

Systemisches Stresspräventions-Training: Train-the-trainer (nur für Systemisch Qualifizierte)

Nr.	UE	INHALTE	TERMINE
V01	20	<p>Information und Konzeption des Stressmanagementtrainings und die eigene Rolle als Stresspräventionstrainer</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vorstellung Weiterbildungskonzept</li> <li>- Einordnung des Stressmanagement-trainings in die Präventionsprinzipien und Handlungsfelder gemäß §20 SGB</li> <li>- Stresstheorien</li> <li>- Stressimpfungstraining (Meichenbaum)</li> <li>- Die Rolle als Trainer im Stresspräventionstraining</li> <li>- Nutzung verschiedener Tools im Training</li> <li>- Tools zur kognitiven Umstrukturierung</li> </ul>	<p>30.11. - 01.12.2019 Ort: Wiesbaden</p>
V02	20	<p>Trainingsanleitung für Entspannungssequenzen und und praktische Durchführung von Trainingssequenzen in Kleingruppen</p>	<p>15.02. - 16.02.2020 Ort: Wiesbaden</p>