

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"> - Vorstellung Weiterbildungskonzept - Einordnung des Stressmanagement-trainings in die Präventionsprinzipien und Handlungsfelder gemäß §20 SGB - Stresstheorien - Stressimpfungstraining (Meichenbaum) - Die Rolle als Trainer im Stresspräventionstraining - Nutzung verschiedener Tools im Training - Tools zur kognitiven Umstrukturierung 	<p>29.02. - 01.03.2020 Ort: Hamburg</p>
V02	20	<p>Trainingsanleitung für Entspannungssequenzen und und praktische Durchführung von Trainingssequenzen in Kleingruppen</p>	<p>23.05. - 24.05.2020 Ort: Hamburg</p>