

# „ICH KANN NICHT MEHR!“

## Kosten:

Vortrag: € 10,-

Seminar inklusive Mittags-Imbiss: € 40,-

Anmeldung für das Seminar bis zum 3. April 2019 an:

Katholisches Bildungswerk Kärnten

ka.kbw@kath-kirche-kaernten.at, Tel.: 0463 / 5877 2423

## Kinderbetreuung beim Seminar:

Kostenlos! Anmeldung mit Name und Alter des Kindes bis zum 3. April



Katholische Kirche Kärnten  
KATHOLISCHE AKTION



Diakonie Akademie de La Tour  
WEGE. NEU. DENKEN.



Bundeskanzleramt

Bundesministerin für Frauen,  
Familien und Jugend

Bundesministerium

Bildung, Wissenschaft  
und Forschung

Erschöpft, müde und ausgebrannt...

# ERSCHÖPFT, MÜDE UND AUSGEBRANNT...

... weil der Stress längst bei unseren  
Kindern angekommen ist

Immer schneller, immer besser, immer mehr! Wir leben in einer Gesellschaft und Zeit, in der viel und noch mehr von uns erwartet wird. Von uns Eltern, PädagogInnen und vor allem von unseren Kindern. Es braucht die besten Noten, die beste Förderung von Anfang an und alles muss perfekt laufen. Menschen, die dem Leistungsdruck nicht gerecht werden, sind "einfach nicht stark genug". Da wundert es wenig, dass Erschöpfungszustände und Zukunftsängste schon lange bei uns angekommen sind – und bei unseren Kindern.

Doch wollen wir diesen Weg gehen? Wollen wir das Prinzip Leistung in der Form, in der wir es derzeit unseren Kindern – und uns – zumuten? Wie wachsen zufriedene, lernbegierige Kinder heran? Und wie können wir als Gesellschaft ein Ausbrennen verhindern? - Professor Dr. Schulte-Markwort fordert ein Umdenken, damit unsere Kinder andere Werte finden, an denen sie sich orientieren können.

„Es ist unsere Aufgabe, die Entstehung von Burnout-Kids zu verhindern.  
Sie sind das Thermometer, das uns anzeigt, dass wir ein  
zu hohes Tempo gehen, dass das Fieber zu hoch ist.  
Wir müssen das Fieber senken. Wadenwickel helfen nicht mehr.“ -  
Professor Dr. Schulte-Markwort

Vortrag und Seminar  
mit

**Prof. Dr. Michael Schulte-Markwort**



Prof. Dr. med. Michael Schulte-Markwort, Ärztlicher Leiter im Zentrum für Psychosoziale Medizin im Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf und Leitender Abteilungsarzt Kinder- und Jugendpsychosomatik im Altonaer Kinderkrankenhaus, Autor bekannter Bücher wie Super Kids, Burnout-Kids und Kindersorgen.

Der Hamburger Kinder- und Jugendpsychiater Michael Schulte-Markwort ist Experte für Auswirkungen gesellschaftlicher Entwicklungen auf Kinder und Jugendliche.

**Abendvortrag: Freitag, 5. April 2019, 19 Uhr**

Mit welchen Erwartungen, Sorgen und Ängsten unsere Kinder heute konfrontiert sind und wie wir sie als Eltern und PädagogInnen auf ihrem Weg begleiten und unterstützen können.

**Seminar: Samstag, 6. April 2019, 9-15 Uhr**  
(Ankommen ab 8.30 Uhr, Mittagspause 12.20-13.30 Uhr)

Brennpunkt Schule: Warum bereits SchülerInnen ausbrennen, woran Eltern und PädagogInnen ein Burnout erkennen und was wir schon im Vorfeld tun können um das zu verhindern. Mit Fallbeispielen und der Möglichkeit, Fragen zu stellen.

Ort jeweils:

**Diözesanhaus Klagenfurt**  
Tarviser Str. 30, 9020 Klagenfurt