





# Brennen ohne zu verbrennen – Überlastungsprävention für Ärztinnen und Ärzte

05. bis 08. November 2024 im Kloster Alexanderdorf

Die Arbeitsbedingungen in der Medizin haben sich sehr verändert: Arbeitstempo und Arbeitsverdichtung haben zugenommen. Die moderne Kommunikationstechnik macht jeden fast überall verfügbar. Der Zwang zur Selbstdarstellung und Optimierung ist allgegenwärtig. Medizin droht zu ökonomisieren, Mitmenschlichkeit bleibt auf der Strecke. Die Erwartungen der Patienten steigen. Die Administration wächst und wächst ...

In dieser Situation verleiten Anspruch und Leistungsbereitschaft oft dazu, vieles auszugleichen und alles zu geben. Das bleibt jedoch nicht ohne Folgen, zehrt an Kräften und Motivation und beeinflusst schließlich auch tragende Lebensbezüge. Es ist nicht leicht, diese Tretmühle zu verlassen – schon gar nicht, wenn der Kopf nicht frei ist und die Alltagsgeschäfte laufen müssen.

	<b>Zeiten</b> Dienstag 18:30 – 21:00 Uhr   Anreise bis spätestens 16:30 Uhr Mittwoch 09:00 - 19:30 Uhr   Donnerstag 09:00 - 19:30 Uhr   Freitag 09:00 – 13:00 Uhr
	<b>Zielgruppe</b> Ärztinnen und Ärzte (kleine Gruppe mit max. 12 Teilnehmern)
	<b>Format</b> Vortrag, Diskussion, Gruppen- und Einzelarbeit, Übungen
	<b>Kursleiter</b> Torsten Klatt-Braxein, Beratung + Fortbildung für Heilberufe Dipl.-Theologe, Systemischer Supervisor (SG), Systemischer Therapeut und Berater (SG) <a href="http://www.salusmedici.de">www.salusmedici.de</a>
	<b>Veranstaltungsort</b> Kloster Alexanderdorf   Klosterstr. 1   15838 Am Mellensee bei Zossen, südlich von Berlin – gut mit Auto und Bahn zu erreichen. Weitere Informationen finden Sie unter <a href="http://www.kloster-alexanderdorf.de">www.kloster-alexanderdorf.de</a>
	<b>Zertifizierung</b> Die Veranstaltung wird bei der Landesärztekammer Brandenburg zur Zertifizierung eingereicht.
	<b>Wissenschaftliche Leitung:</b> Dr. med. Andrea Kaling
	<b>Unsere Leistungen</b> 3 Übernachtungen im Gästehaus (EZ), Vollverpflegung, Seminarunterlagen
	<b>Teilnahmegebühr</b> <b>MB-Mitglied</b> Ärztin/Arzt 950,- € <b>Nicht-MB-Mitglied</b> Ärztin/Arzt 1.200,- €
	<b>Anmeldung:</b> <a href="http://www.marburger-bund.de/seminare">www.marburger-bund.de/seminare</a>

# Brennen ohne zu verbrennen – Überlastungsprävention für Ärztinnen und Ärzte

05. bis 08. November 2024 im Kloster Alexanderdorf



**Veranstaltungsort**  
Kloster Alexanderdorf | Klosterstr. 1 | 15838 Am Mellensee

## PROGRAMM

### Dienstag, 05. November 2024

18:30 – 21:00 **Ankommen – Anreise bis spätestens 16:30 Uhr** Torsten Klatt

- Vorstellung Teilnehmer / Kursleiter
- Kursplanung / Organisatorisches
- Anliegen, Beweggründe, persönliche Arbeitsziele für den Kurs

### Mittwoch, 06. November 2024

09:00 – 19:30 **Bekanntes erkunden und verstärken**

- Burnout / Ursachen
- Bestandsaufnahme Belastungsfaktoren
- Bestandsaufnahme Resilienz und Ressourcen
- Stärken und Ressourcen ausbauen

### Donnerstag, 07. November 2024

09:00 – 19:30 **Neues entwickeln und verankern**

- Optionen entwickeln und im persönlichen Leben verankern

### Freitag, 08. November 2024

09:00 – 13:00 **Veränderungen in den Alltag bringen**

- Vorstellung von weiteren Unterstützungsmöglichkeiten und Hilfen zur Entwicklung eines persönlichen Handlungsplans für die Zeit nach dem Kurs
- Auswertung des Kurses / Abschied