

Seminar von – bis: xx.xx.xxxx - xx.xxx.xxxx		Seminartitel: Burnout Berater*in
Veranstaltungsort: Seminar Gästehaus Odenwald (Höchst i. Odw.)		
Bildungsziel: Die Teilnehmer*innen können Stresssymptome und -ursachen erkennen und einordnen. Sie können weiterhin anhand des erlernten Multimodalem Stressmanagements im Rahmen eines Trainings Unterstützung und Hilfe anbieten. Sie können weiterhin Burnout Erkrankte auf Ihrem Genesungsweg beraten und unterstützen.		
Inhaltliche Schwerpunkte: - unterschiedliche Arten von Stress erkennen - multimodales Stressmanagementtraining - Beratung und Unterstützung bei Burnout-Erkrankungen		
Seminarplan:		
Tag	Inhaltsfelder	Kompetenzerwartungen
Montag	- Burnout als gesellschaftliche Zeitbombe - Belastungen im Beruf	Die Teilnehmer*innen können die unterschiedlichen Stressentstehungsmodelle einordnen und erklären.
Dienstag	- multimodales Stressmanagement - Resilienzmethoden	Die Teilnehmer*innen können das Konzept des multimodalen Stressmanagements nach S. Duske und G. Kaluza erklären und teilweise anwenden. Sie verstehen, warum die unterschiedlichen Resilienzmethoden, sowie Mental- und Achtsamkeitstraining, wichtig für das Stressmanagement sind und können diese Methoden bzw. Übungen in der Gruppe anleiten und auswerten.
Mittwoch	- Entspannungsverfahren (AT und PMR)	Die Teilnehmer*innen können den Wirkungsmechanismus von Autogenem Training und PMR erklären und die jeweiligen Übungen in der Gruppe anleiten und auswerten.
Donnerstag	- Burnout Prozess - Kommunikation und Beratung	Die Teilnehmer*innen können den Burnout Kreislauf und seine Konsequenzen auf den Betroffenen erklären. Sie können anhand verschiedener Kommunikationsmodelle beratend auf den Betroffenen eingehen.
Freitag	- Projekt Umfrage	Die Teilnehmer*innen können - Fragebögen zum Thema Stressbelastung erstellen - Umfrage gestalten und durchführen und - die Ergebnisse präsentieren

Samstag	- Zirkuläre Fragen in einem Beratungskontext - HRV Messen	Die Teilnehmer*innen können in einem Beratungsgespräch die zirkulären Fragen sinnhaft einbringen und können somit das Gespräch in eine lösungsorientierte Richtung leiten. Die Teilnehmer*innen können die unterschiedlichen Stressanamnesemöglichkeiten anwenden und das Ergebnis in die Beratung mit einbringen.
Sonntag	Prüfungstag	Die Lernenden können eine schwierige Beratungssituation erfolgreich durchführen.

Zeitplan:

Montag	
14.00 Uhr – 17.00 Uhr	Seminar
17.00 Uhr – 17.15 Uhr	Pause
17.15 Uhr – 18.00 Uhr	Seminar
18.00 Uhr – 19.30 Uhr	Pause
19.30 Uhr – 21.00 Uhr	Seminar

Dienstag – Donnerstag	
09.00 Uhr – 12.00 Uhr	Seminar
12.00 Uhr – 14.30 Uhr	Pause
14.30 Uhr – 18.00 Uhr	Seminar
18.00 Uhr – 19.30 Uhr	Pause
19.30 Uhr – 21.00 Uhr	Seminar
Freitag – Samstag	
09.00 Uhr – 12.00 Uhr	Seminar
12.00 Uhr – 14.30 Uhr	Pause
14.30 Uhr – 18.00 Uhr	Seminar

Sonntag	
09.00 Uhr – 12.00 Uhr	Seminar
12.00 Uhr – 13.00 Uhr	Pause
13.00 Uhr – 14.00 Uhr	Seminar

Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Bergsträßer Institut für ganzheitliche Entspannung und Kommunikation veranstaltet
vom bis
die Ausbildung zum/zur „**Burnout Berater/in**“ im

Ich

wohnhaft in

beanspruche für diese Veranstaltung Bildungsurlaub.

Das Seminar ist als Bildungsurlaub der beruflichen Weiterbildung in Bremen anerkannt (AZ: 23-17 2022/366 bis 08.05.2024).



GEPRÜFTE
WEITERBILDUNG
HESSEN e.V.

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