

Burnout-Prävention - Mehr als nur ein bisschen müde

Kursnummer	26IP0007
Zeitraum	Di., 23.06.2026 - Do., 25.06.2026 10:00 - 15:00 Uhr
Dauer	3 Termine
Gebühr	mit Übernachtung: 343,00 € (inkl. MwSt.) ohne Übernachtung: 181,00 € (inkl. MwSt.)
Kursleitung	Jürgen Kempf, Anna Pruski
Zielgruppe	Schwerbehindertenvertretungen, Betriebs-/Personalräte/Mitarbeitervertretungen, Arbeitgeber und Inklusionsbeauftragte des Arbeitgebers

Spüren Sie es auch? Der Betriebswind ist rauer 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 Mitarbeitenden 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 Kolleginnen und 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 Kolleginnen und Kollegen in einer derart heiklen Angelegenheit adäquat ansprechen und damit einen Prozess anstoßen, der aus der schleichenden Burnout-Krise herausführt.

Ein brandaktuelles Seminar zum Wohl Ihrer selbst und Ihres Teams!

Die Fortbildungsveranstaltung ist mit 14 CDMP-Stunden anerkannt.

Datum	Uhrzeit	Ort
23.06.2026	10:00 - 17:00 Uhr	Schloßstraße 31, Tagungszentrum Gültstein
24.06.2026	08:30 - 18:00 Uhr	Schloßstraße 31, Tagungszentrum Gültstein
25.06.2026	08:30 - 15:00 Uhr	Schloßstraße 31, Tagungszentrum Gültstein