

## 49. Vortrag

## „Engagiert – Workoholic – Burnout?“

Dienstag, 13. März 2007, 19.30 Uhr

**Referentin:**

**Petra Kuniarta-Chograni MAS** war selbst viele Jahre in einem burnout-gefährdeten Beruf tätig. Seit drei Jahren berät sie als selbständige Supervisorin, Coach und Unternehmensberaterin sowohl MitarbeiterInnen von Non-Profit-Organisationen als auch Führungskräfte in Wirtschaftsbetrieben bzw. UnternehmerInnen und GründerInnen.

**Kosten:**

Kursbeitrag € 8,--

Bitte um Anmeldung bis spätestens  
2. März 2007



Was ist Burn-out? Hat das etwas mit Arbeitssucht zu tun? Wie kann man beides erkennen? Was kann man tun, um es wieder loszuwerden bzw. was kann man – z.B. auch als Personalverantwortliche(r) – tun, damit es gar nicht erst soweit kommt?

In diesem Vortrag werden Ursachen und Erscheinungsformen des Burnout sowie anlassbezogene und präventive Gegenstrategien erörtert. Wenn Sie möchten, können Sie sich auch in einem kurzen Fragebogen selbst testen.

**Inhalte:**

- Der Weg zum Burn-out (Krankmachende Mechanismen, „Ursachen“)
- Besonders burn-out-gefährdete Berufe
- Woran erkenne ich das Burn-out? (Vorstufen, Warnsignale, Symptomatik, Stadien)
- Vergleich mit der Arbeitssucht
- Möglichkeiten der Prävention und Hilfe