



## Und was machst du zu deinem ganz persönlichen Ziel?

Karriere oder Familie? Geld oder Freizeit? Prestige oder Zufriedenheit? Bei der Auswahl unserer persönlichen Ziele kommt es darauf an, die eigenen Vorlieben und Begabungen nicht aus dem Blick zu verlieren. Nicht nur Fragebogen und Persönlichkeitstests können dabei helfen, sondern auch Imaginationstechniken: **Wir müssen versuchen, uns möglichst lebhaft vorzustellen, wie es wäre, dieses oder jenes Ziel zu erreichen, Was genau wäre dann anders, und würde uns das glücklich machen?**

Häufig jagen wir mehreren Traumzielen nach, ohne ausreichend zu bedenken, welche Herausforderung diese mit sich bringen. Die Motivationspsychologin Gabriele Oettingen empfiehlt daher zu beachten, welche Hürden sich einem in den Weg stellen könnten. Das schafft ein realistischeres Bild des Erreichbaren.

Es ist wichtig, Befriedigung aus dem eigenen Tun zu ziehen und sich auch an kleinen Erfolgen und Etappenzielen zu erfreuen. Dann nimmt man die meist unvermeidlichen Rückschläge nicht so schwer und arbeitet viel gelassener weiter.

Mehr dazu findest du auch im Kurs "Alles im Fluss» vom 15. September 2018".

Herzlich,

Martina

## F A Q made IKAMED

Am 25. Mai 2018 tritt die neue Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) in der Europäischen Union in Kraft. Was sollten wir Therapeuten dazu wissen? Gerne geben wir dir zu untenstehender Frage ein Beispiel. Weitere Informationen findest du unter folgendem Link "Neues Datenschutzgesetz DSGVO".

**Frage:** Deine Praxis befindet sich in der Schweiz und du behandelst lediglich Schweizer Klientinnen und Klienten. Musst du jetzt etwas unternehmen?

**Antwort:** In diesem Fall brauchst du im Moment gar nichts zu unternehmen, da du von der DSGVO nicht betroffen bist. Du unterstehst weiterhin dem geltenden Schweizerischen Datenschutzrecht.

Das Schweizer Datenschutzgesetz wird im Moment revidiert. Der Bundesrat hat am 15. September 2017 einen ersten Entwurf samt Botschaft veröffentlicht. Im Moment wird dieser Entwurf vom Parlament geprüft. Das genaue Datum des Inkrafttretens des revidierten Gesetzes ist zurzeit noch ungewiss. Sobald der definitive Revisionstext vom Parlament angenommen wird, solltest du dich genauer informieren, welche Schritte zu unternehmen sind.



## Spannende Kurse am IKAMED

Weitere Kurse findest du auf [www.ikamed.ch](http://www.ikamed.ch).

Tronc Commun / Zusammenarbeit mit medizinischen Fachpersonen, Mi. 29.08.2018 und Mi. 05.09.2018 (Daniel Schenk)

- Mit zunehmender Komplexität bei Krankheiten und Störungen wird es immer wichtiger, dass alle helfenden Berufe für den Klienten zusammenarbeiten. Das setzt voraus, dass Therapeuten bezüglich der Zusammenarbeit

mit medizinischen Fachpersonen sensibilisiert sind und über fundierte Kenntnisse verfügen.

Tronc Commun / KlientInnensicherheit und Risikomanagement, Mo. 05.11.2018 und Mo. 26.11.2018 (Claudio Schönenberger)

Komplementär-Therapeuten tragen eine grosse Verantwortung. Nebst der aktiven

- Unterstützung zur Genesung, müssen sie sicherstellen, dass Klienten stets geschützt sind sie über die Gewissheit verfügen, in schwierigen Situationen richtig zu handeln. Dieser Kurs schenkt den Teilnehmenden Sicherheit im Umgang mit diversen Kliententhemen und deren Risiken.

## WEITERE KURSE

### Unsere TV-Tipps

- Mikroplastik - die unsichtbare Gefahr  
Donnerstag, 28.06.2018, 22:25 Uhr, SRF 1
- Globale Dickmacher, Wie die Lebensmittelindustrie die Armen verführt  
Montag, 09.07.2018, 21:50 Uhr, SRF 1



### Insides - News vom IKAMED

Vom Montag, 16. Juli 2018 bis am Freitag, 17. August 2018 sind wir in der Sommerpause und wünschen auch dir eine wundervolle, sommerliche Auszeit.

Auch in dieser Zeit steht dir unser IK-Facebook-Chat rege zur Seite und unterstützt dich bei sämtlichen IK-Fragen, viel Spass.

Hier geht's zum IK Facebook-Chat.

---

**Herzlich,**

Dein IKAMED-Team



**IKAMED AG**

Limmatquai 112

8001 Zürich

Telefon: +41 (0)44 447 45 15

E-Mail: [info@ikamd.ch](mailto:info@ikamd.ch) | Website: [www.ikamed.ch](http://www.ikamed.ch)

[Newsletter abbestellen](#)

---

This email was sent to <<Email Address>>

[why did I get this?](#) [unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)

IKAMED Institute AG · Limmatquai 112 · Zurich 8001 · Switzerland

The MailChimp logo is displayed in a white, cursive font inside a grey rounded rectangular box.