

Online Workshop

"Burnout Prävention: Sofortmaßnahmen für Kita- und Hortleiter:innen"

mit Pam Wenzel

Soforthilfen für mehr Gelassenheit
im Kita- und Hortalltag.

In diesem Workshop erfährst Du nicht nur auf knackige Weise das Wichtigste zum Thema Stress, Stressreaktion und wie Du die Gefahr eines drohenden Burnouts bei Dir und in Deinem Team erkennen kannst, sondern erhältst auch nützliche Tools für ein effektives Zeit- und Selbstmanagement – für mehr Gelassenheit, auch wenn es drunter und drüber geht.

Dieser Kurs ist genau richtig für Dich, wenn Du...

- Leiter:in bist in einer Kita, einem Hort oder einer vergleichbaren Einrichtung
- mehr erfahren möchtest zum Thema Stress und Burnout Prävention
- lernen willst achtsamer mit Deinem Stress umzugehen
- mehr Gelassenheit in den Arbeitsalltag bringen möchtest

Das erwartet Dich im Kurs...

- Speziell entwickelt für die Herausforderungen von Leiter:innen
- Abwechslungsreiche Techniken aus den Bereichen Stressmanagement, Burnout Prävention und Resilienztraining
- Grundlagen und Tipps zur wertschätzenden und konfliktfreieren Teamführung
- Methoden für Dein Zeitmanagement, wie Du Prioritäten richtig setzt, um Deine Aufgaben (geliebte wie ungeliebte) sinnvoll zu strukturieren
- uvm.

Kosten & Dauer

Online: 119€ | Präsenz: 139€ | ca. 5 Stunden inkl. Pausen

Kontakt & Anfragen

Pam Wenzel
hallo@pam-wenzel.com

Mehr Informationen zu Workshops & Co

www.pam-wenzel.com