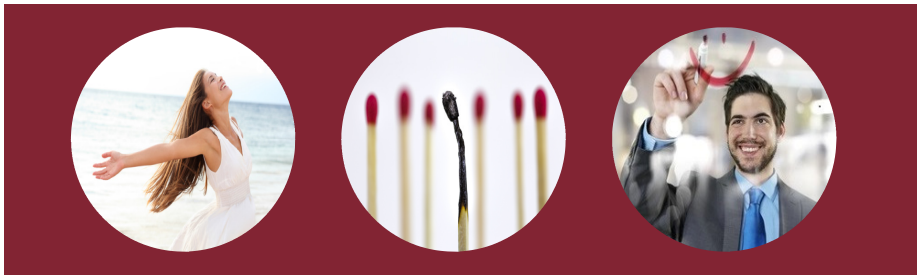


## ■ ■ ■ Stress- und Burnout-Mentor Zertifizierte Ausbildung



### ■ ■ ■ Ziele und Zielgruppen

- Erkennung und Prävention von Stress und Burnout
- Individuelles Mentoring umsetzen
- Reintegration in den Arbeitsmarkt kennen
- Re-Burnout-Prophylaxe anwenden

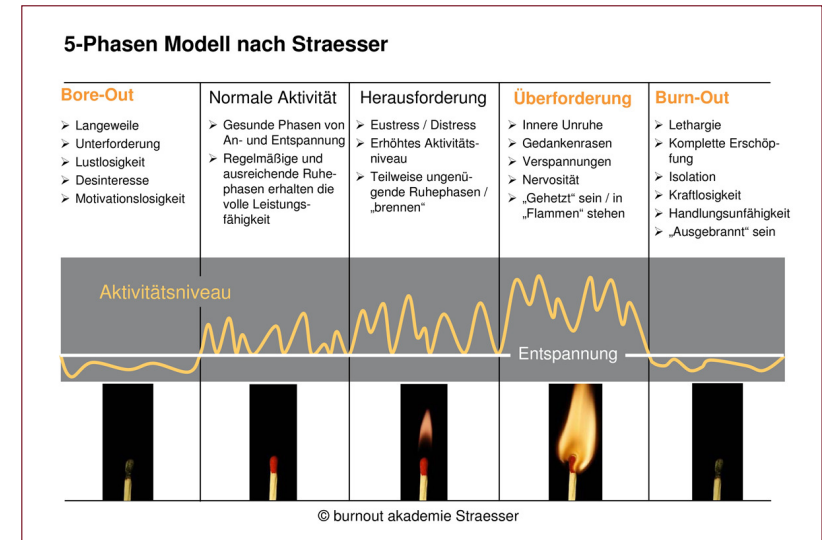
Die bereits mehrmals durchgeführte Ausbildung richtet sich an Personen aus dem Versicherungs- oder Sozialbereich, die Burnoutbetroffene begleiten.

SANTIS Verein für Bildung  
Hohlstrasse 550  
CH-8048 Zürich

www.santis-verein.ch  
Telefon +41 (0)44 316 10 10  
Telefax +41 (0)44 316 10 11

In Zusammenarbeit mit der <sup>®</sup>burnout akademie Straesser bietet SANTIS Verein für Bildung die **fünftägige zertifizierte Ausbildung „Stress- und Burnout-Mentor“** an. Die bereits mehrmals durchgeführte Ausbildung richtet sich an Personen, die mit Burnoutbetroffenen und -gefährdeten arbeiten, um diesen in einer schwierigen Phase ihres Lebens wirkungsvoll zur Seite stehen zu können.

Mit dieser Ausbildung erlangen Mitarbeitende aus dem Versicherungs- oder Sozialbereich die Sicherheit im Umgang mit Burnoutbetroffenen und lernen Initialmassnahmen kennen.



### ■ ■ ■ Unterrichtsmethodik

- **Kooperatives Lernen:** In Partner- oder Gruppenarbeit durch direkte Kommunikation und Interaktion ein gemeinsames Verständnis einer Situation entwickeln und eine einstimmige Lösung finden.
- **Prozessorientiertes Lernen:** Innerhalb der gruppendynamischen Interaktion entscheiden die Teilnehmenden aufgrund ihrer Lernsituation, mit welchen Lerninstrumenten und in welchem Zeitraum sie zum Ziel gelangen.
- **Lernorientiertes Lernen:** Wissen wird in einem eigenaktiven und selbstbestimmten Lernprozess erworben.

## Das Ausbildungsprogramm

Das Ausbildungsprogramm ist in 3 Ausbildungsblöcke mit 7 Modulen unterteilt und befasst sich mit allen Facetten des Themas Burnout.



### Modul 1: Burnout-Grundlagen

- Entstehungsfaktoren von psychosomatischen Beschwerden (Funktion unseres vegetativen Nervensystems)
- Stress, Dauerstress und Burnout differenzieren

### Modul 2: Persönlichkeitstypen

- Charakteristika der vier Persönlichkeitstypen erkennen
- Umgang mit den Persönlichkeitstypen
- Coaching Tools persönlichkeitsorientiert auswählen und einsetzen

### Modul 3: Nicht medizinische Interventionsoptionen

- Therapeutische Abgrenzung
- Konkrete Unterstützung
- Individuelles Mentoring
- Burnout-Spezialisten(stellen) kennen und empfehlen

### Modul 4: Umgang mit Betroffenen

- Analyse der Betroffenen erstellen
- Mit den Analysetools umgehen und Vorgehensweise bestimmen
- Burnout-Arbeitstools gezielt auswählen und umsetzen

### Modul 5: Tools bei Burnout-betroffenen (praktischer Teil)

- Ziele und Aufgaben der Betroffenen auf Sinnhaftigkeit prüfen
- Mit Übertreibungen der inneren Antriebe und Werte umgehen und intervenieren
- Sicherheit im Umgang mit Burnoutbetroffenen erwerben

### Modul 6: Umgang mit Blockaden (praktischer Teil)

- Mit Blockaden der Betroffenen umgehen; nichtmedizinische Interventionsoptionen einsetzen

### Modul 7: Burnout Management (Umsetzung)

- Gesetzliche Grundlagen
- Burnoutmanagement-Bildung
- Organisationslehre
- Physische und sozialwissenschaftliche Bedeutung der Arbeit
- Karriereplanung und praxisorientierte Weiterbildung
- Praxisorientierte Massnahmen zur Eingliederung (berufliche Massnahmen, Integrationsmassnahmen, Frühintervention)
- Kooperation aller im Burnoutmanagement involvierten Personen

## Informationen und Kontakt

### Kontakt und Durchführungsort:

SANTIS Verein für Bildung  
 Hohlstrasse 550  
 8048 Zürich  
 Tel. 044 316 10 10  
[www.santis-verein.ch](http://www.santis-verein.ch)  
[training@santismail.ch](mailto:training@santismail.ch)

### Referentin:



Katharina Straesser  
 ®burnout akademie Straesser

### Teilnehmerzahl:

Mind. 6, max. 12 Personen pro Seminar

### Termine und Dauer:

08.04.–12.04.2019 / Kurs-Nr. 400-901  
 16.09.–20.09.2019 / Kurs-Nr. 400-902  
 11.11.–15.11.2019 / Kurs-Nr. 400-903

### Kurszeiten:

40 Lektionen à 45 Minuten (5 Tage), 9–17 Uhr

### Kosten:

CHF 2'400.– pro Teilnehmer inkl. Seminarunterlagen/Literatur/Schreibmaterial

### Informationen/Anmeldung:

[www.santis-verein.ch/stress-und-burnout-mentor](http://www.santis-verein.ch/stress-und-burnout-mentor)

### Zertifikat:

Das Zertifikat „Stress- und Burnout Mentor“ wird durch die ®burnout akademie Straesser ausgestellt und durch SANTIS Verein für Bildung durchgeführt. Die ®burnout akademie Straesser vermittelt seit 2006 umfassendes, systemisches und interdisziplinäres Fachwissen rund um Burnout, Stress und Erschöpfung, welches sich durch einen besonders hohen Praxisbezug hervorhebt. Die ®burnout akademie Straesser ist durch das „Weiterbildung Hessen e.V. Prüfsiegel“ akkreditiert, sowie Mitglied des Deutschen Netzwerks für Betriebliches Gesundheitsmanagement.

### Zertifizierungen:

®burnout akademie Straesser



Deutsches Netzwerk  
 für Betriebliches  
 Gesundheitsförderung



EDUQUA

SANTIS Training AG