



Ich will,  
ich kann,  
ich werde

## Fortbildungsveranstaltung

### Trainerseminar zur Coping-Schulung bei Diabetes

Freitag, 21. Oktober 2016  
im Elisabeth-Krankenhaus Essen

Schulung vermittelt Menschen mit Diabetes notwendiges Wissen und gibt ihnen Sicherheit in der Durchführung der tagtäglichen Selbstbehandlung! Was aber geschieht, wenn es trotz ausreichender Information im Alltag „hapert“? Die Ursachen für Umsetzungsprobleme sind vielfältig. Allzu häufig spielt dabei eine problematische seelische Bewältigung und/oder unzureichende Krankheitsverarbeitung des Diabetes eine entscheidende Rolle.

Bei der Lösung individueller Schwierigkeiten des Krankheitserlebens und der Krankheitsverarbeitung gelangen noch-malige Informationsschulungen häufig an ihre Grenzen. Aber auch nicht jeder Betroffene braucht in dieser Situation eine Psychotherapie.

### ■ Coping-Schulung

Die Coping-Schulung für Menschen mit Diabetes hilft festgefahrene Bewältigungsmuster und Verhaltensweisen zu lösen und neue Motivation zur Behandlung aufzubauen. Die Teilnehmer lernen anhand ihrer individuellen Lebenssituation, auftretende Probleme zu analysieren, sich zu motivieren und mit Hilfe ihrer Ressourcen, Veränderungen anzugehen.

### ■ Trainerseminar

In der Veranstaltung wird die Arbeit mit den entwickelten Methoden der Coping-Schulung vermittelt und trainiert. Schwerpunkte des Trainings sind:

- Problemanalyse und Analyse von Coping-Strategien, Motivierende Gesprächsführung, Coping-Time-Line-Arbeit
- Imaginationstechniken, Aufbau von Selbstwirksamkeit
- Veränderungsplanung

### ■ Zielgruppe des Trainerseminars

Diabetesberaterinnen, Diabetesberater, Diabetologen, Psychologen, Pädagogen, Ernährungsberater.  
Die Teilnehmer erhalten zum Abschluss ein Zertifikat.

### ■ Seminarorganisation

Das Seminar beginnt am 21. Oktober 2016 um 9.00 Uhr und endet um 17.00 Uhr.

### ■ Referenten

- Dr. med. Renate Krämer-Paust  
Fachärztin für Psychosomatische Medizin  
und Psychotherapie
- Dr. phil. Rainer Paust  
Diplom-Pädagoge
- Petra Wilimzig  
Diabetesberaterin

### ■ Kosten

180,- € zzgl. MWSt.

In den Gebühren sind Trainermanual und Getränke enthalten.



01.2016

## ■ Anmeldungen richten Sie bitte an

Dr. phil. Dipl. Päd. Rainer Paust  
Fon 0201 897-4594 | [r.paust@contilia.de](mailto:r.paust@contilia.de)

## ■ Veranstaltungsort

Elisabeth-Krankenhaus Essen  
Veranstaltungs- und Hörsaalzentrum  
Klara-Kopp-Weg 1 | 45138 Essen