

 Psychotherapie

Burnout-Berater/in – Seminarleiter/in

Die Teilnehmer werden qualifiziert in die Burnout-Problematik eingeführt und erhalten vielfältige Anregungen und Lösungskonzepte, die sie später in ihrem Berufs- und Praxisalltag anwenden können.

Seminarschwerpunkte:

- Burnout: Definition, Ursachen, Entstehung
- Abgrenzung: Boreout, Wearout, Burnout
- Aktives Burnout, individuumszentrierte Sichtweise
- Exkurs Organisationsentwicklung: Macht-, Organisation- und Rollenstrukturen als Katalysator
- Exkurs Führungskompetenz: Der Vorgesetzte als Schlüsselfigur
- Erwartungen und gestörte Handlungsepisoden als Stressquellen
- Interventionsmöglichkeiten für Berater und Therapeuten
- Burnout-Tests als Indikator
- Irrationale Überzeugungen - das ABC-Modell nach Albert Ellis
- Coping – Die vier Modi der Stressbewältigung
- Innere Antreiber und die Transaktionsanalyse nach Eric Berne
- Logotherapeutische Ansätze
- Persönlichkeits- und Karrieretypen als Risikofaktoren
- Ziele und Wahrnehmungsfilter: Instrumente für eine dauerhafte Bewältigung
- Vorbeugen ist besser als Heilen: Der Burnout-Präventionsprozess

Dieses Seminar wendet sich vor allem an therapeutisch und beratende Berufsgruppen.

Termine

- Fr, 20.02.2026
10:00-18:00 Uhr
Sa, 21.02.2026
10:00-18:00 Uhr
[und 1 mehr](#)

Preis

450,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Rostock
Doberaner Str. 114
18057 Rostock
Tel. 0381- 490 91 86

Seminarnummer

SSH02241025

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 29.01.2026

Dozent

Friedhelm Sommerland

Jg. 1967. Er ist NLP-Lehrtrainer (DVNLP e.V.), EMDR- und EMI-Therapeut. Er war als Bankfachwirt über zwanzig Jahre in der privaten Wirtschaft tätig. Seine beruflichen Erfahrungen und Beobachtungen verwertete er in einem von ihm entwickelten Burnout-Präventionsprogramm und in der Ausbildung z. Burnout-Berater/in. Weiterhin ist er bei der Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW) als Gründungsberater gelistet und unterstützt Existenzgründer/innen dabei, ihre Gründungsideen erfolgreich umzusetzen. Im Jahr 2019 erschien sein Buch, in dem er seine inzwischen über 15-jährige Erfahrung als Trainer, Dozent, Coach und Berater reflektiert und für den Leser zugänglich macht.