

# Ablaufplan Burnout – Berater

1. Ausbildungstag	
09.00- 12.00 Uhr	Einführung in die Ausbildung Vortrag: Stresserkrankungen und Burnout als gesellschaftliche Zeitbombe
14.30 - 18.00 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stress- und Stressreaktion, unterschiedliche Stressoren</li> <li>• Erscheinungsformen der Belastungen im Beruf</li> </ul> Konzept des multimodalen Stressmanagements nach S.Duske und G.Kaluza Methodenlehre, Methoden zur Resilienz:
19.30 - 21.00 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mentaltraining, Achtsamkeitstraining</li> </ul> Bewertung des Stresses und eigene Umgangsformen in Triadenarbeit
2. Ausbildungstag	
09.00- 12.00 Uhr	Konzept des multimodalen Stressmanagements nach S.Duske und G.Kaluza Methodenlehre, Methoden zur Resilienz: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mentaltraining, Achtsamkeitstraining</li> </ul>
14.30 - 18.00 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Konfliktlösung</li> <li>• Stärkung des Selbstwertes</li> <li>• Genuss Training</li> <li>• Einführung Entspannungstraining</li> <li>• Autogenes Training</li> <li>• Progressive Muskelentspannung</li> </ul>
19.30 - 21.00 Uhr	Praxisübungen in der Triade
3. Ausbildungstag	
09.00- 12.00 Uhr	Praktische Üben: Entspannungsverfahren Gruppendynamik, Gruppenleitung, Umgang mit Ängsten Umgang mit Widerstände und schwierigen Teilnehmer
14.30 - 18.00 Uhr	Einsatz der multimodalen Stressbewältigung in Seminaren E Stress ist messbar, Einsatz der technischen Systeme im Einzelgesprächen und in der Beratung
19.30 - 21.00 Uhr	<b>Abschluss Trainerausbildung</b> Einübung kurzer Seminareinheiten (Triadenarbeit)
4. Ausbildungstag	
09.00 – 12.00 Uhr	Stress ist messbar, Einsatz der technischen Systeme im Einzelgesprächen und in der Beratung
ca. 12.00 Uhr	Abschluss Trainerausbildung
14.30 - 18.00 Uhr	Burnout Prozess, Depression versus Burnout Einführung in Kommunikation und Beratung <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kommunikationsmodelle</li> <li>• Gesprächsführung nach Rogers</li> </ul> Praktische Übungen in der Gesprächsführung
19.30 - 21.00 Uhr	Erarbeitung von Fragebögen zum Thema „Stressbelastung“
5. Ausbildungstag	
09.00- 12.00 Uhr	Projekt Umfrage
14.30 - 18.00 Uhr	Präsentation der Ergebnisse

# Ablaufplan Burnout – Berater

6. Ausbildungstag	
<b>09.00- 12.00 Uhr</b>	Entwicklung von Präventionsmaßnahmen Chancen und Grenzen des Burnout-Beraters, Beratungsübungen Interventionsmöglichkeiten mit Kliniken und anderen Einrichtung Position im eigenen Unternehmen, in eigener Praxis und beim Kunden Besprechung der Fallbespiele
<b>14.30 - 18.00 Uhr</b>	„Flick- und Putzstunde, Prüfung Abschluss

## Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Bergsträßer Institut für ganzheitliche Entspannung und Kommunikation veranstaltet  
vom \_\_\_\_\_ das Seminar/ Ausbildung

### **„Burnout Berater/in“**

Ich \_\_\_\_\_

Wohnhaft in \_\_\_\_\_

beanspruche für diese Veranstaltung Bildungsurlaub.

Die Unterlagen über die Bildungsveranstaltung (Programm mit Zielgruppe, Lernzielen, Lerninhalten, zeitlichem Ablauf) finden Sie umseitig.

Das Seminar ist als Bildungsurlaub der beruflichen Weiterbildung anerkannt u.a. in

- Brandenburg (gemäß §24 u. § 14 Abs. 1 BbgWWBG GZ 26.13-41150 bis 17.01.2020)
- NRW (gemäß Anerkennungsbescheid vom 18.04.2013, AZ 48.06.01-134 unbefristet)
- Berlin (GZ: II D 15 – 101913 bis 04.02.2020)
- Niedersachsen (gemäß Anerkennung VA-Nr. 17-58407 bis 31.12.2019)
- Rheinland-Pfalz (gemäß §7, AZ 6692/1134/17 bis 28.05.2019)
- Bremen (AZ.:23-17 2018/331 bis 09.07.2020)
- Hessen (AZ III1A-55n-4145-1026-18-0961 bis 24.07.2020)
- Hamburg (HI 43-1/406-07.5,48332 bis 02.09.2019)
- Saarland (§ 6 Abs. 2 SBFVG Bescheid vom 14.09.2014)
- Baden-Württemberg (AZ 12c11-6002-61 unbefristet)
- Mecklenburg Vorpommern (AZ: LAGuS/MV-6-S78A-0019/17 -F01 bis 02.12.2018)
- Sachsen-Anhalt (AZ.: 207-53502-303 bis 15.05.2020)
- Schleswig-Holstein (GZ WBG/B/16467 bis 31.05.2019)

Anerkennungen in weiteren Bundesländern sind auf Anfrage möglich. In den meisten Bundesländern gelten für die Anerkennung Fristen von 6-10 Wochen – bitte erkundigen Sie sich dazu bei uns.



Unterschrift B.I.E.K.



Zertifiziertes Institut für  
Aus- und Weiterbildung  
**B.I.E.K.**  
Promenadenstr. 10-12  
64625 Bensheim  
Tel.: 0 62 51 - 78 06 86  
Fax: 0 62 51 - 5 86 05 95

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Teilnehmer/in