

EINLADUNG ZUM DIGITALEN WORKSHOP: BURNOUT-PRÄVENTION FÜR ANGEHENDE SPORTLEHRKRÄFTE

- Jede zweite bis fünfte Lehrkraft leider unter Burnoutsymptomen
- Auch Sportlehrkräfte gelten als belastete Gruppe
- Idee dieses Projektes: Burnoutprävention zu einem frühen Zeitpunkt
- Die Themen sind beispielsweise:
 - Reflexion zur Berufswahl der (Sport-)Lehrkraft
 - Umgang mit Stress
 - Zeit- & Selbstmanagementtechniken
 - Ressourcenaktivierung



Bei Interesse melden Sie sich bitte per Email
bei Dr. Hanna Raven: h.raven@dshs-koeln.de.

- Die Teilnahme ist kostenlos.
- Vier Termine á 90 Minuten per Videokonferenz

