

Burnout-Prävention

Mehr als nur ein bisschen müde

Zielgruppe

Schwerbehindertenvertretungen, Betriebs-/Personalräte/Mitarbeitervertretungen, Arbeitgeber und Inklusionsbeauftragte des Arbeitgebers

Ziele und Inhalte

Spüren Sie es auch? Der Betriebswind ist schärfer geworden. Zeitdruck und Verantwortungslast haben sich erhöht, weil die gleiche Arbeit oft mit weniger Personal erledigt werden muss. Tun Sie also rechtzeitig etwas gegen das weitverbreitete Ausbrennen!

Burnout-Prävention ist für Sie selbst ebenso relevant wie die von Ihnen vertretenen Menschen mit Behinderung. In diesem Seminar erfahren Sie detailliert, was das Burnout-Syndrom eigentlich ausmacht und warum es so tückisch ist.

Im Einzelnen:

- Was sind erste Anzeichen?
 - Was unterscheidet eine „normale“ Erschöpfung von „Burnout“?
 - Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?
- Diplom-Sozialpädagogin Anna Pruski sensibilisiert Sie dafür, bei sich selbst und bei anderen Mitarbeitern auf den Energiehaushalt zu achten und mögliche Energieräuber rechtzeitig zu erkennen. Wenn Sie bei sich ernst zu nehmende Anzeichen feststellen, sollten Sie wissen, welche Energiespender Ihnen zur Verfügung stehen. Mit den hier vermittelten Informationen können Sie aber auch Ihre Kollegen dabei unterstützen, genau hinzuschauen und im Fall des Falles Gegenmaßnahmen zu ergreifen.

Anna Pruski belässt es nicht bei der grauen Theorie: In Rollenspielen üben Sie, wie Sie Ihre Kollegen in einer derart heiklen Angelegenheit adäquat ansprechen und damit einen

Veranstaltungsnummer:

23-3-BURN-2

Zeit und Ort:

21.09.2023 - 22.09.2023

Bildungszentrum Schloss Flehingen

Preis:

Mit Übernachtung 137,00 €

Ohne Übernachtung 78,00 €

Referent/in:

Anna Pruski, Böblingen

Fachliche Auskünfte:

Ulrich Römer

Tel. 0721/8107-985

Organisatorische Auskünfte:

Tel. 0711 6375-610

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

Fr 9:30-12 Uhr

Prozess anstoßen, der aus der schleichenden Burnout-Krise herausführt.
Ein brandaktuelles Seminar zum Wohl Ihrer selbst und Ihres Teams!