

Seminarleiter(in) für Stressbewältigung

- Ausbildung Nr.: 104-0/105-0/101-1/102-1/103-1/104-1/105-1
- Dauer: 3 Tage
- Termine: Nr. 104-0: 10. - 12. September 2010
Freitag bis Sonntag jeweils 9 - 17 Uhr
Nr. 105-0: 12. - 14. November 2010
Freitag bis Sonntag jeweils 9 - 17 Uhr
Nr. 101-1: 04. - 06. Februar 2011
Freitag bis Sonntag jeweils 9 - 17 Uhr
Nr. 102-1: 08. + 14./15. Mai 2011
Sonntag + Samstag und Sonntag jeweils 9 - 17 Uhr
Nr. 103-1: 29. - 31. Juli 2011
Freitag bis Sonntag jeweils 9 - 17 Uhr
Nr. 104-1: 11. + 17./18. September 2011
Sonntag + Samstag und Sonntag jeweils 9 - 17 Uhr
Nr. 105-1: 25. - 27. November 2011
Freitag bis Sonntag jeweils 9 - 17 Uhr
- Teilnahmegebühr: Euro 360,- / ermäßigt Euro 280,-
(USt.-befreit; als Kosten für die berufl. Weiterbildung steuerlich absetzbar)
- Voraussetzungen: Einfühlungsvermögen, Freude am Umgang mit Menschen,
Fähigkeit zur Selbstreflexion.
- Zertifikat: Der erfolgreiche Abschluss wird mit einem Zertifikat des IEK bescheinigt. Die erworbene Qualifikation kann grundsätzlich bundesweit namentlich geführt und z. B. in selbstständiger Arbeit, eigener Praxis oder im Angestelltenverhältnis beruflich ausgeübt werden. Die mit dieser Ausbildung erworbene Zusatzqualifikation Stressbewältigung entspricht inhaltlich den qualitativen Anforderungen der Krankenkassen. Somit werden die absolvierten Unterrichtseinheiten unter der Maßgabe einer Einzelfallprüfung bei bestehender Grundqualifikation von den Krankenkassen hinsichtlich des § 20 SGB V (Primärprävention) als spezifische Qualifikation grundsätzlich anerkannt.
- Sonstiges: Bitte Decke, warme Socken, evtl. Kissen mitbringen.
Die Ausbildungsinhalte basieren auf den wissenschaftlich fundierten Grundlagen des Stressimpfungstrainings (SIT).
- Veranstaltungsort: IEK-Ausbildungszentrum, Köpenicker Str. 175, 10997 Berlin.

Seminarleiter(in) für Stressbewältigung

Hintergrund

Gerade in der heutigen Zeit sind viele Menschen von Stress betroffen. Für das seelische und geistige Wohlbefinden und auch für die Leistungsfähigkeit ist die Entwicklung von Fähigkeiten, mit Stress um-zugehen, von großer Bedeutung. Daher bieten zum Beispiel immer mehr Einrichtungen und Unternehmen Stressbewältigungsseminare für Ihre Mitarbeiter und Führungskräfte an.

Ziel

Die Teilnehmenden erwerben die Qualifikation zur Anleitung von Personen in stressbewältigungsverfahren und Angstbewältigungsstrategien.

Aus dem Inhalt

- Theorien der Stressbewältigung aus unterschiedlichen psychologischen Strömungen, Therapierichtungen und Menschenbildern
- Stressimpfungstraining (SIT)
- Vorstellen verschiedener Entspannungsverfahren
- Anwendungsmöglichkeiten und Erfahrungen aus der Praxis
- Erstellen eines zielgruppenorientierten Stressbewältigungsplans
- Diskurs: Kontraindikationen von Angst, Stress und Entspannung
- Pädagogische Psychologie
- Anwendung von Equipment
- Bildung Formelhafter Vorsätze
- Stress- und Angstbewältigung in der Praxis
- Durchführung und Gestaltung von Trainingseinheiten

Aus dem Methodenteil

In der Ausbildung wird durch Vortrag und Gruppenarbeit eine Wissensbasis zum Thema Stressbewältigung geschaffen. Die Teilnehmer(innen) üben verschiedene Stressbewältigungsverfahren.

Die Erfahrungen werden in der Gruppe besprochen und reflektiert. Die Ausbildung endet mit der Durchführung eines von den Teilnehmenden selbst entwickelten Trainingsplans und der Durchführung einer Trainingseinheit.