Burnout-Prävention

Titel	Burnout-Prävention
Zulassungsnummer	7297015c

Veranstalter

Adresse:	BA Bergische Akademie für Erwachsenenbildung GmbH Reinshagener Straße 32 42857 Remscheid
Telnr:	+49 2191 464 31 40
E-Mail-Adresse:	info@bergische-akademie.de
Webseite:	https://www.bergische-akademie.de

Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen zur Erkennung und zur Vorbeugung des Burnout-Syndroms

Inhalte

Lehrgangsinhalte:	Hintergründe und Begleiterscheinungen des Burnouts - Ursachen und Zusammenhänge - Diagnose und Strategien zum Ausstieg - Autonomie und Souveränität durch Selbstregulation - praktische Umsetzung der Burnout-Prävention: Kreativität, Sport, Ernährung, soziales Umfeld - Burnout-Prävention durch Lebenspflege: Selbstmanagement, Achtsamkeit und Reflexion
Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:	6 Lehrbriefe, 1 Studienführer

Abschluss

Abschluss:	institutsinterne Prüfung

Art des Abschlusses:	institutsinterne Prüfung

Voraussetzungen

Teilnahmevoraussetzungen:	Basiskompetenz in Führung von Mitarbeiter- bzw. Kundengesprächen z. B. durch Tätigkeit als Psychologe, Psychotherapeut, Gesundheitsberater, Heilpraktiker, Arzt, Personalverantwortlicher, Mitarbeiter in Pflege- und Betreuungsdiensten
Prüfungsvoraussetzungen:	Nachweis ausreichender Vorbereitung

Kosten

Teilnahmekosten (Gesamtkosten):	1.096,00 €
Lehrgangskosten:	1.096,00 €
Kosten für (externe) Prüfungen:	0,00 €
Anzahl der Raten:	6
Höhe der Raten:	182,00 €

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:	6.00
Gesamtdauer in Stunden:	129 Std. (172 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:	5.00
Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):	0
Präsenzunterricht:	Ist nicht vorgesehen

Zusätzliche Informationen

Die Module des Lehrgangs können auch einzeln belegt werden. Näheres hierzu ist beim Institut zu erfragen.