Stress- und Burnout-Coach

Titel	Stress- und Burnout-Coach
Zulassungsnummer	7284614

Veranstalter

Adresse:	Academy of Sports GmbH Willy-Brandt-Platz 2 71522 Backnang
Telnr:	+49 7191 229870
E-Mail-Adresse:	studycoach@academyofsports.de
Webseite:	https://www.academyofsports.de

Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fertigketien um Kunden (einzeln oder in Gruppen) in der Gestaltung von präventiven Maßnahmen zur Stressbewältigung und Burnoutprophylaxe zu beraten unter anderem durch Anwendung verschiedener Entspannungstechniken

Inhalte

Lehrgangsinhalte:	Entspannungsverfahren - Planen und Durchführen von Entspannungskursen - mentale und körperorientierte Entspannungstechniken - Merkmale, Ursachen und Wirkungen von Stress und Burnout - Erkenntnisse aus arbeitswissenschaftlicher Belastungsforschung - Ansätze und Methoden der Stressbewältigung und der Burnoutprophylaxe - Stressbewältigungstrainings
Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:	2 Lehrbriefe

Abschluss

Abschluss:	institutsinterne Prüfung
Art des Abschlusses:	institutsinterne Prüfung

Voraussetzungen

Teilnahmevoraussetzungen:	keine besonderen; technische Voraussetzung: Internet-Zugang, PC/Laptop mit Webcam und Headset oder Tablet zur Teilnahme am Live-Online-Seminar
Prüfungsvoraussetzungen:	Nachweis ausreichender Vorbereitung und erfolgreiche Teilnahme an den Seminaren

Kosten

Teilnahmekosten (Gesamtkosten):	684,00 €
Lehrgangskosten:	684,00 €
Kosten für (externe) Prüfungen:	0,00 €
Anzahl der Raten:	6
Höhe der Raten:	114,00 €

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:	4.00
Gesamtdauer in Stunden:	134 Std. (179 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:	7.00
Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):	18
Präsenzunterricht:	Zwei 2-tägige Präsenzseminare, ein 3-stündiges LIve-Online-Seminar sowie ein fakultatives Kick-off-Online-Seminar