

Notwendigkeit innerbetrieblicher Burnout-Prävention

Burnout-Erkrankungen mehren sich seit einigen Jahren in all unseren Berufsbranchen und die Zahl derer, die an dieser Erkrankung leiden, nimmt auffallend zu.

Wie bereits erwähnt, ist eine immer noch vorherrschende Annahme, ein „Burnout“ steht in direktem, bzw. fast ausschließlichem Zusammenhang mit den jeweiligen Arbeitsbedingungen oder beruflichen Rahmenbedingungen. Hinzu kommt ein oft vorschneller Vorwurf an die Adresse der Führungs- oder Leitungskräfte, die genauso von Burnout-Erkrankungen betroffen sind wie alle anderen Mitarbeitenden auch.

Selbstverständlich kann das Verhalten von Führungskräften und/oder die Art und Weise wie sie leiten, berufs- und arbeitsbedingtes Stresserleben bei Mitarbeitenden positiv oder negativ beeinflussen. Aber eben „nur“ beeinflussen, seltenst ist es die alleinige Ursache für die Burnout-Erkrankung von Mitarbeitenden.

Burnout-Erkrankungen können, abgesehen vom großen Leid der Betroffenen, zu einem wesentlichen Kostenfaktor in einem Unternehmen, einer Einrichtung oder Institution werden. Der „Ausfall“ einer Mitarbeiterin, eines Mitarbeiters durch eine lang andauernde Burnout-Erkrankung hat nicht selten einen Anstieg der Erkrankungen weiterer Mitarbeiter*innen zur Folge, da die Mehrbelastung der verbleibenden Mitarbeitenden erheblich ansteigt und somit weitere Burnout-Erkrankungen zu verzeichnen sind.

Viele Unternehmen, Einrichtungen oder Institutionen nehmen ihre Fürsorgepflicht zum Anlass, sich professionell, konstruktiv und kreativ mit dieser Thematik zu beschäftigen, bedarfsorientierte Konzepte zu erarbeiten und zu implementieren.

Gerne begleiten und unterstützen wir Sie hierbei.

Burnout

Psychische und psychosomatische Erkrankungen nehmen innerhalb unserer Gesellschaft eine zunehmende Bedeutung ein. Berufs- und arbeitsbedingtes Stresserleben und Erschöpfungszustände werden häufig unter dem Begriff Burnout beschrieben.

In Unternehmen und Institutionen mehrt sich die Anzahl der berufstätigen Menschen, die sich, unabhängig ihrer Funktion und Art der Tätigkeit, am Ende ihrer Belastungsgrenze fühlen. Dies trifft für die Mitarbeiter*innen eines Unternehmens genauso zu, wie für die Führungskräfte einer Institution.

Die Entstehung von Burnout-Prozessen und deren Auswirkungen beruhen nicht nur - wie immer noch gerne angenommen - ausschließlich auf arbeits- bzw. berufsbedingten Stressfaktoren. Burnout-Prozessen zugrunde liegt ein komplexes und multifaktorielles Ursachengeschehen, bestehend aus individuellen, sozialen, kulturellen, beruflichen und/oder arbeitsbedingten Einflüssen.

Beratung und Anmeldung ProDeMa®

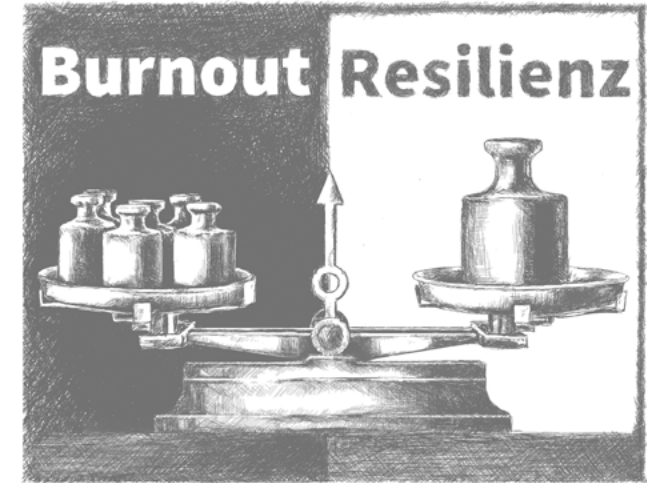
Institut für Professionelles
Deeskalationsmanagement
Bahnhofstraße 52
D - 73329 Kuchen
Tel.: + 49 (0) 7331 - 946 786 - 0
Fax.: + 49 (0) 7331 - 946 786 - 9
info@probopma.de
www.probopma.de

Leitung

Gerd Weissenberger
info@probopma.de



**Burnout
Prävention**



www.probopma.de

SEMINARE

Professionelles Burnout- und
Stresspräventionsmanagement

2018

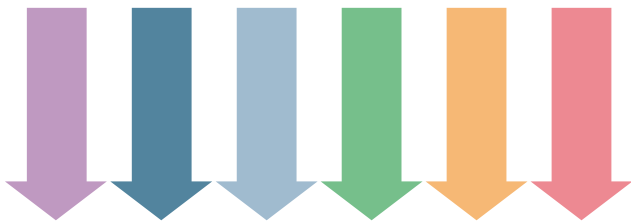
Prävention

Fortbildungsveranstaltungen & Seminare

Ziel der Fortbildungsveranstaltungen und Seminare ist ein Wissenszuwachs zum Thema Burnout, Ursachen und Entstehung von Stresserleben sowie Burnout-Prozessen. Mitarbeiter*innen und Führungskräfte erhalten Impulse, werden sensibilisiert, können Burnout-Prozesse und die jeweiligen Anteile der Beteiligten daran erkennen und einschätzen. Bewertungs- und Handlungskompetenzen werden erweitert.

Multifaktorielles systemisches Ursachenmodell

Soziale, kulturelle,
gesellschaftliche
Berufliche Faktoren
Stressbelastung Private
Subjektive Stressbelastung
Wahrnehmungsprozesse und
deren Konsequenzen Eigene Werthaltungen,
Neurobiologische Einstellungen und Überzeugungen
und individuelle Dispositionen



Burnout

Variante A

1-Tages-Fortbildungsveranstaltung

(Unbegrenzte Anzahl der Teilnehmer*innen)

In einer Ganztagesveranstaltung, ohne Begrenzung der Anzahl der Teilnehmenden, wird den Mitarbeiter*innen und Führungskräften das Präventionskonzept und Grundwissen zum Thema Burnout vermittelt. In einem lebendigen und praxisorientierten Vortrag, mit Beispielen werden Ursachen und Entstehung von Burnout-Prozessen dargestellt.

Die Informationsveranstaltungen bewirken bei einer großen Zahl der Mitarbeiter*innen einen schnellen Wissenszuwachs zur Thematik, geben der Institution Impulse in der Beurteilung innerbetrieblicher Risikofaktoren im Umgang mit Stress und Belastungen. Sie dienen zusätzlich als Entscheidungshilfe, das Präventionskonzept in der Institution umzusetzen, Burnout-Präventionstrainer*innen auszubilden oder vertiefende Inhouse-Schulungen und Trainings durchzuführen.

- Kurzvorstellung Professionelles Burnout- und Stresspräventionsmanagement
- Information über Ursachen und Entstehung von Burnout und Burnoutprozessen
- Erkennen von Burnoutprozessen bei sich und bei Kolleg*innen
- Multifaktorielles Ursachenmodell
- Sensibilisierung für eine gegenseitige Achtsamkeit
- Klärung offener Fragen

Kosten

Die Kosten richten sich nach der jeweiligen Schulungsvariante, der Anzahl der Teilnehmenden, Personal- und Technikaufwand sowie Reisekosten. Sie liegen zwischen 900,- € bis 1.400,- € pro Tag.

Variante B

2-Tages-Seminar

(max. 16 Teilnehmer*innen)

In einem 2-Tages-Seminar erhalten die Teilnehmenden aufbauend zu der Variante A eine Vertiefung des Themas, in Bezug auf persönliche und innerbetriebliche stressauslösende Faktoren. Es erfolgt eine erste Analyse der oben aufgeführten Faktoren und die Erarbeitung erster Lösungsansätze. Die Teilnehmenden erkennen im Rahmen einer Selbstreflexion ihre individuellen, persönlichen Anteile und erarbeiten daraus individuelle Maßnahmen und Veränderungsmöglichkeiten.

- Analyse der innerbetrieblichen stressauslösenden Faktoren
- Erarbeitung Maßnahmenkatalog
- Private Stressoren - Selbstreflexion
- Präventions- und Lösungsansätze
- Klärung offener Fragen

Variante C

2-Tages-Seminar mit Reflexionstag

(max. 16 Teilnehmer*innen)

Das Angebot umfasst die Inhalte der Varianten A+B mit einem zusätzlichen Reflexionstag. Dieser beinhaltet eine Auswertung der Praxisaufgabe aus dem vorangegangenen 2-tägigen Seminar und die Erarbeitung von nachhaltigen Lösungsansätzen. Dadurch erhalten die Teilnehmenden die Möglichkeit, ihre jeweilige persönliche Disposition zu erkennen und akut-belastende Situationen erfolgreich zu meistern.

- Reflexion der Praxisaufgaben
- Erarbeitung nachhaltiger Lösungsansätze
- Fragen- und Diskussionsrunde