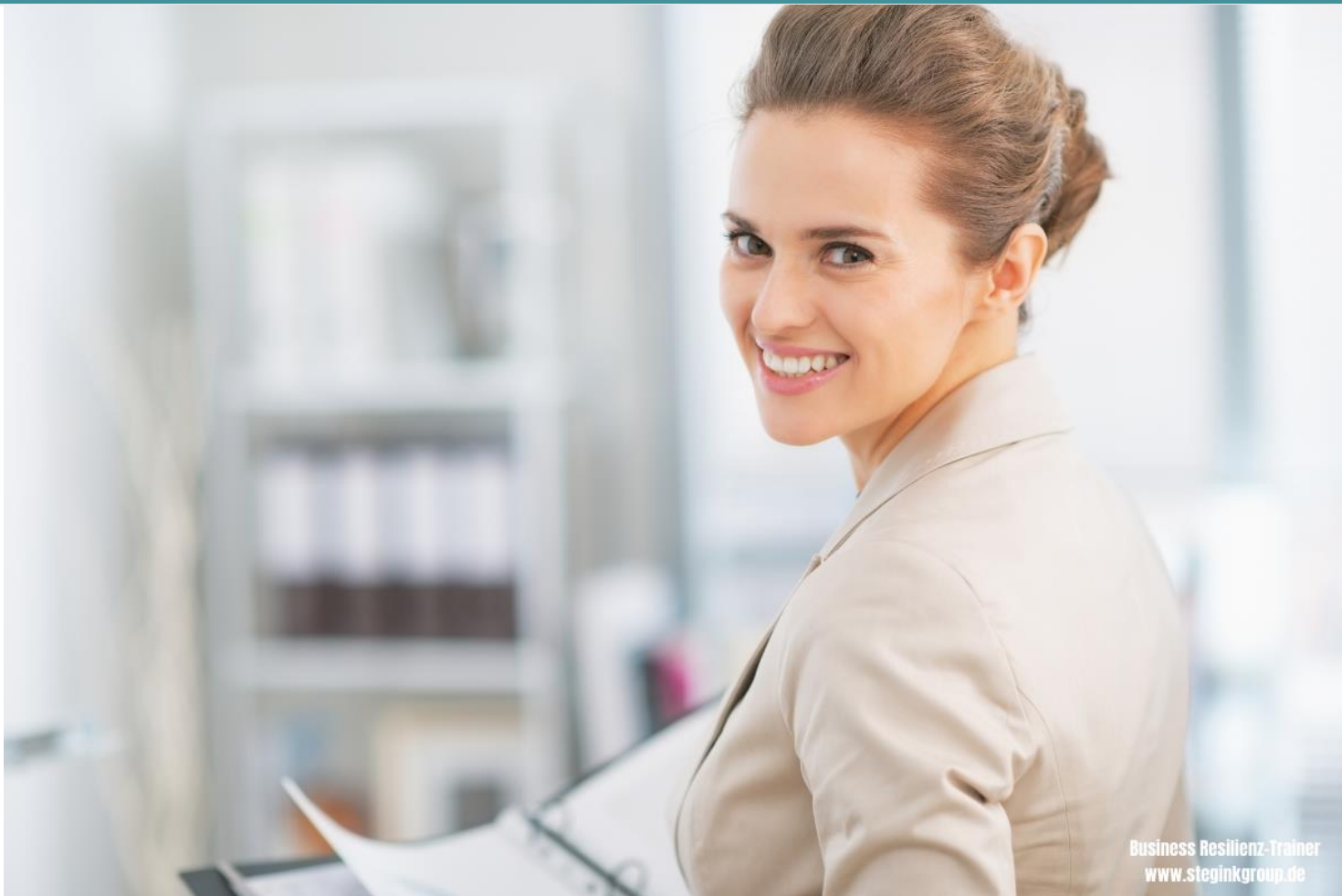




# *Ausbildungsprogramm 2023*

*zum\* zur Business-Resilienz-Expert\*in (m/w/d)*

**Zertifizierte und geprüfte Ausbildung mit dem Abschluss  
"Certificate of Advanced Studies" (CAS)**



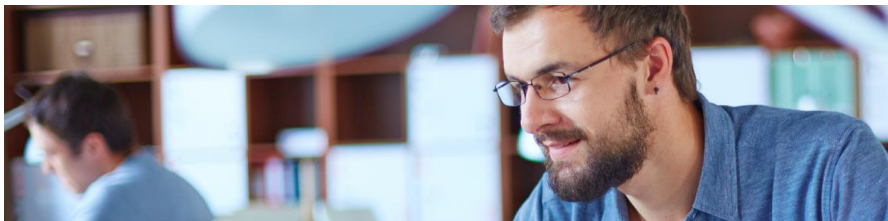
# Geprüfte Ausbildung zur Resilienz-Fachkraft in Unternehmen - Certificate of Advanced Studies" (CAS)

## MOTIVATION

Sie möchten ...

1. ein **Betriebliches Gesundheits-Management** etablieren und wünschen sich einen eigenen - **Resilienz-Experten (m/w/d)** im Unternehmen?
2. Eine\*n firmeneigenen „**Resilienz“-Experten\*in** ausbilden, der\*die sein\*ihr Wissen weitergibt und Ihre Mitarbeitenden im Umgang mit Stress, Aufbau der Widerstandskraft und für persönliches Gesundheitsmanagement fit macht?

Manager\*innen, Führungskräfte, aber auch Mitarbeiter\*innen haben heute überdurchschnittliche Anforderungen zu meistern. Damit dies nicht in eine Stress- und Burnout-Spirale mit hohen Arbeitsausfällen führt, sind effiziente, wirkungsvolle Gegenmaßnahmen erforderlich.



**Resilienz\*** bedeutet Widerstandskraft und die Fähigkeit, hohe Herausforderungen zu meistern sowie die Fähigkeit zur Wiederherstellung der eigenen Kraft.

Mit unserer Ausbildung zum\*zur **Business-Resilienz-Expert\*in** unterstützen wir Sie, sich Kompetenzen hierfür anzueignen um als Trainer\*in, Ausbilder\*in, und Berater\*in individuelle Beratungen, Coachings und Gruppentrainings durchzuführen.

## IHR NUTZEN

Diese Weiterbildung ist als „**Blended Learning**“ konzipiert und überzeugt durch:

- **Online- und Präsenzs Schulungen**
- kleine Gruppen (max. 10 Teilnehmer)
- Zertifizierung: Certificate of Advanced Studies (CAS)
- Digitale Lernhilfen in Form von „**Lern-Nuggets**“ und digitalen Lernmodulen
- individuelle Betreuung durch Online-Sprechstunden

**Als Teilnehmer\*in profitieren Sie** von Ausbildungen mit einem hohen Maß an Professionalität, welche sich durch einen Wechsel von Präsenzzeiten, Online-Lernen und systemischer Lernbegleitung auszeichnen!

## ZIELGRUPPE

Die Ausbildung richtet sich an Fachpersonal des betrieblichen Gesundheitsmanagements sowie Führungskräfte, die als Berater\*in, Coach\*in und Weiterbildner\*innen das Thema “Betriebliche Resilienz verbessern” standort- wie auch länderübergreifend vermitteln möchten.

Als Key-Trainer\*innen schulen Sie Mitarbeitende, fördern deren Widerstandskraft, Herausforderungen besser zu meistern sowie die eigene Selbstwirksamkeit zu begreifen.

## METHODEN

Erfahrungs- und handlungsorientiertes Lernen steht im Vordergrund. **Solide Wissensvermittlung** durch:

- Expert\*innen-Input & Praxis-Beispiele
- Tutorielle Begleitung mit Übungs-Sequenzen

## PRÜFUNGSLEISTUNG

Am Ende der Ausbildung wird eine **praktische Prüfung** in Form einer Lehrprobe abgelegt. Zudem schreiben Sie eine 25seitige Transferarbeit, die von der Steinbeis-Akademie an der Steinbeis-

Hochschule Berlin bewertet wird. Wurde diese erfolgreich bestanden, erhalten Sie das CAS-Zertifikat “*Competence Expert\*in für Business-Resilienz*”

## PROJEKTVERANTWORTLICHE



**Henriett Stegink**

Expertin für die Ausbildung von Fachpersonal in Unternehmen

## TRAINERTEAM



**Rhea Pinkert**

EXPERTIN und langjährige Dozentin für Natur-Gesundheit und Ayurveda, seit 18 Jahren mit eigener Praxis tätig.

# INHALTE DER AUSBILDUNGSREIHE

## Modul R1: Grundlagen Resilienz, Stress, Burn-out

In diesem Modul lernen Sie das "NEUE Betriebliche Gesundheits-Management" kennen...

- Dynamiken von Stress und Auswege heraus
- Resilienz-Typen erkennen
- Individuelle und typgerechte Lösungswege
- ab- und aufbauende Dynamiken erkennen
- Mit der Meisterformel zum Erfolg

## Modul R2: Der Körper und die körperliche

**Intelligenz** In diesem Modul erhalten Sie Fachwissen zur Unterstützung des Körpers und seiner Selbstregulation

- 5 Säulen der Gesundheit
- Die Selbstregulation des Körpers stärken
- Ernährung und Vitalisierung
- Verbesserung der Arbeitsergonomie
- Präventionskonzepte am Arbeitsplatz

## Modul R3: 5-Schritte-Programm nach Rhea Pinkert

In diesem Modul erhalten Sie Fachwissen zur ganzheitlichen Gesundheit und emotionalen Intelligenz

- Persönliche Ressourcen und eigenes Selbstmanagement fördern
- EQ – Emotionale & Mentale Kompetenz
- Persönliches Energiemanagement
- **Coping** – Lösungs- und Bewältigungs-Strategien

## Modul R4: Trainer- und Coaching-Kompetenzen

In diesem Modul lernen Sie die "Effiziente Gestaltung von zielführenden ONLINE-Coachings und Beratungen.

- Grundlagen – Ansprüche – Rahmenbedingungen – Auftragsklärung – Ziele
- Zielorientierte Gesprächsführung
- Transaktionsanalyse - ein effizientes Tool
- Coaching- und Beratungsprozesse planen
- Strategien zur Problem- und Konfliktlösung

## Modul R5: Erfolgreich Resilienz-Trainings umsetzen und leiten

In diesem Modul lernen Sie erfolgreiche Resilienz-Trainings zu konzipieren und zu leiten.

- Erstellung Konzeption, Aufbau, Trainingsveranstaltung
- Praxistransfer / Evaluationsmethoden
- Sozialmedia & Marketingstrategien
- Umsetzungsplan zum betrieblichen Gesundheitsmanagement

## „BLENDED LEARNING“ Ausbildungskonzept

Diese Fach-Ausbildung wird in Präsenz- und Online-Phasen durchgeführt. Zudem erhalten alle Teilnehmer\*innen digitale Lernhilfen aus unserer Mediathek.



**AUSBILDUNGSGRUPPE:** Max. 10 Teilnehmer\*innen

## ABSCHLUSS

**Praktische Prüfung** in Form einer Lehrprobe, (Beratung, Coachinggespräch oder Kurz-Training).

**Schriftliche Prüfung** in Form einer 25seitigen Transferarbeit, welche von der Steinbeis-Akademie an der Steinbeis-Hochschule Berlin bewertet wird.

Wurde beides erfolgreich absolviert, erhalten Sie das CAS-Zertifikat "Competence Expert:in für Business-Resilienz"

## TERMINE 2023

Kick OFF	<b>28. April</b>	<u>ONLINE</u>
Modul R1:	<b>05. Mai</b>	<u>ONLINE</u>
Modul R2:	<b>19. Mai</b>	<u>PRÄSENZ</u>
Modul R3:	<b>20. Mai</b>	<u>PRÄSENZ</u>
Modul R4:	<b>29. Juni</b>	<u>ONLINE</u>
Modul R5:	<b>30. Juni</b>	<u>PRÄSENZ</u>
Prüfung (*CAS):	<b>N. N.</b>	<u>HYBRID</u>

\*Zertifizierung erfolgt nach bestandener Prüfung

**PREIS ges. Lehrgang** \*€ 4.795,- - zzgl. MwSt.

zzgl. Prüfungsgebühr € 390,- - zzgl. MwSt.

\* (jede weitere Person einer Firma 25% Rabatt)

\* Certificate of Advanced Studies (CAS)

## Hybride Lernumgebung

Wechsel aus **Präsenz- und Online Phasen:**

- Präsenz-Unterricht: 3 Tage Unterricht
- Online-Unterricht: 3 Tage Online Unterricht + 1 Modul Prüfung und Lehrprobe

**Präsenzveranstaltungen:** in den Trainingsräumen der SteginkGroup-Akademie, Marie-Curie-Str. 19, 73529 Schwäbisch Gmünd

**Onlineveranstaltungen:** vitero *alternativ* MS-Teams

## SEMINARBEDINGUNGEN

- Zahlungsbedingungen** Die vollständigen Trainingskosten sind zu Beginn eines jeden Trainings zur Zahlung fällig. Bei Anmeldung zu unseren Trainings erhalten Sie eine Rechnung. Wir bitten um Verständnis, dass wir die Teilnahme nur gewähren können, wenn die Teilnahmekosten auf unserem Konto eingegangen sind.
- Sonderkonditionen** Bei Teilnahme mehrerer Mitarbeiter eines Unternehmens sowie vermit<sup>®</sup>-Mitglieder gewähren wir einen Nachlass von 10% auf unsere Trainings
- Stornobedingungen** Wir bitten um Verständnis, dass wir bei Abmeldungen ab *drei Wochen* vor Veranstaltungsbeginn eine Storno-Gebühr von 50% der Teilnahmekosten verrechnen. Abmeldungen die *fünf Werktage* vor Trainingsbeginn und im Falle einer *Nichtteilnahme* werden wir die gesamten Gebühren in Rechnung stellen. Selbstverständlich ist die Nennung eines Ersatzteilnehmers ohne Zusatzkosten möglich. Der Trainingsprogramm mit Zertifikat kann nur vor Beginn des ersten Moduls storniert werden.
- Änderungen** Die Vorbereitung unserer Trainings und Terminvereinbarungen erfolgen langfristig. Wir bitten daher um Verständnis, das in Einzelfällen Änderungen erforderlich sein können. Diese teilen wir Ihnen rechtzeitig mit!
- Absage einer Veranstaltung** Im Falle der Absage eines Trainings– zum Beispiel aus Krankheitsgründen des Referenten – wird binnen eines Monats ein Ersatztermin angeboten. Bei kurzfristigen Absagen können keine Entschädigungen für Reisekosten gewährt werden.
- Hotelreservierung** Gerne übernehmen wir auf Wunsch die Hotelreservierung für Sie. Die Rechnung begleichen Sie bitte selbst spätestens am Abreisetag im Hotel.

# Anmeldung Ausbildung zum\*zur Business-Resilienz-Expert\*in (m/w/d)

Modul	Training	Tage	Teilnahme (EUR)	Termine 2023
R1	<b>Grundlagen Resilienz, Stress, Burn-out</b>	1	980, -- €	05. Mai <i>Online</i>
R2	<b>Der Körper und die körperliche Intelligenz</b>	1	980, -- €	19. Mai <i>Präsenz</i>
R3	<b>5-Schritte-Programm nach Rhea Pinkert</b>	1	980, -- €	20. Mai <i>Präsenz</i>
R4	<b>Trainer- und Coaching-Kompetenzen</b>	1	980, -- €	29. Jun. <i>Online</i>
R5 RP	<b>Resilienz-Trainings umsetzen und leiten</b> <small>Prüfungsgebühr; Certificate of Advances Studies (CAS)</small>	1	980, -- € 390, -- €	30. Jun. <i>Präsenz</i>
R-CAS	Trainingsmodule B 1.1 – B 1.5 <small>*excl. Prüfungsgebühr 390 Euro</small>	5	*4.795,-- €	/

## Teilnehmende / Anmeldungen

Modul	Name	Vorname	Funktion im Unternehmen

\*vermit<sup>®</sup> Mitmacher\*innen erhalten 10 % Rabatt auf die Lehrgangsgebühren; zzgl. MwSt.

**HOTEL:** Hotel-Empfehlungen erhalten Sie mit Ihrer Teilnahmebestätigung.

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

\_\_\_\_\_  
Absender\*in / Rechnungsadresse (Firmenstempel)

\_\_\_\_\_  
Ansprechpartner\*in

\_\_\_\_\_  
Funktion

\_\_\_\_\_  
Tel.

\_\_\_\_\_  
E-Mail

**Vielen Dank für Ihre Anmeldung!**

Sie erhalten von uns rechtzeitig eine schriftliche Teilnahmebestätigung.

**Bitte senden an:**

**Frau Bettina Tabor**

**SteginkGroup**  
Technologiezentrum  
Marie-Curie-Straße 19  
73529 Schwäbisch Gmünd  
Tel.: +49 7171 10 46 79-0

seminarteam@steginkgroup.de  
www.steginkgroup.de

Z U K U N F T   G E S T A L T E N

**Unsere Veranstaltungsorte und Weiterbildungskooperationen:**

**Campus Handwerk**  
**Süd-West Niedersachsen GmbH**  
Beckstraße 19  
49809 Lingen  
Telefon +49 591 97304 -0

**SteginkGroup-Akademie**  
**Gmünder Technologie Zentrum**  
Marie-Curie-Str. 19  
73529 Schwäbisch Gmünd  
Telefon +49 7171 104 679 -0

**Bei Fragen wenden Sie sich bitte an**  
**Henriett Stegink**  
- Ausbildung und Zertifizierung -  
Telefon +49 7171 - 104 679 -0  
h.stegink@stegingroup.de

