

Detailbeschreibung zur Fortbildung

Worum es geht

Immer häufiger fühlen sich Menschen, welche in pädagogischen und artverwandten beruflichen Kontexten tätig sind, erschöpft und ausgebrannt. Hält dieser Zustand an, kann es „krankhaft“ werden. Experten sprechen dann von einem sogenannten Burnout. Betroffen fühlen sich dann häufig überfordert, ausgelaugt, erschöpft, widerstandslos, müde und niedergeschlagen. Oftmals geht dies mit verminderter Leistungsfähigkeit und der Distanzierung von seiner beruflichen Tätigkeit oder auch seinen Mitmenschen einher. Das nähere Hinterfragen dieses Zustands zeigt meist, dass vor allem zu viel Stress, oft auch verbunden mit einer hohen Arbeitsbelastung einhergehen.

In der Fortbildung „*Stress- und Burnoutprophylaxe im pädagogischen Alltag*“ geht die Referentin Frau Meixner auf folgende Aspekte näher ein:

- Definitionen und Abgrenzung zu Stress
- Burnout; Boreout
- Ursachen für die Entstehung von Dauerstress und Burnout
- Anzeichen und Auswirkung auf der geistigen, emotionalen, kognitiven und körperlichen Ebene
- Prophylaxe
- Hilfen, Tipps und Handlungsstrategien für den Umgang mit beruflichen Belastungen und Herausforderungen

Datum, Ort & Format

Fachtag vor Ort und in Präsenz am **02.04.2025, 10:00 bis 16:00 Uhr** am FamilienCampus Lausitz (Am FamilienCampus 1, 01998 Klettwitz)

Zielgruppe

Fachkräfte aus den Bereichen:

- **Kinder- und Jugendarbeit** (Kita & Hort, Hilfen zur Erziehung, Jugend- und Jugendsozialarbeit, Frühe Hilfen, Frühförderung)
- **Schulen** (Lehrer:innen, Schulsozialarbeiter:innen, sonstige pädagogische Mitarbeitende)
- **Gesundheitsversorgung** (Ärzt*innen aus den Bereichen Pädiatrie, Hebammen, Psychiatrie, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten, Psychologische Psychotherapeuten)

Kapazität

Max. 60 Fachkräfte

Kosten und Inklusivleistungen

Für den Fachtag fallen pro Teilnehmer Kosten 59,50 € an (zzgl. 0,70 € Ticketgebühr und ca. 2 €, wenn die Zahlungsart PayPal gewählt wird) .

In dieser Leistung inbegriffen sind neben der Teilnahme an der Veranstaltung folgende Leistungen:

- Getränke in Form von Kaffee, Tee, Wasser und Kaltgetränken
- Diverse Snacks

- Einjähriger Zugang sämtlicher Präsentationen und Materialien vom Fachtag

Mittagessenversorgung

Neben den oben aufgeführten Speisen und Getränken, hat jede*r Veranstaltungsteilnehmer*in die Möglichkeit, an der Speisen- und Getränkeversorgung teilzunehmen. Diese wird durch die Familien-Campus Lausitz gGmbH sichergestellt. Das Mittagsmenü kann durch die Auswahl der jeweiligen Ticketvariante direkt im Rahmen der Bestellung mit gebucht werden. Die dafür anfallenden Kosten sind vor Ort zu entrichten.

Programmablauf:

09:30 Uhr	Anreise
10:00 Uhr	Begrüßung
10:10 Uhr – 12:15 Uhr	Definitionen und Abgrenzung zu Stress Burnout; Boreout Ursachen für die Entstehung von Dauerstress und Burnout
12:15 Uhr – 13:15 Uhr	<i>Mittagspause</i>
13:15 Uhr – 14:45 Uhr	Anzeichen und Auswirkung auf der geistigen, emotionalen, kognitiven und körperlichen Ebene Profilaxe
14:45 Uhr – 15:00 Uhr	<i>Kaffeepause</i>
15:00 Uhr – 16:00 Uhr	Hilfen, Tipps und Handlungsstrategien für den Umgang mit beruflichen Belastungen und Herausforderungen Zusammenfassung, Ausblick, Abschluss