Burnout-Prävention

Kursnummer	27ID0022
Datum	Do., 15.04.2027, 08:30 - 16:30 Uhr
Dauer	1 Termin
Gebühr	0,00 € (inkl. MwSt.)
Kursleitung	Jürgen Kempf, Anna Pruski
Zielgruppe	Schwerbehindertenvertretungen, Betriebs-/Personalräte/Mitarbeitervertretungen, Inklusionsbeauftragte sowie Arbeitgeber und deren Vertreter

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 für die von Ihnen vertretenen Menschen mit Behinderung. In diesem eintägigen Online-Seminar erfahren Sie kompakt und verständlich, was das Burnout-Syndrom eigentlich ausmacht und warum es so tückisch ist.

Das Kompaktseminar richtet sich an Führungskräfte, Mitarbeitende mit Personalverantwortung und gewählte Schwerbehindertenvertretungen und alle, die sich mit dem Thema Burnout auseinandersetzen und frühzeitig gegensteuern möchten.
Kurze theoretische Inputs vermitteln einen Überblick über wesentliche Aspekte, um ein Verständnis von Burnout zu bekommen.

Im Einzelnen:

Wie entsteht ein Burnout?
Was sind erste Anzeichen?
Was unterscheidet eine „normale“ Erschöpfung von „Burnout“?
Was können erste Gegenmaßnahmen sein?

Ein brandaktueller Crash-Kurs zum Thema Burnout – kompakt, praxisnah und online an nur einem Tag! Sie erhalten einen Überblick über Warnsignale und Ursachen sowie konkrete Impulse zur Prävention und zum Umgang mit Belastungen – für Sie selbst und Ihr Team.

Diese Fortbildungsveranstaltung ist mit 7 CDMP Stunden anerkannt.

Datum	**Uhrzeit**	**Ort**
15.04.2027	08:30 - 16:30 Uhr	Online-Seminar