Burnout – Berater

Prävention und Gesundheitsförderung bei Stress in Gesellschaft und Beruf



1. Ausbildungstag		
14.00 – 14.30 Uhr	Einführung in die Ausbildung	
14.30 – 17.30 Uhr	Vortrag: Stresserkrankungen und Burnout als gesellschaftliche Zeitbombe	
	3 h polit. Bildung	
	Erscheinungsformen der Belastungen im Beruf	
	Stressfaktoren innerhalb der Institution (Führungsverhalten Vorgesetzter,	
	Kostendruck, Arbeitsvolumen)	
	Stressfaktoren im gesellschaftlichen Umfeld	
	Gesellschaftliche Vorstellung des Begriffs "Psychische Gesundheit"	
17.30 – 18.00 Uhr	Stress- und Stressreaktion, unterschiedliche Stressoren	
19.30 – 21.00 Uhr	Bewertung des Stresses und eigener Umgangsformen in Triadenarbeit	
2. Ausbildungstag	bewertung des stresses und eigener omgangsformen in madenarbeit	
09.00- 12.00 Uhr	Konzept des multimodalen Stressmanagements nach S.Duske und G.Kaluza	
05.00 12.00 0111	Methodenlehre u.a.:	
14.30 - 18.00 Uhr	Mentaltraining, AchtsamkeitstrainingKonfliktlösung	
	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	
14.30 - 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	
14.30 - 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	
14.30 - 18.00 Uhr	Präsentation der Ergebnisse	

Ihr Spezialist für Lebensbalance und Ausbildungen

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 - 18.00 Uhr	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 präzi-		
	sieren ihren Standort in Arbeitswelt und Gesellschaft		
	1,5h polit. Bildung		
7. Ausbildungstag			
09.00- 12.00 Uhr	"Flick- und Putzstunde,		
	Prüfung		
13.00- 14.00 Uhr	Abschluss		

Zielgruppe:

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

Ihr Spezialist für Lebensbalance und Ausbildungen

Burnout – Berater

Prävention und Gesundheitsförderung bei Stress in Gesellschaft und Beruf



Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Bergsträßer Institut für ganzheitliche Entspannung	
das Seminar/ Ausbild "Burnout Berater/in"	ung
Seminar Gästehaus Odenwald (H	Höchst i. Odw.)
Ich	
Wohnhaft in	
beanspruche für diese Veranstaltung Bildungsurlaub.	
Das Seminar ist als Bildungsurlaub der beruflichen Weiterbildung an	erkannt u.a. in
• Berlin (GZ: II A 72 – 118444 bis 06.06.2024)	
 Brandenburg (GZ: 46.14-56878 bis 11.08.2024) Niederseebsee (gerräß AZ: 1212/1912 VA Nr. B22 1195/2) 	E4 bis 24 42 2025\
 Niedersachsen (gemäß AZ: 1213/1812, VA-Nr. B23-118543- Rheinland-Pfalz (gemäß §7 rheinland-pfälzisches BFG, AZ: 60 	·
 Hessen (AZ III1A-55n-4145-1026-22-0431 bis 24.04.2024) 	032/0140/24 513 20.01.2020/
 Hamburg (HI 43-4/406-07.5, 48332 bis 29.06.2025; für haup therapeutischen, p\u00e4dagogischen und beratenden Berufen, of Patienten anwenden) 	
 Saarland (§ 6 Abs. 2 SBFG Bescheid vom 14.09.2014 unbefri 	stet)
 Baden-Württemberg (AZ 12c11-6002-61 unbefristet) 	
• Sachsen-Anhalt (AZ.: 207-53502-2022-897 bis 31.10.2024)	
• Schleswig-Holstein (GZ: WBG/B/30711 bis 31.12.2024)	
Thüringen unbefristet anerkannt	
In Baden-Württemberg liegt eine Trägeranerkennung gemäß §9 Abs dungsmaßnahme gemäß §6 BzG BW.	s. 1BzGW BW vor. Das Seminar ist eine Bil-
In Nordrhein-Westfalen liegt eine Trägeranerkennung vor. Das Semi AWbG.	inar ist eine Weiterbildung gemäß §9 Abs. 1
Zertifiziaries Institut für Aus. und Weiterbildung Promenadenstr. 10-12 Fax: 0 62 51 - 78 08 86 Unterschrift B.I.E.K.	 Unterschrift Teilnehmer/in
OHICH SCHILL D.I.L.N.	