

Systemisches Stresspräventions-Training: Train-the-trainer

Nr.	UE	INHALTE	TERMINE
V00	20	Intensiv-Einführung in den Systemischen Ansatz mit Fokus auf das systemische Stressverständnis	09.05. - 10.05.2020 Ort: München
V01	20	Information und Konzeption des Stressmanagementtrainings und die eigene Rolle als Stresspräventionstrainer  <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>	27.06. - 28.06.2020 Ort: München
V02	20	Trainingsanleitung für Entspannungssequenzen und praktische Durchführung von Trainingssequenzen in Kleingruppen	18.07. - 19.07.2020 Ort: München