

Burnout Prävention - Das Feuer darf nie ausgehen!

Zielgruppe

Fachkräfte öffentlicher und freier Träger der Jugendhilfe, der Kommunalen Jugendreferate, der Kindertagesbetreuung und der Sozialhilfe

Ziele und Inhalte

Merkmale sozialer Arbeit sind die teilweise schwierige und emotional anstrengende Klientel, ein hoher Zeit- und Verantwortungsdruck und ein immer höher werdender administrativer Aufwand bei tendenziell weniger Personal. Da ist es wichtig, ganz gezielt etwas gegen das „Ausbrennen“ zu tun.

In diesem Workshop erfahren die Teilnehmenden mehr über das Burnout-Syndrom und lernen zu erkennen, wie es um den eigenen Energiehaushalt bestellt ist. Sie bekommen Anregungen, wie ein bewusster Umgang mit „Zeit“ und „Energie“ gelingen kann.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können ihre persönlichen Nischen zum Kraftschöpfen entdecken und ihren „Energieräubern“ auf die Spur kommen. So ist es möglich, aus einer sich anbahnenden Burnout-Krise herauszukommen (oder sie erst gar nicht entstehen zu lassen), weiter mit Freude bei der Arbeit sein zu können und letztendlich Arbeitskraft und Gesundheit zu erhalten.

Methoden

Im Seminar wechseln sich Trainerin-Input, Austausch im Plenum mit Einzel- und Kleingruppenarbeit ab

Veranstaltungsnummer:

20-4-MS8-1

Zeit und Ort:

25.06.2020 - 26.06.2020

Tagungszentrum Gültstein

Preis:

Mit Übernachtung 280,00 €

Ohne Übernachtung 225,50 €

Referent/in:

Renate Nischak, Dornhan

Fachliche Auskünfte:

Manfred Schwarz

Tel. 0711/6375-415

Organisatorische Auskünfte:

Tel. 0711 6375-610

Mo-Do 9:30-12, 13-15:30 Uhr

Fr 9:30-12 Uhr