

 Psychotherapie

Burnout- und Resilienzberatung – Seminarleiter- schein

In diesem Seminar erwerben Sie das Fachwissen zu Stress und Burnout sowie die Auswirkung auf den gesamten Organismus.

Stress gehört zum Leben und ist unvermeidbar.

Hans Selye (1907-1982), der Urvater der modernen Stressforschung, bezeichnete Stress einmal als „Würze des Lebens“.

Nicht immer ist Stress negativ, er kann auch motivierend und leistungssteigernd sein. Problematisch wird Stress, wenn er dauerhaft bestehen bleibt. Diese Unterschiede lernen Sie in diesem Seminar kennen.

Zudem erfahren Sie mehr über das Phänomen Burnout („Ausbrennen“), dessen Entstehung und Symptomatik.

Abschließend werden auch die Planung, Aufbau und Durchführung von Stressbewältigungstrainings erörtert.

Werden Sie Burnout und Resilienzberater/in. Vermitteln Sie in Parxis und Kursen anderen die Fähigkeit, mit Stresssituationen richtig umzugehen.

Im Seminar erlernen und üben Sie vielfältige Instrumente, die Sie direkt in der therapeutischen und Beratungs- Praxis einsetzen können.

Auszug aus dem Inhalt:

- Begriffsdefinition Stress und Burnout
- Ursachen, Symptome, Folgen von Stress und Burnout
- 12 Phasen der Erkrankung
- Stress und seine Auswirkungen auf den Körper
- Stressoren und individuelle Stressanalyse
- Antreiber und Glaubenssatz-Arbeit
- Ressourcen und Resilienz
- Methoden der Stressbewältigung
- Gestaltung von Stressbewältigungstrainings
- Kommunikation, Gesprächsführung, Frage- und Kreativitätstechniken

Das Seminar eignet sich für alle Fachkräfte aus dem beratenden sowie therapeutischen Bereich, stellt jedoch auch für andere Berufsgruppen eine wertvolle Ergänzung dar.

Termine

Mo, 13.07.2026

10:00–17:00 Uhr

Di, 14.07.2026

10:00–17:00 Uhr

[und 3 mehr](#)

Preis

750,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Köln

Barbarossaplatz 4

50674 Köln

Tel. 0221-923 07 70

Seminarnummer

SSH50130726

Anmeldemöglichkeiten

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



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 02.02.2026

Dozent

Dietmar Schüller

Jg. 1965 Er ist staatlich anerkannter Diplom-Sozialpädagoge (FH) mit den Schwerpunkten systemische Beratungsmethoden und kommunikative Handlungsstrategien und hat ein abgeschlossenes Aufbaustudium zum Master of Business Administration. Herr Schüller ist Heilpraktiker und Autor mehrerer Bücher. Seine Arbeitsschwerpunkte sind Trainer/Dozent, Resilienz-Berater, Autor und Systemischer Coach (inklusive Business Coaching). Er leitete viele Jahre einer Einrichtung (Jugendamt) in einem sozialen Brennpunkt und sammelte intensive Moderations- und Beratungserfahrungen. Seit 30 Jahren ist er als Seminarleiter/Dozent für angehende Heilpraktiker, Kommunikationstrainer, Stress- und Burnout-Berater, Resilienz-Berater und systemisch-lösungsorientierte Coaches tätig.