caritascampus

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

Online-Seminar: Burnoutprävention in sozialen Berufen

Vertiefungsveranstaltung gemäß PrävO - buchbar bis 30.06.2025

Es ist schon lange bekannt, dass Fachkräfte in sozialen Berufen zu den Burnout-Hochrisikogruppen zählen. Gerade die Kombination von hohem sozialem Engagement und oft starken Belastungen, zum Beispiel durch Personalmangel, kann die Entstehung eines Burnouts begünstigen. Die Hingabe zur beruflichen Tätigkeit in Kombination zu herausfordernden Arbeitsbedingungen muss jedoch nicht zwingend zu einem Burnout führen.

Mit diesem Online-Seminar stärken Sie Ihr Wissen zur Entstehung eines Burnouts und erlernen Maßnahmen zur persönlichen und betrieblichen Burnoutprävention. Sie erlernen Methoden der Prävention, welche Sie und Ihre Kolleg_innen in ihrem herausfordernden Alltag einsetzen können. Weitere wichtige Bestandteile der Burnoutprävention, welche Sie in diesem Onlineseminar erlernen, sind: das Erkennen von Warnsignalen und der Umgang mit inneren Stressoren.

Die Inhalte des Online-Seminars im Überblick:

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

23722-013

Start

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

Zielgruppen

Alle fachlich Interessierten

Referent/in

Markus Classen

Diplom-Kaufmann mit Schwerpunkt Psychologie und Erwachsenenbildung

IHK-zertifizierter Coach

Teilnehmende (max.)

1000

Reduzierter Preis für Mitgliedsorganisationen

250.00 €

Normaler Preis für Externe

280.00 €

Bildungspunkte (ECTS)

1.60

Pflegepunkte (RbP)

12.00

Hinweis

Die Veranstaltung ist gemäß der Präventionsordnung als Vertiefungsschulung anerkannt.

Unterrichtsstunden

24