

Stressmanagement - Burnout verhindern

Seminar Nummer:

125

Dauer:

Dauer: 1 in Tagen
Die Dauer im Onlineformat wird individuell abgestimmt

Ziel:

Burnout ist ein Thema, das viel diskutiert wird. Aber was ist darunter zu verstehen? Wo verläuft die Grenze zwischen Burnout-Syndrom und temporärer Beanspruchung? Wie können Sie eine Burnout-Entwicklung bei Ihren Mitarbeiter/Innen frühzeitig erkennen? Welche Interventionsmöglichkeiten haben Sie und wo kommen Sie an Ihre Grenzen?
Antworten darauf werde in diesem Seminar gegeben.
Es richtet sich an Führungskräfte mit Personalverantwortung.
Es richtet sich an Führungskräfte mit Personalverantwortung.

Voraussetzung:

keine

Inhalte:

- Burnout erkennen: Wann ist es ein Burnout?
- Burnout-Verläufe verstehen: Wie entsteht und wie verläuft ein Burnout-Prozess?
- Burnout-Auslöser und Auseinandersetzung mit dem eigenen Burnout-Risiko
- Wie Sie (vermutlich) betroffene Mitarbeiter ansprechen können
- Wo Unternehmen zur Burnout Prävention ansetzen können

Gut zu wissen:

Bringen Sie gerne Fragen aus Ihrem Alltag mit

Methoden:

Präsentation, Übungen, Gruppenarbeit,
Diskussion & Austausch, Reflexion

Dateiname:

Menschen_1_Stressprävention