



psyaspect – academy

Webster
UNIVERSITY

Tages-Workshop

“Job Engagement versus Burnout”

Eine Anleitung zur Steigerung des Job Engagements und zur Prävention von Burnout

Referent

Adj. Prof. Mag. Stefan Geyerhofer - Vienna

Leer, erschöpft, ausgebrannt, keine Energie mehr für Arbeit, Freunde, Familie, und das Gefühl sich mehr und mehr von Anderen zu distanzieren.....

"Burnout" ist ein Phänomen, mit dem ManagerInnen, Betriebsräte, Arbeitsmediziner und ArbeitspsychologInnen in zunehmendem Maße konfrontiert sind. Längst sind es nicht "nur" mehr Menschen in "Helfenden- und Lehrenden Berufen", die den Rand der emotionalen Erschöpfung erfahren, oder auch darüber hinaus blicken. Menschen und Organisationen aller Art sind betroffen.

Dieses Seminar soll Möglichkeiten zur persönlichen und betrieblichen Burnout Prävention aufzeigen. Führungskräfte sollen konkrete Ideen zur Früherkennung von Burnout und Handlungsanweisungen für den Umgang mit Betroffenen erhalten. Praxisnahe Ideen zur Steigerung von Job Engagement innerhalb der Organisation werden vorgestellt.

Inhalte im Detail:

1. Was ist Burnout?

- Definition und Geschichte von Burnout
- Fallbeispiele (Video/ Live)
- Anzeichen, Symptome und Phasen

2. Was brennt uns aus?

- Erfahrungsberichte
- Ursachen und aufrechterhaltende Bedingungen
- eine systemische Analyse von Burnout

3. Die Konsequenzen von Burnout

- persönliche Effekte
- soziale Folgen (Partnerschaft, Familie...)
- betriebswirtschaftliche Kosten von Burnout

4. Präventionsmöglichkeiten

- was wir alle tun können
- was Betriebe tun können
- Job Engagement steigern

5. Was Führungskräfte im Besonderen tun können

- Prävention und Früherkennung
- Reaktionen in der Frühphase
- Umgang mit Betroffenen
- Wiedereinstiegsbegleitung

6. Evaluationsmöglichkeiten und Analyse betrieblicher und persönlicher Faktoren von Burnout

7. Praxisübungen

Adj. Prof. Mag. Stefan Geyerhofer

Adj. Prof. für Psychologie an der Webster University, wo er seit 2001 das internationale Burnout-Projekt leitet. Coach und Lehrsupervisor in der ÖAS, Managementtrainer und Berater mit eigenem Institut in Wien. Klinischer Psychologe, Psychotherapeut und Lehrtherapeut.

Adresse: Webster University, Department of Psychology, Berchtoldgasse 1, A-1220 Wien, www.webster.ac.at



Anfragen und Anmeldungen

psyaspect - Reto Mischol M.Sc.
Casinoplatz 7
CH-7000 Chur
Phone: 0840 000 400
international +41 81 250 53 78
info@psyaspect.ch
www.psyaspect.ch