caritascampus

Caritasverband für das Erzbistum Köln

Weitere Informationen und Online-Anmeldung unter www.caritascampus.de

Burnoutprävention in der Kita – Online-Seminar

Stress und Burnout bei Erzieherinnen und Erziehern vermeiden (Vertiefungsveranstaltung gemäß PrävO) - buchbar bis 30.06.2025

Pädagogische Fachkräfte in Kitas gehören zu den Burnout-Hochrisikogruppen. Studien zeigen aber auch, dass Erziehende trotz aller Belastungen ihren Job lieben. Schwierige Kinder bewerten sie zwar als anstrengende Herausforderung, viel größeren Stress aber bereiten ihnen zu große Gruppen und gleichzeitig zu wenig Kolleginnen und Kollegen.

Die Zielgruppe dieses Online-Seminars sind Mitarbeitende, welche sich selber vor der Gefahr des Ausbrennens schützen möchten oder professionelle Burnoutprävention in ihrer Einrichtung umsetzen wollen.

Wie können Sie einem Burnout vorbeugen in der Kita?

Mit diesem Online-Seminar stärken Sie Ihr Wissen zur Entstehung eines Burnouts und erlernen Maßnahmen zur persönlichen und betrieblichen Burnoutprävention. Weitere wichtiger Bestandteile sind das Erkennen von Warnsignalen und der Umgang mit inneren Stressoren. Sie erlangen praxistaugliche Handlungskompetenzen, welche Sie problemlos in den Alltagsablauf in der Kita integrieren können.

Die Inhalte des Online-Seminars im Überblick:

- Aufbau einer betrieblichen Burnoutprävention;
- Erkennung von Warnsignalen;
- Methoden der Stressreduktion;
- innere und äußere Stressoren bearbeiten;
- Zeitmanagement als Instrumente der Burnoutprävention sowie
- Glaubenssätze als Ursache von Stress bearbeiten.

Aufbau des Online-Seminars zur Prävention

Das Online-Seminar besteht aus mehreren Modulen, die Sie bequem von zuhause aus bearbeiten können. Jedes Modul enthält Dokumente mit interaktiven Übungen oder Fragebögen zum Ausdrucken und Bearbeiten.

Die Bearbeitungszeit kann mit durchschnittlich 24 Unterrichtsstunden angesetzt werden (24 Ustd./3 Tage). Die Seminarinhalte werden für 3 Monate freigeschaltet. Nach dem erfolgreichen Abschluss des Online-Seminars erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung.

Nummer

24322-025

Start

Jetzt buchen und werktags innerhalb von 24 Stunden starten. Sie haben dann 3 Monate Zeit, das Seminar abzuschließen.

Zielgruppen

Mitarbeitende in Kitas und Familienzentren

Referent/in

Markus Classen

Diplom-Kaufmann mit Schwerpunkt Psychologie und Erwachsenenbildung

IHK-zertifizierter Coach

Teilnehmende (max.)

1000

Reduzierter Preis für Mitgliedsorganisationen

190.00 €

Normaler Preis für Externe

220.00 €

Bildungspunkte (ECTS)

1.60

Hinweis

Die Veranstaltung ist gemäß der Präventionsordnung als Vertiefungsschulung anerkannt.

Unterrichtsstunden

24