

# Bildungsmarkt SGB II

## Burn-Out im Berufsalltag

Angebot-Nr.	00001060
Preis	Preis auf Anfrage
Termin	Termine auf Anfrage
	Wir richten uns mit Veranstaltungsdauer und -ort nach Ihren Bedürfnissen.
	Die Veranstaltung kann ab 8 Teilnehmer*innen angeboten werden (digital auch weniger). Bitte bemühen Sie sich um entsprechende Auslastung. Alternativ kann die Veranstaltung auch als Einzelcoaching durchgeführt werden.
	Wir bieten sämtliche Seminare und Coachings sowohl in Präsenz als auch in virtuellem Format über das Webtool Ihrer Wahl an. Alle Seminare sind in einem Blended-Learning- Konzept über unsere

Angebot-Nr. 00001060

### Anbieter

**faktorM.**  
Mensch im Unternehmen

### faktorM. - Mensch im Unternehmen

- ✉ Schwaigerweg 2  
85625 Bayern  
Deutschland
- ☎ 08093 6044922
- 📠 08093 6044923
- @ info@faktorM.de
- 🌐 <http://www.faktorM.de>

### Ansprechpartner

### Dipl.-Psych. Petra Ibach- Graß

- Geschäftsführende  
Gesellschafterin
- ☎ 08093 6044922
  - 📠 0176 36103103
  - @ [petra.ibach-grass@faktorM.de](mailto:petra.ibach-grass@faktorM.de)

eigene Online-Plattform eingebettet. Gerne erstellen wir ein individuelles Angebot zugeschnitten auf Ihre Bedarfe. Nehmen Sie Kontakt zu uns auf!

Ort: Bayern

## Beschreibung des Angebotes

Stellen Sie sich vor, Sie sind seit 15 Jahren im Job. Seit 5 Jahren leiten Sie die Abteilung und tragen Verantwortung für Ihre Mitarbeiter\*innen, das Alltagsgeschäft und die reibungslose Zusammenarbeit mit anderen Abteilungen. Dabei stoßen Sie immer wieder auf Widerstand. Personalnotstand und schnelle Veränderungen von Gesetzen und Vorschriften sind keine Ausnahme. Während der Abteilungsbesprechung klingelt das Telefon, gleichzeitig steht Ihr Chef in der Tür. Er will Sie nur kurz sprechen. Am Nachmittag soll die Einweisung für das neue Beratungskonzept stattfinden, und Ihre Stellvertretung hat Ärger mit einer Kollegin. Hier sollen Sie jetzt auch noch als Schlichter\*in fungieren. Es reicht!

## Weitere Informationen zum Angebot

Themen des Trainings:

- Stressorenanalyse (Stressfaktoren der Arbeitsaufgabe, zeitliche, physikalische und organisationale Stressoren)
- Identifikation persönlicher Belastungsfaktoren
- Langfristige Auswirkungen von Stress
- Individuelle Ressourcen und institutionelle Ressourcen richtig nutzen
- Erfolgreiche Lösungsstrategien für verschiedene Stressarten
- Möglichkeiten zur Vorbeugung von Burn-Out

 <http://www.faktorM.de>

### Wolfgang Oppacher

Geschäftsführender  
Gesellschafter

 08093 6044922

 0179 1313016

 [wolfgang.oppacher@faktorM.de](mailto:wolfgang.oppacher@faktorM.de)

 <http://www.faktorM.de>

### Veranstaltungsort

#### faktorM. - Mensch im Unternehmen

 Schwaigerweg 2  
85625 Bayern  
Deutschland



 08093 6044922

 08093 6044923

 [info@faktorM.de](mailto:info@faktorM.de)

 <http://www.faktorM.de>

# Angebotsmerkmale

<b>Form</b>	Workshop/Training
<b>Bildungsziel</b>	Ziel aus Sicht der Personalentwicklung: Die Verweildauer der Mitarbeiter*innen an einer Arbeitsstelle wird erhöht und sie werden in Problemsituationen unterstützt. Wenn Burn-out richtig vorgebeugt wird oder rechtzeitig erkannt wird, verhindern Sie den krankheitsbedingten, langfristigen Ausfall, die Abwanderung in andere Berufsfelder bzw. die Beendigung der Berufslaufbahn. Ziel aus Sicht der Betroffenen: Burn-out vorbeugen oder erkennen um dem Phänomen dann wirkungsvoll begegnen zu können. Neue Freude an Arbeit und am Leben generell, neue Kraft und Leistungsfähigkeit erreichen.
<b>Vertiefungsgrad</b>	Grund-/ Basiswissen
<b>Zielgruppe</b>	Mitarbeiter*innen und Führungskräfte
<b>Zugangsvoraussetzungen</b>	keine

[Angebot manuell aktualisiert am 03.08.2021](#)