

ANMELDUNG

Teilnahmegebühr:

40 Euro

Bei zwei oder mehr Teilnehmer*innen
pro Institution:

20 Euro / Teilnehmer*in

Bitte melden Sie sich formlos per email an:

fachtag@posteo.de

Nennen Sie uns den Namen der Teilnehmenden,
Ihre Institution und die gewünschten Workshops.

Sie erhalten von uns dann eine Anmeldebestätigung,
Rechnung und organisatorische Hinweise.

ORGANISATORISCHE HINWEISE

Veranstalter:

Hochschule Düsseldorf
Fachbereich Sozial- und Kulturwissenschaften
FSP Beruf und Burnout-Prävention
Münsterstraße 156, Gebäude 03
40476 Düsseldorf

Kontakt:

Prof. Dr. Lilo Schmitz und
Artur Schönhütte (wissenschaftlicher Mitarbeiter)
0211/4351-3369
fachtag@posteo.de

Anfahrt:

Tiefgarage
Öffentliche Verkehrsmittel:
S-Bahnhof Derendorf
(4 Minuten ab HBF Düsseldorf,
häufige Verbindungen)

Fortbildung:

Für die Teilnahme erhalten Sie 8
Fortbildungspunkte für die



Hochschule Düsseldorf
University of Applied Sciences
HSD

Fachbereich Sozial- und Kulturwissenschaften
Faculty of Social Sciences and Cultural Studies
SK



FORSCHUNGSSCHWERPUNKT
BERUF UND BURNOUT-
PRÄVENTION



BURNOUT-PRÄVENTION IN DER ALTENHILFE

Lehrende aus Medizin, Psychologie und Sozialpädagogik arbeiten an der HS Düsseldorf im Forschungs- und Entwicklungs-Schwerpunkt „Beruf und Burnout-Prävention“ zusammen. Der aktuelle Fachtag beschäftigt sich mit Burnout-Prävention im anspruchsvollen Feld der professionellen Altenhilfe.

Wer beruflich mit alten Menschen arbeitet und dies lange und zufrieden tun will, muss sich gegen Burnout schützen. Hohe Fallzahlen, Krankenstände, Vertretungen, Schichtdienst, anspruchsvolle Klient*innen, Bewohner*innen und Verwandte, knappe Mittel und gesetzliche Restriktionen machen es nicht leicht, heiter, gelassen und kompetent die Arbeit so zu tun, dass sie Jahrzehnte lang Freude machen kann.

Ebenso wie die Mitarbeiter*innen in Pflege und Betreuung sind auch Führungskräfte im Bereich der Altenhilfe ganz besonderen Anforderungen ausgesetzt. Es ist eine immer neue Aufgabe, die vielfältigen Anforderungen des Arbeitsfeldes mit den Möglichkeiten von Persönlichkeit, Institution und Team in Einklang zu bringen.

Unser Wunschreferent für diesen Fachtag war Prof. Jörg Fengler, der zu Recht als Klassiker im Bereich der Burnout-Prävention gilt. Sein aktuelles Salamander-Modell führt die verschiedenen Stränge von Burnout-Prävention zusammen.

Es zeigt Gefahren und Ressourcen in den Bereichen Person, Privatleben, Zielgruppe, Team, Vorgesetzte, Institution und Gesellschaft. Mit diesem umfassenden Ansatz können Fachkräfte in der Altenhilfe gezielt das Potenzial ihrer individuellen Arbeitssituation in den Blick nehmen und zur Burnout-Prävention nutzen.

PROGRAMM

09:00 **Begrüßung und Einführung**

10:00 **Burnoutprävention—das Salamandermodell**

Vortrag und Diskussion

*Prof. Dr. Jörg Fengler
(Psychologischer Psychotherapeut)*

12:00 **Pause**

13:00 **Workshops**

Die 2½-stündigen Workshops werden von den Professorinnen des Forschungsschwerpunkts geleitet. Nach kurzer Einführung ins Thema haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, interaktiv die Themen zu behandeln, die für ihren persönlichen Berufsalltag besonders interessant und wichtig sind.

1. **Burnout erfolgreich verhindern - der Fokus auf das eigene Wohlergehen**

Burnout ist keine Erbkrankheit und fällt auch nicht vom Himmel, sondern ist der prozeßhafte Verlauf der Ignoranz und Verleugnung eigener Bedürfnisse nach persönlichem Wohlergehen zugunsten externer Zielsetzungen im System. Der Workshop lädt ein zu einer Ideenreise zu eigenen Wünsche und Zielen, um prophylaktisch Burnoutgefahren zu erkennen und ihnen angemessen zu begegnen.

*Prof. Dr. Peter Bündler
(Erziehungswissenschaftler und systemischer Therapeut)*

2. **Burnout – Überlastung, Risikofaktor oder psychische Störung?**

Ausgehend vom aktuellen Kenntnisstand zum Thema Burnout wird in diesem Workshop der Fokus besonders auf die Überlappung bzw. Abgrenzung zu anderen psychischen Störungen gelegt. Die Teilnehmer können dabei eigene berufliche oder persönliche Themen zur Klärung dieser Fragen einbringen.

*Prof. Dr. med. Susanne Hagen
(Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie)*

3. **Stress-Management & Burnout-Prävention**

In diesem Workshop steht der Zusammenhang von Stress und beruflicher Überlastungsreaktion (Burnout) im Fokus. Wie erkenne ich persönliche Belastungsgrenzen? Was sind typische Stressreaktionen und welche Frühwarnsignale lassen sich identifizieren? Und wie kann ich vorsorgen? Im gemeinsamen Austausch und durch Selbstreflexion sollen allgemeine und individuelle Antworten auf die o.g. Fragen entdeckt werden.

*Prof. Dr. Antje Hunger
(Psychologische Psychotherapeutin)*

4. **Burnout-Prävention für Führungs- und Leitungskräfte in der Altenhilfe**

In diesem Workshop sind Führungs- und Leitungskräfte in der Altenhilfe eingeladen, die besonderen Aufgaben, Belastungen und Möglichkeiten ihrer beruflichen Position zu reflektieren und in lösungsorientiertem Austausch neue Ideen für die persönliche Praxis mit zu nehmen.

*Prof. Dr. Lilo Schmitz
(Ethnologin und Sozialpädagogin)*

5. **Burnout-begünstigende Faktoren und Burnout-Prävention in der Pflege**

In dem Workshop werden zunächst die Burnout-begünstigenden Faktoren im Berufsfeld der Pflege erläutert sowie der Gesundheitszustand von Pflegefachkräften. Dann wird in Kleingruppen überlegt, welche Ressourcen speziell bei der Prävention und beim Umgang mit Burnout hilfreich sind. Dies wird durch Ergebnisse aus der Pflegeforschung ergänzt.

*Prof. Dr. med. Susanne Wolf
(Fachärztin für Arbeitsmedizin; Umweltmedizin)*

15:30 **Berichte aus den Workshops**

16:15 **Verabschiedung**