

Systemisches Stresspräventions-Training: Train-the-trainer

Nr.	UE	INHALTE	TERMINE
V00	20	Intensiv-Einführung in den Systemischen Ansatz mit Fokus auf das systemische Stressverständnis	16.05. - 17.05.2020 Ort: Hamburg
V01	20	Information und Konzeption des Stressmanagementtrainings und die eigene Rolle als Stresspräventionstrainer <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 	06.06. - 07.06.2020 Ort: Hamburg
V02	20	Trainingsanleitung für Entspannungssequenzen und praktische Durchführung von Trainingssequenzen in Kleingruppen	15.08. - 16.08.2020 Ort: Hamburg