# Angst und Stressbewältigung

| | |
|---|---|
| **Titel** | Angst und Stressbewältigung |
| **Zulassungsnummer** | 7282414 |

## Veranstalter

| | |
|---|---|
| **Adresse:** | Laudius GmbH<br>Venloer Straße 87<br>47638 Straelen |
| **Telnr:** | +49 2834 94302-0 |
| **E-Mail-Adresse:** | info@laudius.de |
| **Webseite:** | https://www.laudius.de |

## Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen zum Thema Angst und Stress, deren Ursachen und deren Bewältigung

## Inhalte

| | |
|---|---|
| **Lehrgangsinhalte:** | Stress und Burnout als Symptomgefüge - Stress und Burnout als gesellschaftliche Phänomene - Wissenschaftliche Erklärungen- Ursachen, Erscheinungsweisen und Folgen - Vorbeugende Maßnahmen (Prävention) - Intervention |
| **Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:** | 24 Lehrbriefe |

## Abschluss

| | |
|---|---|
| **Abschluss:** | institutsinterne Prüfung |
| **Art des Abschlusses:** | institutsinterne Prüfung |

# Voraussetzungen

| | |
|---|---|
| **Teilnahmevoraussetzungen:** | technische Voraussetzungen: Multimedia-PC mit Internet-Zugang |
| **Prüfungsvoraussetzungen:** | Nachweis ausreichender Vorbereitung |

# Kosten

| | |
|---|---|
| **Teilnahmekosten (Gesamtkosten):** | 495,00 € |
| **Lehrgangskosten:** | 495,00 € |
| **Kosten für (externe) Prüfungen:** | 0,00 € |
| **Anzahl der Raten:** | 5 |
| **Höhe der Raten:** | 99,00 € |

Die Teilnehmerkosten können Veränderungen erfahren haben, die der ZFU zum Redaktionsschluss noch nicht vorlagen. Aktuelle Gebühren, Kosten und Erläuterungen dazu erhalten Sie beim Fernlehrinstitut.

# Zeitrahmen

| | |
|---|---|
| **Gesamtdauer in Monaten:** | 5.00 |
| **Gesamtdauer in Stunden:** | 172 Std. (229 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.) |
| **Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:** | 8.00 |
| **Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):** | 0 |
| **Präsenzunterricht:** | Ist nicht vorgesehen |

# Zusätzliche Informationen

Die Angabe der Lehrgangskosten steht sowohl für die gedruckte als auch für die digitale Variante der Lernmaterialien. Die Kosten lediglich für die digitale Variante betragen 445,00 EUR, zahlbar in 5 Raten à 89,00 EUR.