Oberberg
Fachklinik Rhein-Jura

Einladung zum Webinar für LehrerInnen

Macht Stress krank?
Burnout und Depression erkennen und erfolgreich behandeln

am **Donnerstag, 9. Februar 2023**, von 19:00 bis 20:30 Uhr

Sehr geehrte Damen und Herren,

am **Donnerstag, 9. Februar 2023 um 19:00 Uhr,** laden wir Sie herzlich zu unserem Webinar zum Thema **„Macht Stress krank? Burnout und Depression erkennen und erfolgreich behandeln“** ein. Prof. Dr. med. Michael M. Berner, Chefarzt und Klinikdirektor der Klinik für Psychiatrie und Psychosomatische Medizin des Städtischen Klinikums Karlsruhe, wird zu diesem Thema referieren. Die Moderation dieses Webinars übernimmt Priv.-Doz. Dr. med. Andreas Jähne, Ärztlicher Direktor der Oberberg Fachklinik Rhein-Jura und der Oberberg Tagesklinik Lörrach.

Die letzten Monate und Jahre haben das individuelle Stressbewältigungssystem vor vielfältige Herausforderungen gestellt. Zu globalen Herausforderungen wie einer weltweiten Virus-Pandemie mit weitreichenden Einschränkungen der Lebensführung oder Krieg in Europa mit drohender Energiekrise treten persönliche und berufliche Herausforderungen.

Häufig ändernde Krisen(stunden)pläne, plötzlich geänderte Ausgangslagen und Anspannungen tragen zusätzlich zum Gefühl der Überforderung bei. Besonders die Pandemie war für viele Lehrerinnen und Lehrer herausfordernd: Unerwartete Anforderungen wie neue digitale Kompetenzen und die Einhaltung der Schutz- und Hygienebestimmungen, unbesetzte Stellen, häufige Mehrarbeit und fordernde Eltern. Die Folgen können Erschöpfung, Schlafstörungen oder sozialer Rückzug sein – erste Warnzeichen für einen Burnout.

Können wir diesem Stress noch Herr werden? Sind das normale Stressreaktionen oder der Beginn einer seelischen Krankheit? Und wie findet man aus einem momentanen Tief effektiv und nachhaltig heraus? Das Webinar will einige dieser Fragen beantworten, Krankheitsbilder definieren und effektive Behandlungsoptionen aufzeigen.

Das Webinar ist kostenfrei und findet live über Zoom statt. Die Teilnehmerzahl ist limitiert. Wir bitten daher um frühzeitige und verbindliche Anmeldung über den unten abgebildeten QR-Code.

Während des Vortrags besteht die technische Möglichkeit, anonymisiert in schriftlicher Form Fragen zu stellen.

Über den QR-Code gelangen Sie zu weiteren, detaillierten Informationen sowie zur Anmeldung.

Bei Rückfragen wenden Sie sich gerne an:
veranstaltungen@oberbergkliniken.de

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Herzliche Grüße

Priv.-Doz. Dr. med. Andreas Jähne
Ärztlicher Direktor
Oberberg Fachklinik Rhein-Jura
Oberberg Tagesklinik Lörrach

Prof. Dr. med. Michael Berner
Chefarzt und Klinikdirektor
Klinik für Psychiatrie und Psychosomatische Medizin
des Städtischen Klinikums Karlsruhe

Das Webinar findet in freundlicher Zusammenarbeit mit dem Berufsschullehrerverband Baden-Württemberg statt.