



BURNOUT-PRÄVENTION FÜR FÜHRUNGSKRÄFTE

TRAUMA-STRESS-BURNOUT: URSACHEN UND LÖSUNGEN

Wenn Erwachsene als Kind abgelehnt wurden, hat dies traumatische Auswirkungen. Ein oftmals lebenslanger - unbewusster - Kampf um die Liebe der Eltern folgt, der häufig auf Arbeitsverhältnisse übertragen wird. Arbeit und Leistung dienen als Beweis, doch liebenswert und „gut genug“ zu sein. Nun kann Elternliebe niemand ersetzen, deswegen führt dieser Weg nicht zum Erfolg, sondern in die Selbstzerstörung. Weitere „Selbstopтимierung“ und „Resilienz“ verstärken nur das Problem. Selbstregulierung ist gut, aber keine Lösung. Die identitätsorientierte Psychotherapie (IoPT) nach Professor Franz Ruppert bietet für die Prävention entscheidendes Ursachenverständnis, als auch dauerhafte Lösungen, die an der Wurzel greifen.

**Wann? 23. Mai 2025, 9.00 –
16.00**

Wo? Online über Zoom

**Für wen geeignet?
Führungskräfte in
Unternehmen und
Organisationen**

**Moderator: Christian Frost,
Diplom-
Sozialwissenschaftler,
zertifizierter Coach & IoPT-
Prozessbegleiter und
Trainer und
Gerichtsbetreuer in
Stralsund**

**Seminarkosten: 350,00 Euro inkl.
MwSt.**

**Anmeldung
bis
30.04.25
per E-Mail**

**MEERAUM
SYSTEMISCHES COACHING &
BERATUNG**

Jungfernstieg 21
18437 Stralsund
0176 2361 0034
info@coaching-traumatherapie-
stralsund.de

[www.coaching-
traumatherapie-stralsund.de](http://www.coaching-traumatherapie-stralsund.de)

SEMINARABLAUF

Eröffnungsrunde

9.00 – 9.15

Teil 1: Burn Out – was ist das?

9.15 – 11.00

Vortrag: 45 Minuten, Diskussion: 60 Minuten

- Definition und Auswirkungen
 - Stress und Burn Out
 - Stress und Trauma
 - Burn Out Phasen
- Diskussion, Fragen & Antworten

Pause: 11.00 bis 11.15

Teil 2: Burn Out und Trauma

11.15 – 13.00

Vortrag: 45 Minuten, Diskussion: 60 Minuten

- Burn Out als Folge von Trauma
 - Symbiotische Verstrickung
 - Trauma der Identität
 - Trauma der Liebe
 - Burn Out als Folge eines Traumas der Liebe
- Diskussion, Fragen & Antworten

Mittagspause: 13.00 – 14.00

Teil 3: Lösungen

14.00 – 15.30

Vortrag: 30 Minuten, Diskussion: 60 Minuten

- Burn Out Prävention für Führungskräfte
 - Burn Out Prävention für Mitarbeitende
 - Lösungsansatz der identitätsorientierten Psychotherapie (IoPT)
 - Lösungsansätze allgemein
- Diskussion, Fragen & Antworten

Pause: 15.30 – 15.45

Abschlussrunde

15.45 – 16.00