



beka

business in bewegung

Das Burnout-Syndrom

**Wenn die Arbeit krank macht -
vorbeugen, erkennen und helfen**

**26. und 27. Januar 2012
Wuppertal**

Referent:
Univ.-Prof. h.c. Dr. Kurt Gaik
Dozent für Rhetorik und
Verhaltenspsychologie an der
Universität Wuppertal

Zielgruppe:
Führungskräfte und Mitarbeiter

CLASSIC SEMINAR

Service-Informationen:

Telefon: 02 21 / 95 14 49-13

E-Mail: seminare@beka.de

Seminare und Tagungen:

R. Domgörgen -13

C. Mandt -21

H. Peters -16

Anmeldung:

Fax: 02 21 / 95 14 49-30

oder www.beka.de

beka GmbH

Bismarckstraße 11-13

50672 Köln

Sehr geehrte Damen und Herren,

die Anzahl der Betroffenen steigt zurzeit rapide an, ihr Alter wird dabei immer jünger. Mittlerweile ist jeder zweite Arbeitnehmer gefährdet. Das Heimtückische an diesem Syndrom liegt in seinem schleichenden Wachsen, oft wird es zu spät erkannt oder allzu lange (aber schließlich vergeblich) aus Scham verdrängt.

Burnout und andere psychische Erkrankungen sind heute die häufigsten Ursachen für krankheitsbedingte Fehlzeiten.

Hier setzt das Seminar an: Es will dazu beitragen, dass Gefährdete und schon Betroffene (aber auch und gerade der Vorgesetzte!) die aufkeimende Gefahr rechtzeitig erkennen und wirksam gegensteuern.

Seminarinhalte

1. Was ist (noch) "normale" Erschöpfung und wo beginnt bereits das Burnout Syndrom?
2. Stress, Burnout oder schon echte Depression?
3. Welche Ursachen lassen Menschen "ausbrennen"?
4. Typische Verlaufsphasen des Burnout-Syndroms
5. Stress und Burnout-Anzeichen bei Mitarbeitern rechtzeitig erkennen und angemessen reagieren (Aufgaben und Grenzen der Führungskraft)
6. Wie lässt sich durch ein verändertes Arbeitsmanagement und gezielte Entspannungstechniken das Steuer rechtzeitig herumreißen?
7. Tipps für eine Burnout vorbeugende Lebensführung (Beruf, Privatleben, Freizeit)
8. Wenn das Vollbild des Burnout-Syndrom da ist: Wo und wie erhält der Betroffene wirksame Hilfe?

<u>Zeitplan</u>	Tag	2. Tag
Seminarbeginn	10.00 h	08.30 h
Kaffeepause	11.00 h	10.30 h
Mittagessen	12.30 h	---
Kaffeepause	15.30 h	---
Seminarende	17.30 h	14.00 h mit anschließendem Imbiss

Anmeldung und organisatorischer Ablauf

Tagungsort **InterCityHotel Wuppertal**
Döppersberg 50
42103 Wuppertal

Mit dem InterCityHotel wurde eine Tagungspauschale in Höhe von € 129,-- vereinbart. Die Tagungspauschale beinhaltet:

- Mittag- und Abendessen am ersten Veranstaltungstag inkl. je einem Getränk
- Mittagsimbiss am zweiten Veranstaltungstag inkl. einem Getränk
- Kaffeepausen und Tagungsgetränke

Im Tagungshotel haben wir genügend Einzelzimmer vom 25.01. bis 27.01.2012 für Sie vorgebucht. Die Übernachtungskosten im Einzelzimmer inkl. Frühstück betragen € 85,-- pro Nacht.

Bitte vermerken Sie auf der Anmeldung Ihre Übernachtungswünsche. Wir werden die Zimmerreservierung für Sie veranlassen und Ihnen die Tagungspauschale zusammen mit der Teilnahmegebühr zzgl. MwSt. nach Seminarteilnahme in Rechnung stellen.

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt. Als definitive Zusage zur Seminarteilnahme erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung. Nach Anmeldeschluss erhalten Sie die Seminarunterlagen.

Teilnahmegebühr Pro Teilnehmer € 665,-- zzgl. MwSt.

Anmeldeschluss Freitag, 06. Januar 2012

Max. Teilnehmerzahl 10 Personen

Gruppenrabatte

Nehmen mehrere Mitarbeiter eines Unternehmens gemeinsam an derselben Veranstaltung zum gleichen Termin teil, dann erhalten sie für den zweiten Teilnehmer einen Rabatt von 10 % und ab dem dritten Teilnehmer einen Rabatt von 20 % auf die jeweilige Teilnahmegebühr. Ein Rabatt auf die Tagungspauschale und die Übernachtungskosten inkl. Frühstück kann bei Gruppenbuchungen nicht gewährt werden. Bei nachträglicher Teilstornierung wird der oben genannte Rabatt zurückgenommen.

Stornierung / Umbuchung / AGB

Bei Stornierung nach Anmeldeschluss werden 50 % der Teilnahmegebühr sowie etwaige Hotelausfallkosten berechnet. Die Stornierung ist schriftlich vorzunehmen. Eine Vertretung ist selbstverständlich möglich. Bei Nichterscheinen werden die gesamte Teilnahmegebühr sowie die Hotelkosten berechnet. Alle Preise verstehen sich zzgl. Mehrwertsteuer. Desweiteren gelten unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Mit freundlichen Grüßen



Ihr Seminar- und Tagungs-Team der beka GmbH

Weitere Veranstaltungshinweise

Bitte merken Sie sich auch diese Termine vor!

Zeit- und Stressmanagement

09. und 10. Februar 2012 in Wuppertal

Souverän im Umgang mit Kunden aus verschiedenen Kulturen

14. und 15. März 2012 in Mannheim

Gerne senden wir Ihnen die detaillierte Seminarankündigung zu.
Fordern Sie die Unterlagen unter seminare@beka.de oder ☎ 0221-95144913 an!

Bitte senden Sie uns die Anmeldung per Post oder per Fax unter 0221/ 951449-30 zurück!

beka GmbH
Seminare und Tagungen
Postfach 19 04 01
50501 Köln

Anmeldeschluss: 06.01.2012

Teilnehmeranmeldung

Seminar: Das Burnout-Syndrom
Termin: 26. und 27. November 2012 in Wuppertal

Vor- und Zuname: _____

Position: _____

Unternehmen: _____

Anschrift: _____

E-Mail-Adresse
des Teilnehmers: _____

Telefon-Nr.: _____

Telefax-Nr.: _____

Zimmerreservierung:

Wir bitten um Buchung eines Einzelzimmers

ab Vorabend ()

ab Kurstag ()

Zimmerreservierung wird nicht gewünscht ()

Die Teilnahmegebühr sowie die Tagungspauschale und Übernachtungskosten gem. Seminarankündigung zzgl. MwSt. bitten wir in Rechnung zu stellen an

Datum

Unterschrift / Firmenstempel