

STURZANGST - ERKENNEN UND WIRKSAM BEGEGNEN

Campus³ AG
Haselstrasse 18
5400 Baden
Tel.: +41 (0)56 552 60 00
E-Mail: info@campus3.ch



Kursausschreibung

STURZANGST - ERKENNEN UND WIRKSAM BEGEGNEN

EINLEITUNG

Bis zu 92% der Gestürzten und mehr als 50% der älteren, nicht gestürzten Personen entwickeln eine zumindest zeitweilige Sturzangst [1]. Diese führt zu Einschränkungen in der Teilhabe und kann die Lebensqualität der betroffenen Personen erheblich beeinträchtigen [2].

In dieser Fortbildung lernst du, wie eine Sturzangst erkennbar wird und du das Ausmass einschätzen kannst. Es wird besprochen und praktisch geübt, welche Methoden und Techniken in die Therapie/ den Pflegealltag integriert werden können, um Sturzangst zu mindern oder zu überwinden.

ZIELE

Die Teilnehmenden

- wissen um aktuelle Erkenntnisse zu Ursachen, Dynamiken und Folgen von Sturzangst
- sind sensibel gegenüber der Bedeutung und Auswirkungen von Sturzangst im Alltag von Betroffenen
- verfügen über diagnostische und beobachtende Kompetenzen zur Erkennung von sturzbedingtem Vermeidungsverhalten
- erarbeiten sich praktische Handlungsmöglichkeiten zur Angstreduktion und Mobilitätsförderung
- stärken ihre kommunikativen Fähigkeiten im Umgang mit sturzängstlichen Personen und deren Umfeld
- verfügen über ein interprofessionelles Verständnis zur ganzheitlichen Prävention von Stürzen und Sturzangst
- können das Gelernte in den eigenen Arbeitsalltag zur nachhaltigen Verbesserung der Versorgungsqualität transferieren

INHALTE

Nach diesem Kurs kannst du

- sturzbezogene Ängste systematisch erkennen und benennen.
- die psychologischen und körperlichen Auswirkungen von Sturzangst einordnen.
- Risikofaktoren und Schutzfaktoren in Bezug auf Sturzangst analysieren.
- geeignete Kommunikationsstrategien im Umgang mit sturzängstlichen Menschen anwenden.
- alltagsnahe und evidenzbasierte Massnahmen zur Angstreduktion und zur Förderung der Mobilität auswählen und umsetzen.
- interdisziplinär mit anderen Berufsgruppen zur Prävention und Intervention bei Sturzangst zusammenarbeiten.
- die Wirksamkeit eingesetzter Massnahmen evaluieren und anpassen.

METHODEN/ARBEITSWEISEN

- Impulsvorträge zur Vermittlung aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse und praxisrelevanter Grundlagen
- Fallbesprechungen aus dem Alltag der Teilnehmenden zur gemeinsamen Analyse und Lösungsfindung
- Praktische Übungen zur Selbsterfahrung
- Gruppenarbeiten und Rollenspiele zur Förderung von Kommunikation und Perspektivwechsel
- Reflexionsrunden zur Übertragung des Gelernten in den individuellen Berufsalltag
- Szenarientraining zum Durchspielen kritischer Situationen
- Peer-Coaching und kollegiale Beratung zum strukturierten Austausch und gemeinsamer Lösungsentwicklung
- Transferaufgaben für die Praxis: Kleine Aufgaben zur Umsetzung zwischen den Modulen (bei mehrtägigen Formaten)

KURSVORAUSSETZUNGEN

Therapeut:innen (Physio, Ergo, Logo, Sport), Pflegefachkräfte, medizinisches Fachpersonal, Fachkräfte aus der Betreuung und geriatrischen Versorgung

LEITUNG

Michaela Gross

BEMERKUNGEN

1.

Scheffer AC, Schuurmans MJ, van Dijk N et al. Fear of falling: measurement strategy, prevalence, risk factors and consequences among older persons. Age Ageing 2008; 37: 19-24. DOI: 10.1093/ageing/afm169

1.

Schoene D, Heller C, Aung YN et al. A systematic review on the influence of fear of falling on quality of life in older people: is there a role for falls? Clin Interv Aging 2019; 14: 701-719. DOI: :10.2147/CIA.S197857

Kursort	Datum	Zeiten	Kurs-Nr	Sprache	Kosten
	11.10.2026 23.11.2026	09.30 - 16.30 Uhr 17.00 - 18.00 Uhr	17426	Deutsch	CHF 290.-