



## IKOME®-Fachseminar Stressmanagement und Burnout – Prophylaxe für rechtliche Betreuer (m/w/d)

In diesem Workshop erarbeiten die Teilnehmer\*innen individuelle Strategien für den Umgang mit stressigen und herausfordernden Situationen, wie sie im Arbeitsalltag rechtlicher Betreuer\*innen häufig vorkommen. In Selbsterfahrungsübungen werden eigene und fremde Muster in Stresssituationen sichtbar gemacht. Zudem lernen die Teilnehmenden Techniken des achtsamen Umgangs mit sich selbst und mit den Betreuten kennen und üben diese ein. Ein weiteres Ziel des Workshops ist die Wiederherstellung der Arbeitsfähigkeit in Problemsituationen.

**Zielgruppe (m/w/d):** für aktive Berufsbetreuer, Mitarbeiter von Betreuungsvereinen, -behörden sowie Berufseinsteiger in der rechtlichen Betreuung

### Schwerpunkte

- Der eigene Arbeitsstatus – State/ Focusing
- Reizaufnahme nach innen – Selbsterfahrung Teil 1 (Erarbeitung der eigenen Wahrnehmungen und Prägungen, stressverstärkende Muster)
- Stress und Burnout – Entwicklung und Indikatoren
- Reaktion nach außen – Selbsterfahrung Teil 2 (das eigene Verhaltensmuster im Stress und in eskalierenden Situationen)
- Instrumentelles, mentales und regeneratives Stressmanagement (Methoden und Prävention in der praktischen Umsetzung)

### Referent



#### Falk Rodigast

Falk Rodigast verfügt über einen Abschluss als Diplom-Kaufmann und Wirtschaftspsychologe. Er ist Certified Master Practitioner (Society of NLP), Mediator DGM und Zertifizierter Burnout Prophylaxe Coach DBVB.

### Auf einen Blick

**Datum:**

14.11.2023, 09:00 – 16:30 Uhr

**Ort:**

IKOME® Leipzig, Hohe Str. 11,  
04107 Leipzig

**Kosten (inkl. Zertifikat):**

180,00 EUR (dieses Seminar ist  
USt.-befreit)

**Kontakt:** IKOME®, Frau Verena Reinecke, Tel. 0341/22 54 13 50, Mail: [verena.reinecke@ikome.de](mailto:verena.reinecke@ikome.de)



## Anmeldung

Ggf. vorab per Fax: (0341) 22 541-351

Per Post an:

**IKOME® Dr. Barth GmbH & Co. KG | Hohe Straße 11 | 04107 Leipzig**

Hiermit melde ich mich verbindlich zu folgender Fortbildung bei der IKOME® Dr. Barth GmbH & Co. KG an:

**Stressmanagement und Burnout – Prophylaxe für rechtliche Betreuer (m/w/d)**  
**14.11.2023**

**Bitte in Blockschrift ausfüllen!**

|                           |  |
|---------------------------|--|
| <b>Vorname, Name</b>      |  |
| <b>Tätigkeit</b>          |  |
| <b>Firma</b>              |  |
| <b>Wohnanschrift</b>      |  |
| <b>Rechnungsanschrift</b> |  |
| <b>Tel/Fax</b>            |  |
| <b>E-Mail</b>             |  |

Von den **Allgemeinen Geschäftsbedingungen** und Von den Allgemeinen Geschäftsbedingungen und der Datenschutzerklärung der IKOME Dr. Barth GmbH & Co. KG habe ich zur Kenntnis genommen und bin damit einverstanden. Einzusehen unter [www.ikome.de](http://www.ikome.de)  
Der Vertrag kommt nur bei ausreichender Teilnehmerzahl zustande.

☐ Hiermit stimme ich zu, dass mir Newsletter und Veranstaltungshinweise bis auf Widerruf zugeschickt werden dürfen.

Ort/Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_