

# Trainer/in für Betriebliches Stressmanagement

<b>Titel</b>	Trainer/in für Betriebliches Stressmanagement
<b>Zulassungsnummer</b>	7469124

---

## Veranstalter

<b>Adresse:</b>	fitmedi Akademie Inh. Frau Nikolina Salvaggio Carl-Legien-Straße 15 63073 Offenbach am Main
<b>Telnr:</b>	+49 (069) 380 795 435
<b>E-Mail-Adresse:</b>	info@fitmedi-akademie.de
<b>Webseite:</b>	<a href="https://www.fitmedi-akademie.de">https://www.fitmedi-akademie.de</a>

---

## Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen zur Entwicklung und Durchführung von Stressmanagement-Programmen, die auf die Bedürfnisse und Herausforderungen eines Unternehmens zugeschnitten sind und einen Beitrag zu einem gesunden und produktiven Arbeitsumfeld leisten

---

## Inhalte

## Lehrgangsinhalte:

Stress – Herausforderungen in der Arbeitswelt:  
Der Wandel – Herausforderungen in der Arbeitswelt | Psychische & soziale Belastungen | Risikofaktoren im Privatleben | Psychosoziale Risiken in der modernen Arbeitswelt | Psychische Belastungen und ihre Folgen | Gründe für Unternehmen, sich mit Stress und psychischen Belastungen zu befassen | Gesetzliche Grundlagen | Haftung des Arbeitgebers bei stressbedingten Gesundheitsschäden | Theoretische Grundlagen psychischer Belastung & Beanspruchung | Folgen psychischer Belastung & Beanspruchung | Theoretische Grundmodelle im Betrieblichen Stressmanagement | Strategisches Stressmanagement – was macht es aus? | Stressbewältigung im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements | Die Warnsignale bei Überlastung und Stress | Erstatte die Krankenkassen die Kosten für das Training? | Fragen und Antworten im Umgang mit Stress im Unternehmen | Maßnahmen zur Reduzierung psychosozialer Risiken am Arbeitsplatz | Maßnahmen auf betrieblicher Ebene – Verhältnisprävention | Maßnahmen auf Ebene der Mitarbeiter – Verhaltensprävention | Die Rolle der Vorgesetzten bei betrieblichen Maßnahmen | Wahrnehmbare Auswirkungen von Stress auf die Mitarbeiter | Evaluation von Stressmanagement Trainings | Auftragsklärung – vom Kontakt zum Kontrakt | Strukturierte Seminarvorbereitung | Wie man Teilnehmende für sich gewinnen kann | Der Umgang mit herausfordernden Teilnehmern | Die vier Klassiker der Trainingsmethoden | Die Top Ten der schnellen aktivierenden Methoden • Trainingsformate und Übungen für Teams und Führung: Präventionsprinzip: Gesundheitsförderliche Gestaltung von Arbeitstätigkeit und -bedingungen | Mitarbeiter und Stress | Bausteine: Anfangssituationen | Theoretischer Input: Team | Systematisches Problemlösen zur Stressbewältigung | Verschiedene Übungen rund ums Team | Bausteine: soziale Unterstützung im Team | Teambilder | Trainingsabläufe | Trainingsskizzen für Teamentwicklung | Theoretischer Input: Führungskräfte | Baustein: Wertschätzung und Gesundheit | Verschiedene Übungen rund ums Führen | Trainingsabläufe | Trainingsskizzen für Führungsentwicklung

<b>Medien, die Bestandteile des Fernlehreangebots sind:</b>	2 digitale Online-Lehrbriefe, Lernerfolgskontrollen, Abschlussprüfung auf einer digitalen Lernplattform
---	---

---

## Abschluss

<b>Abschluss:</b>	Institutsinterne Zertifikat
<b>Art des Abschlusses:</b>	institutsinterne Prüfung

---

## Voraussetzungen

<b>Teilnahmevoraussetzungen:</b>	eine abgeschlossene Ausbildung zum/zur Stressmanagement Trainer/in - Trainer/in für Stressbewältigung; Mindestalter 18 Jahre; Technische Voraussetzungen: PC mit Internetzugang
<b>Prüfungsvoraussetzungen:</b>	Nachweis ausreichender Vorbereitung

---

## Kosten

<b>Teilnahmekosten (Gesamtkosten):</b>	500,00 €
<b>Lehrgangskosten:</b>	500,00 €
<b>Kosten für (externe) Prüfungen:</b>	0,00 €
<b>Anzahl der Raten:</b>	2
<b>Höhe der Raten:</b>	250,00 €

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

---

## Zeitraumen

<b>Gesamtdauer in Monaten:</b>	3.00
<b>Gesamtdauer in Stunden:</b>	142
<b>Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:</b>	11.00
<b>Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):</b>	0

**Präsenzunterricht:**

Fakultative Seminare können belegt werden,  
Näheres bitte beim Anbieter erfragen