



Antrag zur Vorlage bei der Schulleitung

Titel:	Stress: Advanced-Master für Stressreduzierung und Stressmanagement
Nr.:	RU01.02.21
Kontakt:	Adelheid Ruppelt E-Mail: institut@nlp-transfer.de
Dauer:	mehrtägige Veranstaltung
Anfang:	01.02.2021 , 09:30 Uhr
Ende:	02.02.2021 , 17:00 Uhr
Anmeldeschluss:	24.01.2021
max. Teiln.:	12
min. Teiln.:	8
Kosten:	Pro Teilnehmer/in 355,00 Euro (ohne Unterkunft und Verpflegung). Skripte und Zertifikat sowie Siegel, Tee und Wasser inkl.
Adressaten	Master-Trainer/innen für Stressreduzierung und Stressmanagement
Beschreibung	<p>Inhalte: Coping-Strategien zur Stressreduzierung. Optimierung von Lebensqualität und Wiedergewinnung der Freude im Schul- und Berufsalltag.</p> <p>Sie ergänzen Ihre bereits erworbenen Kenntnisse durch weitere stressreduzierende Methoden und Maßnahmen. Vermittelt werden weitere Coping-Strategien. Diese können auch genutzt werden, um Depressionen und innere Kündigungen vorzubeugen.</p> <p>Sie können die erworbenen Coping-Strategien als Multiplikator</p>

weitergeben.

Der Advanced-Master baut auf den Master-Trainer auf.

Termine:

Mo./Di., 01. - 02.02.2021

jeweils von 9.30 - 17.00 Uhr

Zielsetzung Nachhaltigkeit fördern und weitere Strategien und Methoden kennen lernen und trainieren

Ort [Institut für NLP & Coaching, Hildesheim](#)

Schulform keine Angabe

Veranstalter Institut fuer NLP & Coaching

verantwortlich Adelheid Ruppelt E-Mail: institut@nlp-transfer.de

Antrag gestellt von: _____

Genehmigung erteilt: _____