

# **Burnout – Seminare**

## **Burnout – Seminare mit Friedhelm Sommerland**

Seit vielen Jahren bilde ich mit viel Leidenschaft Burnout-Berater/innen aus! Hier erfahren Sie mehr zu den Inhalten der „Ausbildung zum/zur Burnout – Berater/in“. Sollten Sie an weiteren Angeboten von mir interessiert sein, können Sie auch direkt unter „Kontakt“ mit mir in Verbindung treten. Neben meiner Tätigkeit für meine Kooperationspartner, die Paracelsus-Schulen Deutschland oder die .garage Berlin GmbH als Gründungsberater biete ich auch im Rahmen von Inhouse-Seminaren (firmeninterne Seminare) maßgeschneiderte Konzepte rund um die Themen Kommunikation, Selbstmanagement und betriebliche Gesundheitsförderung an.

### **Die Inhalte der Ausbildung zum/zur Burnout-Berater/in Berlin:**

Die Teilnehmer werden qualifiziert in die Burnout-Problematik eingeführt und erhalten vielfältige Anregungen und Lösungskonzepte, die sie später in ihrem Berufs- und Praxisalltag anwenden können.

### **Seminarschwerpunkte in Berlin:**

- Burnout: Definition, Ursachen, Entstehung
- Abgrenzung: Boreout, Wearout, Burnout
- Aktives Burnout, individuumszentrierte Sichtweise
- Exkurs Organisationsentwicklung: Macht-, Organisations- und Rollenstrukturen als Katalysator
- Exkurs Führungskompetenz: Der Vorgesetzte als

## Schlüsselfigur

- Erwartungen und gestörte Handlungsepisoden als Stressquellen
- Interventionsmöglichkeiten für Berater und Therapeuten
- Burnout-Tests als Indikator
- Ziele und WahrnehmungsfILTER: Instrumente für eine dauerhafte Bewältigung
- Das Graves-Value-System als Erklärungsmodell für gesellschaftliche Veränderungen
- Irrationale Überzeugungen – das ABC-Modell nach Albert Ellis
- Innere Antreiber und die Transaktionsanalyse nach Eric Berne
- Logotherapeutische Ansätze
- Persönlichkeits- und Karrieretypen als Risikofaktoren
- Vorbeugen ist besser als Heilen: Der Burnout-Präventionsprozess

## **Dieses Seminar richtet sich an:**

Führungskräfte, Trainer, Coaches, Berater, Ärzte, Heilpraktiker, Heilpraktiker Psychotherapie, Gesundheitsberater, Mitarbeiter in Krisendiensten, Betriebsräte, etc.

[Jetzt buchen](#)