



Verein der Freunde und Förderer der Pflege am  
Universitätsklinikum Regensburg e.V.

Dienstag, 07.02.2023  
von 18:00-19:50 Uhr



Online-Seminar:

## Ein **Dünnhäuter**, ein **Dickhäuter**, ein **Pokerface** und ein **Tausendsassa**.

Erleben Sie Ihre vier psychischen Teilsysteme in Aktion!



### Inhalt



#### Referent

- Wie müsste ich mein Gehirn nutzen,
- um mich zu motivieren?
  - um „Gefahrenmomente“ ernst zu nehmen?
  - um kreative Lösungen zu finden?

Wie schaffe ich es,

- die Gestaltung meines Lebens (wieder) sinnerfüllt in die eigene Hand zu nehmen,
- Kopf- und Bauchentscheidung selbstbestimmt & klug in Einklang zu bringen und energievoll zu handeln?

Wir werden Ihnen mit einem informativen und anregenden Einblick in die PSI-Theorie diese Fragen beantworten! Sie ist die umfassendste Persönlichkeitstheorie, die es heute gibt. Im zweiten Teil durchschreiten Sie die ersten beiden Phasen eines Selbstmanagement-Trainings nach dem Zürcher Ressourcen Modell (ZRM) – vom „Wäre ganz gut, wenn ...“ zum „Ich will!“  
Freuen Sie sich auf das Dreamteam **PSI + ZRM**.

#### Programm

Hartmut Neusitzer, Ressourcencoach, Trainer & PSI Kompetenzberater

18:00 Begrüßung (Thomas Bonkowski)  
18:05 Teil I: Ihre vier psychischen Teilsysteme in Aktion  
Teil II: Verstand und Herz in Einklang bringen  
19:35 Fragerunde

#### Zubehör

Sie benötigen einen Laptop/PC (bitte Stromversorgung sicherstellen),  
Genutzt wird das kostenlose, browser-basierte Programm Webex.

#### Gebühren

20,00 € Teilnahmegebühr (ab Januar bis spät. 1. Feb. überweisen)  
12,00 € VFFP-Mitglieder (ab Januar bis spät. 1. Feb. überweisen)

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Achtung: Jeder Teilnehmer erhält im Anschluss eine Teilnahmebestätigung über den bezahlten Betrag per Post, die beim Arbeitgeber eingereicht werden kann. Diese ersetzt die Rechnung, für die wir ansonsten eine Gebühr von 3 Euro erheben.

**Überweisung** nach vorheriger Anmeldung auf das Konto des VFFP:  
Sparkasse Regensburg  
IBAN: DE96750500000780010484  
BIC: BYLADEM1RBG  
**Stichwort: „Gehirn“ + Name des Teilnehmers**

**Absage/Storno:** Bei Stornierung der Anmeldung ab 1 Woche vor Veranstaltung wird die volle Teilnahmegebühr fällig.  
Es erfolgt keine Rückerstattung. Ein Ersatzteilnehmer kann genannt werden. Der VFFP e.V. kann Veranstaltungen absagen, wenn Gründe vorliegen, die er nicht zu vertreten hat (z.B. Ausfall des Referenten, geringe Teilnehmerzahl). In diesem Fall werden gezahlte Gebühren zurückerstattet.

### Anmeldung

Thomas Bonkowski und Thomas Wiesbeck  
Mail: Thomas.Bonkowski@ukr.de  
Tel.: 0941/944-4333 od. -4478

