

Burnout Berater/in (WA Pfalz)

Bianca Kleine-Wilde



Wirtschaftsakademie Pfalz - Seminarcampus

Bianca Kleine-Wilde

Bahnhofstraße 20

67146 Deidesheim

kleine-wilde@wa-pfalz.de

www.wa-pfalz.de

www.wa-seminarcampus.de

Telefon 0621 - 68 55 72 55

Mobil 0177 - 276 276 2

Burnout Berater/in (WA Pfalz)

Burnout-Syndrom – was ist das eigentlich genau? Burnout ist heute schon fast zu einem Modewort geworden. Es ist fast schick, einen Burnout zu haben. Was steckt aber tatsächlich dahinter. Was führt dazu und vor allem, was führt wieder aus dem Burnout heraus? Wie können wir die verschiedenen Phasen erkennen?

In dieser Ausbildung lernen Sie, wie Sie einem Burnout-Betroffenen wieder auf die Beine helfen können. Nicht nur auf der letzten Stufe des Burnout können Sie Unterstützung leisten, sondern schon im Vorfeld gibt es zahlreiche Möglichkeiten der Prävention.

Inhaltsschwerpunkte

- ✓ Definition Burnout-Syndrom
- ✓ Warnsignale des Körpers - Symptome des Burnout
- ✓ Auswirkungen des Burnout
- ✓ Phasen des Burnout
- ✓ Persönlichkeitsmerkmale eines Burnout-Patienten
- ✓ Gefährdete Zielgruppen
- ✓ Ursachen des Burnout
- ✓ Energiediebe und Energiespender
- ✓ Der Umgang mit einem Burnout-Patienten
- ✓ Umfangreiches Burnout Präventionsprogramm
- ✓ Selbstwertgefühl stärken
- ✓ Der Umgang mit Stress
- ✓ Nein-sagen
- ✓ Self-Talk
- ✓ Zielmanagement
- ✓ Achtsamkeitspraxis und Präsenz
- ✓ Zürcher Ressourcen Modell
- ✓ Zufriedenheit und Optimismus
- ✓ Lebensmotive mit dem Reiss Profil

Trainerin

Bianca Kleine-Wilde

Dauer/Termin

5 Tage

Die offenen Termine finden an 5 Tagen mit insgesamt 50 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten statt. Die aktuellen Termine entnehmen Sie bitte unserer Homepage unter www.wa-pfalz.de oder www.wa-seminarcampus.de

Teilnehmerzahl

Seminare bis max. 10 Teilnehmer; Interaktive Vorträge unbegrenzt

Seminarunterlagen und Zertifikate

Sind im Preis enthalten.

Zielgruppe

Geschäftsführer, Führungskräfte, Mitarbeiter, Trainer, Coaches, Berater,

Seminargebühr für offenes Seminar

Pro Person 1.000,00 Euro netto, zzgl. 19% MwSt (Brutto: 1.190,00Euro).

Anmeldung

Bitte schicken Sie uns Ihre ausgefüllte und unterschriebene Anmeldung per E-Mail, Fax oder per Post.

Inhouse-Veranstaltung

Gerne können wir diese Veranstaltung für Sie auch „inhouse“ ausrichten – individuell zugeschnitten auf Ihre aktuellen Aufgaben und Herausforderungen.

Schreiben Sie uns eine E-Mail oder sprechen Sie mit uns direkt vor Ort.

Ihre Vorteile auf einen Blick

- ✓ Umfangreiches Wissen auf den Punkt gebracht
- ✓ Breiten Überblick über das Thema Burnout
- ✓ Umfangreiches Arbeitsmaterial
- ✓ Ausführlicher Handlungsleitfaden
- ✓ Selbstreflektion
- ✓ Viele Übungen, die direkt mit den Klienten umsetzbar sind

Referentin: Bianca Kleine-Wilde



Jahrgang ´75, seit 1999 in der Weiterbildung tätig

Als Betriebswirtin und Psychologische Beraterin war ich von 1999 bis 2013 zunächst Leiterin der gesamten Wirtschaftsakademie Pfalz. Seit 2013 habe ich mich auf den Seminarcampus der Wirtschaftsakademie Pfalz und die staatlich angezeigte Fachschule für Gesundheitsmanagement spezialisiert. Wir bilden hier hauptsächlich Trainer, Coaches und Multiplikatoren in weiteren Bereich des Gesundheitsmanagements aus. Ein weiteres Betätigungsfeld sind Unternehmen, für welche wir gerne standardisierte oder individuelle Trainings oder Ausbildungen anbieten.

Themenschwerpunkte:

- ✓ Stress, Burnout, Boreout, Mobbing
- ✓ Resilienz
- ✓ Kommunikation
- ✓ Persönlichkeitsentwicklung
- ✓ Kompetenzentwicklung für Führungsnachwuchskräfte und Mitarbeiter

Mein Beitrag zur Nachhaltigkeit:

- 1.) Verstehbarkeit – die Vermittlung einer soliden theoretische Grundlage, sodass die Teilnehmer das Thema verstehen und so die Chance einer Verinnerlichung haben.
- 2.) Bedeutsamkeit – die Schaffung eines Sinns, warum die Teilnehmer sich mit der Thematik beschäftigen sollten.
- 3.) Handhabbarkeit – Methoden / Instrumente, um die Thematik in den Alltag integrieren zu können.