Stress- und Burnout Coach

Stressmanagement & Burnout · Anbieter: Academy of Sports GmbH

FÖRDERUNG & KOSTEN

Kurspreis: 1.871,48 €

Förderfähig über: Bildungsgutschein

AZAV-zertifizierter Bildungsträger — Förderung durch die Agentur für Arbeit möglich

Staatlich zugelassener Fernlehrgang (ZFU-geprüft)

Kursdaten auf einen Blick

Durchführung	Online
Lernformat	Mischung Zeitgebunden & Self-Paced
Dauer	2 Monate in Vollzeit oder 4 Monate in Teilzeit
Unterrichtssprache	Deutsch
Kursstart	Startet jeden Tag
Vorkenntnisse	Keine Vorerfahrung

Kurzbeschreibung

Die Weiterbildung Stress- und Burnout Coach qualifiziert Sie dafür, Menschen bei Stressbelastung wirksam zu begleiten und Burnout vorzubeugen. Der Lehrgang verbindet die Ausbildung zum Entspannungstrainer mit fundiertem Wissen zu Stressentstehung und Burnoutprophylaxe. Berufliche Perspektiven Einsatzfelder sind die Prävention, das betriebliche Gesundheitsmanagement und Gesundheitszentren sowie eigene …

Bildungsträger & Kontakt

Academy of Sports GmbH

Willy-Brandt-Platz 2, 71522 Backnang

Telefon: 07191 2298730

E-Mail: bildungsgutschein@academyofsports.de

Web: https://www.academyofsports.de

Kurs online ansehen

01 Kursbeschreibung

Die Weiterbildung Stress- und Burnout Coach qualifiziert Sie dafür, Menschen bei Stressbelastung wirksam zu begleiten und Burnout vorzubeugen. Der Lehrgang verbindet die Ausbildung zum Entspannungstrainer mit fundiertem Wissen zu Stressentstehung und Burnoutprophylaxe.

Berufliche Perspektiven

Einsatzfelder sind die Prävention, das betriebliche Gesundheitsmanagement und Gesundheitszentren sowie eigene Kurse und Coachings, im individuellen wie im betrieblichen Kontext.

Staatliche Zulassung

Der Lehrgang ist von der ZFU staatlich geprüft und zugelassen.

02 Lehrplan & Module

1. 1. Stress und Entspannung

Stressentstehung und Stressreaktionen verstehen
Zusammenhang von Anspannung, Erholung und Gesundheit

2. 2. Entspannungsverfahren

Etablierte Entspannungstechniken erlernen und anleiten
Entspannungskurse und Einzelanleitungen gestalten

3. 3. Stressbewältigung und Burnoutprophylaxe

Burnout: Entstehung, Verlauf und Warnsignale
Methoden der Stressbewältigung im Coaching einsetzen
Präventionskonzepte für Privatpersonen und Unternehmen

03 Voraussetzungen

Vorkenntnisse

Niveau: Keine Vorerfahrung

Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich.

Vor Beginn der Weiterbildung führst du ein persönliches Gespräch mit unserer Bildungsberatung. Gemeinsam erstellen wir einen individuellen Lernplan, der deine Vorkenntnisse und beruflichen Ziele berücksichtigt. Während der Weiterbildung unterstützen wir dich bei Bedarf bei der Erstellung von Bewerbungsunterlagen und deiner beruflichen Orientierung.

Technische Voraussetzungen

PC/Laptop (mit Webcam und Headset) oder Tablet zur Teilnahme am Live-Online-Seminar. Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit).

04 Zielgruppen & Berufsperspektiven

- Fachkräfte
- Selbsständige
- QuereinsteigerInnen

Mögliche Berufsbilder: Gesundheitscoach, Resilienzcoach

NÄCHSTER SCHRITT

Kursdetails online ansehen und Anbieter kontaktieren

Academy of Sports GmbH · Willy-Brandt-Platz 2, 71522 Backnang
07191 2298730 · bildungsgutschein@academyofsports.de ·
https://www.academyofsports.de

Online ansehen