

Fortbildungslehrgang für LebensberaterInnen (Psychologische Beratung) für Stressmanagement und Burnout-Prävention

MODUL A

Grundlagen der Stress- und Burnout-Prävention

Lehrziel: Interdisziplinäres Basiswissen - Modernes ganzheitliches Gesundheitsmanagement zur Bewältigung von Stress, Burnout und Lebenskrisen. Wissenschaftliches Basiswissen - Wesen, Verlauf und Ätiologie von Stress und Burnout.

Gesamt 9 UE

MODUL B

Angrenzende Fachbereiche

Lehrziel: Krisenintervention in der Burnout-Beratung - Grenzen zu den Gesundheitsberufen (Therapie und Rehabilitation).

Gesamt 6 UE

MODUL C

Methodik der Stress und Burnout Beratung

Lehrziel: Erweiterung der Beratungskompetenz sowie der Methodenauswahl für die Bereiche Stress- und Burnout-Prävention.

Gesamt 52 UE

MODUL D

Bewegungspraxis

Lehrziel: Am Modell des eigenen Körpers, die Grundkenntnisse über gesundheitsfördernde Bewegung kennenlernen.

Gesamt 10 UE

MODUL E

Ernährungspraxis

Lehrziel: Am Modell der eigenen Ernährung, Grundkenntnisse über eine gesundheitsfördernde Ernährung kennenlernen.

Gesamt 10 UE

MODUL F

Supervision

Lehrziel: Theoretische und praktische Überprüfung der Lehrgangsinhalte unter Gruppensupervision.

Gesamt 10 GSU

LEHRGANGSABSCHLUSS

1. Prüfungsvorbereitung

- Wiederholung und Diskussion

2. Abschlussprüfung

- Mündliche Abschlussprüfung über die gelernten Inhalte

Punkt 1. bis 2.

3 UE

3. Praktikum

- Nachweis über 40 Stunden Praktikum im Bereich der Stress- und Burnout-Prävention

Gesamt 43 UE (inkl. Stunden)

Insgesamt 140 UE (inkl. GSU + Stunden)

Qualifikation der ausbildungsberechtigten Personen:

Modul A: Die Vermittlung hat durch ein/e AllgemeinmedizinerIn zu erfolgen.

Modul B, C und F: Die Vermittlung hat durch eine natürliche Person zu erfolgen, die:

1. zur Ausübung des Gewerbes der Lebens- und Sozialberatung berechtigt ist,
2. seit mindestens fünf Jahren als Lebens- und SozialberaterIn tätig ist,
3. regelmäßig an beruflichen Weiterbildungsveranstaltungen im Ausmaß von mindestens 16 Stunden im Jahr teilnimmt und
4. über eine Zusatzqualifikation für die Bereiche Stress- und Burnout-Prävention verfügt.

Modul D: Die Vermittlung hat durch eine natürliche Person zu erfolgen, die zur Ausübung des Gewerbes der Lebens- und Sozialberatung, eingeschränkt auf sportwissenschaftliche Beratung berechtigt ist.

Modul E: Die Vermittlung hat durch eine natürliche Person zu erfolgen, die zur Ausübung des Gewerbes der Lebens- und Sozialberatung, eingeschränkt auf Ernährungsberatung berechtigt ist.

UE = Unterrichtseinheiten à 45 Minuten entsprechen einer Zeitstunde.

GSU = Gruppensupervisionseinheiten à 45 Minuten entsprechen einer Zeitstunde