



Ausbildung „Stress- und Burnout-Basics“

Burnout ist eine komplexe Problematik: in der Literatur sind für Burnout ca. 130 verschiedene Symptome aufgeführt – und keines ist eindeutig.

Eine allgemein anerkannte und gültige Definition von Burnout existiert derzeit nicht. Burnout – was ist das eigentlich, woran kann ich eine Gefährdung erkennen und wer ist besonders betroffen? Wie grenzt sich Stress von Burnout ab?

Die sechsstündige Fortbildung „Stress- und Burnout-Basics“ beantwortet diese Fragen, bringt „Licht in's Dunkel“ und vermittelt Grundlagen zu den Themen Stress und Burnout.

Ausbildungsinhalte im Detail

- Zahlen, Daten, Fakten zu Burnout
- Was ist Burnout und wer ist betroffen
- Abgrenzung zwischen Stress und Burnout
- Ist Burnout messbar? Wie?
- Was führt zu Burnout?
- Wichtige Symptome
- Frühwarnsignale
- Welcher Personenkreis ist besonders betroffen
- Durchschnittliche Erkrankungsdauer
- Durchschnittliche Therapiedauer
- Die richtige Krisenintervention im Akutfall

Zielgruppen der Ausbildung

Die Fortbildung „Stress- und Burnout-Basics“ richtet sich an alle am Thema Interessierte, die einen ersten Einblick in die Zusammenhänge von Stress, Erschöpfung und Burnout bekommen möchten.

Sie ist von jedem Teilnehmer unserer weiteren Ausbildungen

- Stress- und Burnout-Berater,
- Stress- und Burnout-Coach und
- Burnout-Management im Unternehmen

einmalig zu absolvieren. Hier wird Basiswissen vermittelt, das in allen anderen Ausbildungen vorausgesetzt wird.

Weitere Informationen

Teilnehmer:	maximal 12 Personen
Teilnahmevoraussetzungen:	keine
Veranstaltungsdauer:	6 Stunden (12:30 Uhr bis 18:30 Uhr)
Ihre Investition:	155 € zzgl. MwSt. 184,45 € inkl. MwSt.
Ihre Referentin:	Frau Katharina Straesser

Termine

Diese Ausbildung findet grundsätzlich jeweils am Tag vor Beginn unserer anderen Ausbildungen statt:

30. November 2021

Buchung und aktuelle Informationen

Bitte buchen Sie Ihr Seminar direkt im Internet unter www.burnoutmanager.de

burnout akademie Straesser
Mozartstrasse 1b
65779 Kelkheim
Fon (0 61 95) 97 53 45
Fax (0 61 95) 97 53 46

www.burnoutmanager.de
mail@burnoutmanager.de