

Stress, Burnout und Depression - Die psychische Gesundheit von Mitarbeitenden erhalten

Kursnummer	26KP0029
Datum	Mo., 19.10.2026, 09:30 - 16:30 Uhr
Dauer	1 Termin
Gebühr	169,00 € (inkl. MwSt.)
Kursleitung	Dorothee Gerdung-Graebenstein, Dr. Alexander Rapp
Zielgruppe	Träger, Trägervertretung, Hilfe zur Erziehung, soziale Dienste

Ein schnelleres Arbeitstempo und höhere Anforderungen kann den Druck für manche Menschen in der heutigen Welt zu viel sein. Halten Erschöpfung, "Ausgebranntsein" und psychischer Dauerstress an, kann sich daraus für den Betroffenen eine ernstzunehmende Erkrankung entwickeln. Krisen und Psychische Erkrankungen kommen jedoch nicht von heute auf morgen, sondern entwickeln sich über einen längeren Zeitraum. Unsicherheit, Scham oder Angst vor Stigmatisierung lassen die Betroffenen ihre Symptome oder Erkrankung verschweigen. Häufig werden die Anzeichen von Vorgesetzten sowie Kollegen längere Zeit nicht wahrgenommen, falsch interpretiert oder gar ignoriert. Die Betroffenen und das Umfeld haben häufig die Hoffnung, dass die Situation nur vorübergehend ist und sich bald wieder ändert.

In diesem Seminar werden folgende Themen besprochen:

- Wie ein Burnout entsteht
- Mechanismen wie es dazu kommt
- Wie interveniert werden kann

Ziel des Seminares ist, Bedarfe zu erkennen, Hilfesysteme und mögliche Kooperationspartner zu kennen sowie Unterstützungsmöglichkeiten in die Wege zu leiten.

Datum	Uhrzeit	Ort
19.10.2026	09:30 - 16:30 Uhr	Lindenspürstraße 39, KVJS Stuttgart