



Foto: Getty Images

WORKSHOP:

Psychologische Strategien zur
Verbesserung der mentalen Gesundheit

Neue Techniken für mehr Stabilität im Alltag

mit den Kursleiterinnen Univ.-Prof. Dr. Birgit U. Stetina und VR Dr. Eva Wistrela-Lacek

VETMENTAL-WORKSHOP:

PSYCHOLOGISCHE STRATEGIEN

ÜBERBLICK UND NUTZEN

Mindfulness, Meditation, Emotionstraining, Work-Life-Balance, Wellbeing, etc. - die Liste der Schlagwörter zum Thema mentale Gesundheit ist lang, vermutlich gar nicht in seiner Gesamtheit zu erfassen. In diesem Dschungel an neuen und teilweise gar nicht so neuen Techniken und Ideen, einen richtigen Ansatz für sich selbst zu finden, benötigt zeitliche Ressourcen und eigentlich auch evidenzbasiertes Fachwissen. Die Tätigkeit in der tierärztlichen Praxis bietet häufig wenig zeitlichen Freiraum, um sich selbst auf die Suche im „Psycho-Dschungel“ zu machen. Aus diesem Grund haben wir aus unseren wissenschaftlichen Erkenntnissen versucht abzuleiten, welche Strategien für Ihren Alltag passen könnten.

Mit besonderem Schwerpunkt auf (Self-)Compassion, bekommen Sie eine Kombination aus Impulsreferat und praktischen Strategien, die Sie in Ihrem Alltag testen und dann integrieren können, um Ihr Wohlbefinden auch in stürmischen Zeiten aufrecht zu erhalten und vielleicht sogar zu steigern.

PROGRAMM

13:00 - 14:00 UHR

Keynote: „Psychologische Strategien zur Verbesserung der mentalen Gesundheit - neue Techniken für mehr Stabilität im Alltag“
Univ.-Prof. Dr. Birgit Ursula Stetina

14:00 - 15:00 UHR

Workshop „Vets unter sich“
abgehalten von **Univ.-Prof. Dr. Birgit Ursula Stetina**
gemeinsam mit **VR Dr. Eva Wistrela-Lacek**

ZU DEN REFERENTINEN

UNIV.-PROF. DR. BIRGIT URSULA STETINA ist Klinische Psychologin, Gesundheitspsychologin und Forensische Psychologin. Nach ihrem Diplomstudium und naturwissenschaftlichen Doktorat im Fach Psychologie in Wien war sie einige Jahre an der Fakultät für Psychologie der Universität Wien tätig; unter anderem als organisierte Leiterin der Lehr- und Forschungspraxis des Lehrstuhls für Klinische Psychologie. Ihre weitere Karriere führten die Forscherin und Vortragende an die bekannte US-amerikanische Webster University mit zahlreichen weiteren Lehraufträgen in Wien und auch Leiden (NL). Aktuell ist sie für den Fachbereich Klinische Psychologie zuständig und leitet die psychologische Universitätsambulanz der psychologischen Fakultät der SFU Wien.

Schwerpunkt der Lehre: Klinische Psychologie und Gesundheitspsychologie, Klinische Begutachtung und Diagnostik, Klinische Interventionen und Paradigmen.

DETAILS

SEMINARTERMIN

Datum: 18.05.2022
Uhrzeit: 13:00 - 15:00 Uhr
Ort: Hietzinger Kai 87, 1130 Wien
Achtung! Die Gruppengröße ist limitiert.

INVESTITION

€75 inkl. USt.

BILDUNGSSTUNDEN

3,0 Bildungsstunden allg.

ANSPRECHPARTNERIN

Mag. Fiona Slapota
fiona.slapota@tieraezrteverlag.at
+43 1 512 30 78 43



© Sigmund Freud PrivatUniversität



vetaK
VETAKADEMIE
Österreichischer Tierärzrteverlag

VETAKADEMIE

Österreichischer Tierärzrteverlag Ges.m.b.H.,
Hietzinger Kai 87, 1130 Wien, Tel. 01/512 30 78
FN 457146z, UID-Nr. ATU71358309

VETMENTAL-WORKSHOP:

PSYCHOLOGISCHE STRATEGIEN

VR DR. EVA WISTRELA-LACEK betreibt seit 2003 eine Kleintierpraxis im 4. Wiener Gemeindebezirk. 2014 schloss sie ihre postgraduate Ausbildung in Verhaltensmedizin und Verhaltenstherapie beim Hund ab.

Seit 2017 arbeitet sie als Ausschussmitglied der Tierärztekammer Landesstelle Wien und war dort maßgeblich für die Einführung und Abhaltung des Kynologischen Grundlagenseminars für Tierärzt*innen verantwortlich.

Ihr ehrenamtliches Engagement für den Verein neunerhaus tierärztliche Versorgungsstelle für Tiere obdachloser und wohnungsloser Menschen, dem sie seit 2010 als Gründungsmitglied, Vorstand und medizinischer Leiter verbunden ist, wurde mit der Ernennung zur Veterinärärztin 2020 honoriert.

In ihrer Freizeit arbeitet VR Dr. Wistrela-Lacek als geprüfte ÖKV-Hundetrainerin als Ausbildungsbeauftragte an der Hundeschule ÖGV SHS WIEN.



Foto: beige stellt

INFORMATIONEN UND GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

KURSFORMATION

Wir ersuchen Sie, nach Erhalt der Rechnung die Teilnahmegebühr binnen 14 Tagen, spätestens bis zum Seminartermin zu überweisen. Die Rechnung wird per E-Mail oder Post versandt. Inhaltliche Änderungen vorbehalten. Bei Nichterreichen der MindestteilnehmerInnenzahl wird die Veranstaltung vom Veranstalter abgesagt/verschoben.

STORNO

Alle Stornierungen müssen in jedem Fall schriftlich erfolgen. Bei jeder Stornierung beträgt die Bearbeitungsgebühr € 30,-. Da Seminar- bzw. Fortbildungsplätze kurzfristig nicht zu verkaufen sind, müssen wir bei einer Stornierung ab dem 42. Tag vor Kursbeginn 50 %, bei einer Stornierung 21 Tage vor Kursbeginn 100 % der Teilnahmegebühr berechnen. Wenn Sie eine*n der Zielgruppe entsprechende*n Teilnehmer*in nominieren können, entfällt die Stornogebühr, es kommt nur die Bearbeitungsgebühr zur Anwendung. Bei Nichtteilnahme an einzelnen Blöcken bzw. Teilen einer Ausbildung ist dennoch der gesamte Betrag zu bezahlen. Sollte ein VETAK-Seminar durch Krankheit des/der Trainer*in, zu geringe Teilnehmer*innenzahl, höhere Gewalt oder andere unvorhersehbare Ereignisse ausfallen, kann die VETAK nicht zum Ersatz von anfallenden Kosten verpflichtet werden.

ANSPRECHPARTNERIN/SEMINARMANAGEMENT

Mag. Fiona Slapota
fiona.slapota@tieraerzterverlag.at
T: +43 1 512 30 78-43



VETAKADEMIE

Österreichischer Tierärzterverlag Ges.m.b.H., Hietzinger Kai 87, 1130 Wien, Tel. 01/512 30 78
FN 457146z, UID-Nr. ATU71358309