Ihr Spezialist für
Lebensbalance und
Ausbildungen

Burnout –Berater

Gästehaus Germania (Wangerooge)

Prävention und Gesundheitsförderung bei Stress in Gesellschaft und Beruf

B.I.E.K. BERÜHREND · BEWEGEND · MOTIVIEREND

1. Ausbildungstag	
09.00 – 12.00 Uhr	Einführung in die Ausbildung Vortrag: Stresserkrankungen und Burnout als gesellschaftliche Zeitbombe ***3 h polit. Bildung***
13.00 – 17.15 Uhr	• Erscheinungsformen der Belastungen im Beruf • Stressfaktoren innerhalb der Institution (Führungsverhalten Vorgesetzter, Kostendruck, Arbeitsvolumen) • Stressfaktoren im gesellschaftlichen Umfeld
17.15 – 18.00 Uhr	• Gesellschaftliche Vorstellung des Begriffs „Psychische Gesundheit“
19.30 – 21.00 Uhr	• Stress- und Stressreaktion, unterschiedliche Stressoren Bewertung des Stresses und eigener Umgangsformen in Triadenarbeit
2. Ausbildungstag	
09.00- 12.00 Uhr	Konzept des multimodalen Stressmanagements nach S.Duske und G.Kaluza Methodenlehre u.a.:
13.00 - 18.00 Uhr	• Mentaltraining, Achtsamkeitstraining • Konfliktlösung • Stärkung des Selbstwertes • Genuss Training
19.30 - 21.00 Uhr	Praxisübungen in der Triade
3. Ausbildungstag	
09.00 - 10.30 Uhr	Referat: Kosten im Gesundheitswesen durch stressbedingte Erkrankungen ***1,5h polit. Bildung***
10.45 - 12.00 Uhr	Einführung Entspannungstraining • Autogenes Training • Progressive Muskelentspannung Praktische Üben: Entspannungsverfahren
13.00 - 18.00 Uhr	Gruppendynamik • Gruppenleitung, Umgang mit Ängsten • Umgang mit Widerständen und schwierigen Teilnehmer Einsatz der multimodalen Stressbewältigung in Seminaren
19.30 - 21.00 Uhr	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. 13.00 Uhr	Abschluss Trainerausbildung
14.00 - 18.00 Uhr	Burnout Prozess, Depression versus Burnout Einführung in Kommunikation und Beratung • Kommunikationsmodelle • Gesprächsführung nach Rogers
19.30 - 21.00 Uhr	Praktische Übungen in der Gesprächsführung
5. Ausbildungstag	
09.00- 12.00 Uhr	Erarbeitung von Fragebögen zum Thema „Stressbelastung“ Projekt Umfrage
13.00 - 18.00 Uhr	Präsentation der Ergebnisse

B.I.E.K.
Inhaberin Silvia Duske
Promenadenstr. 10-12
64625 Bensheim

Tel. 06251/ 780686
Fax: 06251/581430
www.biek-ausbildung.de
info@biek-ausbildung.de

Burnout – Berater

Prävention und Gesundheitsförderung bei Stress in Gesellschaft und Beruf

6. Ausbildungstag	
09.00-12.00 Uhr	Entwicklung von Präventionsmaßnahmen Chancen und Grenzen des Burnout-Beraters, Beratungsübungen Interventionsmöglichkeiten mit Kliniken und anderen Einrichtung
14.30 – ca. 18.00 Uhr	Position im eigenen Unternehmen, in eigener Praxis und beim Kunden Besprechung der Fallbespiele Durch die Bearbeitung von ausgewählten gesellschaftspolitischen Texten setzen sich die Teilnehmenden mit gesellschaftlichen Zusammenhängen auseinander und präzisieren ihren Standort in Arbeitswelt und Gesellschaft ***1,5h polit. Bildung*** „Flick- und Putzstunde, Prüfung Abschluss

Zielgruppe:

- Menschen aus dem psychosozialen-therapeutischen Bereich
- Führungskräfte, Abteilungsleiter, Teamleiter
- Mitarbeiter aus dem BGM
- Mitarbeiter aus der betrieblichen Weiterbildung

B.I.E.K.
Inhaberin Silvia Duske
Promenadenstr. 10-12
64625 Bensheim

Tel. 06251/ 780686
Fax: 06251/581430
www.biek-ausbildung.de
info@biek-ausbildung.de

Burnout – Berater

Prävention und Gesundheitsförderung bei Stress in Gesellschaft und Beruf

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 (GZ: 26.13-47136 bis 07.03.2021)
- NRW (gemäß Anerkennungsbescheid vom 18.04.2013, AZ 48.06.01-134 unbefristet)
- Berlin (GZ: II A 74 – 106165 bis 17.02.2021)
- Niedersachsen (gemäß Anerkennung VA-Nr. 20 – 72047 AZ: 1213/1812 bis 31.12.2022)
- Rheinland-Pfalz (gemäß §7, AZ:6692/2399/19 bis 15.09.2021)
- Bremen (AZ.:23-17 2018/331 bis 09.07.2020)
- Hessen (AZ III1A-55n-4145-1026-20-0536 bis 27.05.2022)
- Hamburg (HI 43-3/406-07.5, 48332 bis 03.07.2020)
- Saarland (§ 6 Abs. 2 SBFG Bescheid vom 14.09.2014)
- Baden-Württemberg (AZ 12c11-6002-61 unbefristet)
- Mecklenburg Vorpommern (AZ: LAGuS/MV-6-S78A-0019/17 -FO3 bis 22.11.2020)
- Sachsen-Anhalt (AZ.: 207-53502-2019-929 bis 21.09.2022)
- Schleswig-Holstein (GZ WBG/B/19607 bis 31.08.2021)

S. Duske

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 B.I.E.K. Unterschrift Teilnehmer/in

B.I.E.K.
Inhaberin Silvia Duske
Promenadenstr. 10-12
64625 Bensheim

Tel. 06251/ 780686
Fax: 06251/581430
www.biek-ausbildung.de
info@biek-ausbildung.de