

ELTERN-BURNOUT

in der ambulanten Psychotherapie

Dr. phil. Elia Zürcher

Fachpsychologin für Psychotherapie FSP

Dienstag, 24. Februar 2026

Vortrag 18.00-19.30 Uhr, danach Apéritif

Psychcentral, Lessingstrasse 9, 8002 Zürich

Seit der Pandemie erhält das Thema Eltern-Burnout zunehmend öffentliche Aufmerksamkeit. Dennoch ist es nach wie vor ein Tabuthema, es ist enorm schuld- und schambesetzt. Eltern, die über längere Zeit eine Dysbalance erleben zwischen elterlichem Stress und ausreichenden Ressourcen, diesen zu managen, leiden unter chronischem Elternstress. Daraus entwickeln in den westlichen Ländern rund 5% ein Eltern-Burnout. Dieses kann schwerwiegende und nachhaltige Konsequenzen für Eltern und Kinder haben, weshalb Eltern-Burnout in der ambulanten Psychotherapie dringend Beachtung geschenkt werden muss. Der Vortrag gibt einen Überblick über Ätiologie, diagnostische und inhaltliche Einordnung sowie therapeutische Interventionen.



Dr. phil. Elia Zürcher, 1981, ist Fachpsychologin für Psychotherapie FSP, eidg. anerkannte Psychotherapeutin und Mutter von 4 Kindern. Sie arbeitet in eigener Praxis mit Schwerpunkt Müttergesundheit und Eltern-Burnout. Nebst Workshops und Referaten unterhält sie einen Podcast («Bei Anruf...») für Eltern.

Für die Fortbildung werden 2 Credits SGPP vergeben.

→ Anmeldungen bitte bis 22. Februar an:
events@psychcentral.ch

PsychCentral und Psychologie.ch

Ambulante
Psychiatrie und
Psychotherapie
www.psychcentral.ch



Johnson & Johnson
mepha  | **teva** 