



**Psychotherapie**

## **Stress, Burnout, Depressionen & Resilienz – Einführung**

In diesem Kurzseminar geht es um Methodentraining und bildgestützte Interventionen, frei nach dem Motto: Wer selbst nicht in Flammen steht, kann auch nicht ausbrennen. Angst darf man haben, aber fürchten muss man sich nicht.

Auszüge aus dem Inhalt:

- verschiedene Formen des Burnout
- goldene Angstregeln
- Bodenanker

Erwarten Sie ein interessantes Seminar, das Ihnen erste Impulse für die eigene Arbeit in Ihrer Praxis oder Beratungsstelle geben kann.

Wenn Sie sich entscheiden, diesen interessanten und vielschichtigen Themenkreis – Burnout, Stressbewältigung, Resilienz – als Berater/in oder Coach in Ihr Portfolio aufzunehmen, empfehlen wir die Fachausbildungen Burnout- und Stresspräventionsberatung oder Stress-, Burnout- und Depressionsberatung aus unserem Programm.

Diese Kurse finden online oder auch in Präsenz in der Paracelsus Schule in Ihrer Nähe statt.

### **Termin**

Mi, 15.09.2027  
19:00-21:15 Uhr

### **Preis**

75,00 €

### **Online-Seminar**

Dieses Seminar findet online statt.

### **Seminarnummer**

SSH111150927

### **Anmeldemöglichkeiten**

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



Irrtümer und Änderungen vorbehalten  
Erstellt 31.01.2026

### **Dozent**

#### **Viktor Lindt**

Jg. 1977. Herr Lindt ist staatlich examinierter Gesundheits- und Krankenpfleger, geprüfter Psychologischer Berater, Trauerbegleiter und Trauerredner, MEDICPROOF-Pflegegutachter, Aromapraktiker sowie geprüfter MPU- und Suchtberater. Weitere Schwerpunkte: Burnout-, Mobbing-, Demenz- und Sexualberatung. Im Gesundheitsamt verantwortet er die Überprüfung und Zulassung ambulanter Pflegedienste sowie nichtärztlicher Heilberufe. Als Dozent verbindet er fundierte Theorie mit Praxis und verfolgt eine ganzheitliche Perspektive. Schwerpunkte: Stressbewältigung, Gesundheitsförderung, Trauerbegleitung, Trauerreden, Pflegeberatung, Aromatherapie.