

Störungsorientierte Psychotherapie: Burnout

PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



In Deutschland leiden rund 4,2 Prozent der erwachsenen Bevölkerung unter einem Burn-out-Syndrom. Die Arbeitsunfähigkeitsrate aufgrund dieser Erkrankung lag in Deutschland 2022 bei fast 7 Prozent.

Bislang wurde aus Mangel einer eigenen ICD-10 Diagnose Burn-out unter der Diagnosegruppe Z73 „Probleme mit Bezug auf Schwierigkeiten bei der

Lebensbewältigung“ kodiert. In der überarbeiteten ICD-11 Version, die ab dem 1. Januar 2022 in Kraft getreten ist, wird Burn-out jedoch eindeutiger als Syndrom aufgrund von "Stress am Arbeitsplatz, der nicht erfolgreich verarbeitet werden kann" definiert. Doch nicht nur am Arbeitsplatz kann ein Burnout entstehen. Zu den Ursachen gehören oft dauerhafte Über- oder Unterforderung, ständiger Zeitdruck und soziale Konflikt. Begünstigt wird ein Burnout durch eine extreme Einsatzbereitschaft, die zur Vernachlässigung eigener Bedürfnisse führt.

Seminarinhalte:

- Prävention
- Diagnostik
- Psychoedukation: Entstehung und Aufrechterhaltung
- Therapiemaßnahmen sowie Hilfe zur Selbsthilfe

Das Seminar richtet sich an alle Heilpraktiker/innen, Heilpraktiker/inne für Psychotherapie, psychologische Berater/innen, Coaches und Berufsgruppen aus dem sozialpädagogischen Bereich.

Dozent/in HP Psy Claudia Sarnetzki: Jg. 1977. Mit ihrer jahrelangen Erfahrung im Bereich Human Resources (HR) und Presse-, Öffentlichkeitsarbeit bringt die staatlich geprüfte Betriebswirtin die Expertise für Ausbildung und Selbstmarketing mit. Ihr Entschluss, Heilpraktikerin für Psychotherapie zu werden, ging einher mit der Erfahrung und Tätigkeit in der Seelsorge und im Umgang mit psychisch kranken Menschen in einer Einrichtung für Betreutes Wohnen. Zu ihren therapeutischen Qualifikationen gehören die Gesprächstherapie nach Rogers, Verhaltenstherapie, Psychodynamische Traumatherapie (PITT nach Reddemann) sowie die klinische Hypnose. Frau Sarnetzki arbeitet in eigener Praxis in Bonn.

Termine:

Do. 29.01.2026

10:00-15:00 Uhr

Preis:

105,- Euro *

**Paracelsus
Gesundheitsakademie
Barbarossaplatz 4
50674 Köln**

Tel. 0221 - 923 07 70

Seminarnummer:

SSH50290126

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

