

# Burnout-Berater/in

## PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Burnout (zu deutsch `Ausgebranntsein`) bezeichnet eine besonders ausgeprägte Form beruflich und/oder privat bedingter Erschöpfung, die z.B. durch ständige Frustration, zu hohe Erwartungen an die eigene Leistungsfähigkeit, Versagenserlebnisse und chronische Überlastung auftreten kann.

Das `Burnout-Syndrom` ist vielfältig und individuell in Auftreten und Ausmaß: Erschöpfung und Niedergeschlagenheit, Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Magenbeschwerden und/oder andere körperliche Dysfunktionen treten auf. Typisch sind auch Schuldgefühle und Versagensängste. `Ausgebrannte` erleben ihre Umwelt als nicht mehr kontrollierbar, ziehen sich zurück, nehmen eventuelle Hilfe nicht mehr an. Burnout tritt in allen Sozial-, Bildungs-, Berufs- u. Altersgruppen auf.

Erfahren Sie alles über Ursachen und Hintergründe und lernen Sie diverse Möglichkeiten kennen, wie man dem Burnout der Klient/innen vorbeugen und ihnen aus dem Ausgebranntsein wieder zu Leistungsfähigkeit und Glücksempfinden heraushelfen kann.

### Seminarinhalte:

#### Tag 1 und 2

- Ursachen
- Symptomatik
- 12 Phasen der Erkrankung
- Stress und seine Auswirkung auf den Körper
- Innere Antreiber und Stressoren erkennen
- Energieräuber, Energiespender

#### Tag 3 und 4

- Das Beratungsgespräch - vom Problem zur Lösung

Das Seminarangebot richtet sich an Berufsgruppen aus dem psychotherapeutischen Kontext.

**Dozent/in Liane Probst:** Liane Probst ist Systemischer Coach, Paarcoach, Psychologischer Coach, erfolgreiche Autorin und freie Trauerrednerin. Zusatzausbildungen zum NLP-Coach, Angst- und Stressmanagement, Gesprächstherapie nach C. Rogers, Steve de Shazer, Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg, Trauer- und Sterbebegleitung, sowie Burnout- und Mobbingberatung runden ihre Vita ab. Seit vielen Jahren unterrichtet sie ihre Schwerpunkte mit großer Leidenschaft an den Deutschen Paracelsus Schulen.

Termine:

**Do. 20.04.2023**

**Fr. 21.04.2023**

**Sa. 22.04.2023**

**So. 23.04.2023**

jew. 09:00-18:00 Uhr

**Materialkosten sind im Seminarpreis enthalten.**

Preis:

**625,- Euro \***

**Paracelsus Schule  
Rothenburger Str. 5  
90443 Nürnberg**

Tel. 0911 - 279 69 26

Seminarnummer:

**SSH85200423**

### Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Paracelsus Schule
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

