



Seminar

Resilienz stärken

Burnout in der Pflege vorbeugen



Marian Kairet

Pflegepersonen stehen vor einem immensen Druck. Die Anforderungen steigen, der Fachkräftemangel spitzt sich zu und die Arbeit an der Basis wird durch gesellschaftliche, wirtschaftliche und strukturelle Hindernisse erschwert. Inmitten all dieser Herausforderungen ist Resilienz ein Schlüsselbegriff.

Resilienz ist die Fähigkeit, Belastungen standzuhalten, Krisen zu meistern und daraus gestärkt hervorzugehen. Sie ist die Kraft, die Menschen in der Pflege brauchen, um langfristig gesund zu bleiben.

Im Seminar „Resilienz stärken – Burnout in der Pflege vorbeugen“ beschäftigen sich die Teilnehmer*innen mit den Möglichkeiten eines mentalen und emotionalen Schutzschildes, der Pflegepersonen hilft, in ihrem Beruf gesund zu bleiben und diesen mit Engagement und Zufriedenheit auszuüben.

Resilienz ist eine Fähigkeit, die jeder lernen und trainieren kann!

Referentin

Marian Kairet, MSc
Master der Pädagogischen
Wissenschaften (Universität Gent),
Ausbildung zur Mediatorin, Supervisorin,
Psychotherapeutische Propädeutikum,
Lehrende am AZW Innsbruck

Termine

15. Dezember 2025
von 09:00 bis 17:00 Uhr
7 Unterrichtseinheiten á 50 Minuten

Ort

Caritas Zentrale,
Heiliggeiststrasse 16, 6020 Innsbruck

Zielgruppe

Personen in der Begleitung von
Menschen im Alter und/oder mit
Beeinträchtigung

Teilnahmebeitrag

190,- Euro inkl. Seminarunterlagen