raum für Austausch in entspannter Atmosphäre.

Bist du offen für alternative Pflegemethoden?
Möchtest du deine Beziehungs- und Berührungskompetenz erweitern und neue Wege der achtsamen nonverbalen Kommunikation kennenlernen?

Entlastung statt zusätzlicher Arbeit!
Respectare® kann in bestehende Pflegesituationen eingebracht werden und unterstützt eine gute Balance von Nähe und Distanz



Das erwartet dich:

- ❖ **Erleben:** entspannende Berührungstechniken für Patienten und sich selbst
- ❖ **Stärken:** eigene Wahrnehmung fördern, Grenzen erkennen, Burnout vorbeugen
- ❖ **Gestalten:** Pflegesituationen (z.B. Körperpflege) durch intensive Beziehungsarbeit aufwerten

Datum: 5.11.2026

Uhrzeit: 8.30 bis 15.30

Ort: Fortbildungsakademie
Neubrandenburg
Juri-Gagarin-Ring 1
(Lindetalcenter)

Dozentin: Kerstin Schmidt
Zertifizierte respectare®-
Praxisbegleiterin

Anmeldung/Kontakt: Klinikum
Neubrandenburg -Zentrum für
Seelische Gesundheit / Station H11

Tel.: 0395 7754542

Mail: PSY-FM@dbknbn.de

❖ **Max. Teilnehmeranzahl:** 10

Gönn dir die Zeit für neue Impulse - für deine Patienten und dich selbst!

Wie können wir die Pflegequalität nachhaltig steigern und gleichzeitig unser eigenes Wohlbefinden im stressigen Alltag wahren? Die Antwort liegt oft in der Qualität unserer Beziehung zum Patienten.

In diesem Workshop lade ich dich ein, die Kraft der nonverbalen Kommunikation neu zu entdecken. Erfahre wie du durch wertschätzende Berührungen Vertrauen schenken, Ängste und Schmerzen lindern, Körperwahrnehmung fördern und die Lebensqualität der Patienten spürbar verbessern kannst – während du gleichzeitig deine eigene Achtsamkeit und persönlichen Ressourcen stärkst.

Das Konzept von respectare® nach Annette Berggötz bietet konkrete Werkzeuge für einen respektvollen und heilsamen Umgang im Pflegealltag. Durch gezielte, ritualisierte Streichberührungen aus der Reflexologie kannst du die Selbstheilungskräfte auf körperlicher und seelischer Ebene aktivieren. Gleichzeitig lernst du im Rahmen der Selbsterfahrung, deine eigenen Grenzen bewusst wahrzunehmen und durch Momente der Entspannung aus dem Arbeitsalltag hervorzugehen.

Mehr als nur Handgriffe: Qualität in der Pflege durch die Kraft der Berührung

Teilnehmeraussagen:

„Ich habe für mich persönlich und meine Arbeit Impulse mitgenommen, sowohl von der Gruppe und der Referentin“

„Prima fand ich die Interaktion untereinander und die kleine Gruppengröße“

„Die praktischen Übungen waren zusätzlich eine Bereicherung“

Patientenaussagen:

„Es hat mir geholfen, mich wieder zu spüren, meine Körpergrenzen wahrzunehmen“

„Diese Berührungen waren ein Geschenk für mich“

„Meine Unruhe hat endlich nachgelassen“

Organisatorisches

- Bitte bequeme Kleidung tragen, wenn möglich Top oder T-Shirt
- 2 Handtücher
- 1 kleines Kissen, evtl. kleine Decke

Teilnahmegebühr:

- 100 Euro
- Für Mitarbeiter des Klinikums werden die Kosten vom Arbeitgeber übernommen