



## **Premium-Fachausbildung Psychologische:r Berater:in** mit Schwerpunkt Stressmanagement, Entspannung & Work-Life-Balance

**12 Monate. Fundiert. Praxisnah. Persönlich begleitet.**

Du möchtest Menschen professionell begleiten, stärken und in herausfordernden Lebenssituationen unterstützen – und dir gleichzeitig eine beruflich sichere Perspektive aufbauen? Dann ist diese **12-monatige Premium-Fachausbildung** genau richtig für dich.

Hier verbindest du fundiertes psychologisches Wissen mit moderner, praxisnaher Beratungskompetenz und hoher Umsetzbarkeit für deinen späteren Berufsalltag. Du lernst, Menschen professionell zu begleiten, Gespräche sicher zu führen und individuelle Veränderungsprozesse verantwortungsvoll zu unterstützen.

**Besonders wertvoll:** Viele Inhalte dieser Ausbildung lassen sich unmittelbar im eigenen Leben anwenden. Du stärkst nicht nur deine fachliche Kompetenz, sondern entwickelst auch mehr innere Klarheit, Stabilität, Stresskompetenz und persönliche Balance. So wird die Ausbildung oft selbst zu einem kraftvollen Entwicklungsprozess.

Diese Ausbildung richtet sich an Menschen, die nicht nur lernen möchten, sondern das Erlernte direkt in die Praxis umsetzen wollen – im beruflichen Kontext, in der Selbstständigkeit oder als sinnvolle Neuorientierung.

**Unser besonderer Schwerpunkt: Fachliche Einordnung psychischer Belastungen**

Ein zentrales Alleinstellungsmerkmal dieser Ausbildung ist die **professionelle Unterscheidung zwischen psychischer Belastung, Lebenskrise und behandlungsbedürftiger Erkrankung.**

Gerade in der heutigen Zeit halten wir diese Kompetenz für unverzichtbar.

Immer mehr Menschen fühlen sich überfordert, erschöpft, orientierungslos oder emotional stark belastet. Viele wenden sich zunächst an Coaches oder Berater:innen, weil sie schnelle Unterstützung suchen, nicht wissen, an wen sie sich wenden sollen oder auf einen Therapieplatz oft über längere Zeit warten müssen.

Umso wichtiger ist es, als psychologische:r Berater:in fachlich sicher einschätzen zu können:

**Handelt es sich um eine vorübergehende Belastung durch Stress, Krisen oder schwierige Lebensumstände – oder liegen Anzeichen einer behandlungsbedürftigen psychischen Erkrankung vor?**

Genau diese verantwortungsvolle Unterscheidung schützt sowohl dich als Berater:in als auch die Menschen, die sich dir anvertrauen. Denn nicht jede Krise ist eine Erkrankung – und nicht jede Erkrankung darf übersehen werden.

In dieser Ausbildung lernst du deshalb, Warnsignale frühzeitig zu erkennen, Grenzen der Beratung sicher einzuschätzen und professionell zu handeln. Du entwickelst ein klares Gespür dafür, wann Coaching, Stabilisierung und lösungsorientierte Begleitung sinnvoll sind – und wann therapeutische oder medizinische Unterstützung notwendig wird.

Du vertiefst deine Beratungskompetenz:

- psychische Belastungen fachlich fundiert einzuordnen
- Stressreaktionen, Überforderung und emotionale Krisen zu erkennen
- zwischen Lebenskrise und Erkrankung professionell zu unterscheiden
- Grenzen der psychologischen Beratung sicher wahrzunehmen
- verantwortungsvoll weiterzuempfehlen
- Menschen empathisch, klar und ethisch verantwortungsvoll zu begleiten

Diese Fähigkeit schafft Vertrauen, Sicherheit und echte Professionalität. Sie sorgt dafür, dass Klient:innen die Unterstützung erhalten, die sie wirklich brauchen – passend, verantwortungsvoll und zum richtigen Zeitpunkt.

### **Moderne Schwerpunkte mit hoher Nachfrage**

Unsere Ausbildung greift Themen auf, die aktuell stark gefragt sind und in der Praxis wirklich gebraucht werden:

- Stressmanagement im Alltag
- Entspannung gezielt fördern & Nervensystem beruhigen
- Emotionale Resilienz aufbauen
- Klarheit bei Entscheidungen finden
- Berufliche Neuorientierung begleiten
- Erschöpfung vorbeugen & Balance fördern
- Innere Blockaden lösen
- Selbstfürsorge nachhaltig integrieren
- Mentale Stärke im Alltag entwickeln

### **Inhalte der Ausbildung**

- Grundlagen der psychologischen Beratung
- Professionelle Gesprächsführung
- Lösungsorientierte Coachingmethoden
- Stress verstehen und gezielt regulieren
- Entspannungsverfahren für Alltag, Beratung und Praxis

- Mentale Entlastung & Regeneration
- Burnout-Prävention & gesunde Work-Life-Balance
- Emotionale Belastungen erkennen und einordnen
- Ressourcenarbeit und Resilienzförderung
- Mentale Stabilisierung und Selbstfürsorge
- Veränderungsprozesse professionell begleiten
- Zielklärung und Entscheidungsfindung
- Praxisnahe Fallbeispiele, Übungen und Umsetzung

### **Exklusive Ausbildungsbedingungen**

Diese Ausbildung ist bewusst hochwertig gestaltet – mit persönlicher Begleitung, intensiver Betreuung und echtem Praxisbezug.

Um nachhaltiges Lernen und individuelle Entwicklung zu ermöglichen, arbeiten wir in **kleinen Gruppen mit maximal 8 Teilnehmer:innen**.

Du profitierst von:

- **monatlichem Live Q&A** für Fragen, Vertiefung und Begleitung
- **2 Einzel-Supervisionen** zur persönlichen Reflexion und professionellen Weiterentwicklung
- **zweimonatlichen Praxisübungen** für direkte Anwendung und Sicherheit im Beratungsalltag
- persönlicher Atmosphäre und engem Austausch
- individueller Begleitung statt anonymer Massenkurse

### **Hoher Praxisbezug & direkte Umsetzbarkeit**

Diese Premium-Fachausbildung ist auf echte Anwendung ausgerichtet.

Du lernst nicht nur Theorie, sondern wie du Menschen sicher begleitest, Gespräche führst, Prozesse strukturierst und dein Wissen professionell im Alltag einsetzt. Zusätzlich erhältst du direkt anwendbare Methoden zur Stressregulation, Entspannung und Life Balance, die sowohl in der Beratung als auch im eigenen Leben sofort wirksam eingesetzt werden können.

Ideal für alle, die nach der Ausbildung direkt starten oder ihr bestehendes Angebot erweitern möchten.

### **Business & berufliche Perspektive inklusive**

Wenn du mit deiner Berufung sichtbar werden und dir eine tragfähige Selbstständigkeit aufbauen möchtest, erhältst du zusätzlich wertvolle Grundlagen zu:

- Erste Schritte in die Selbstständigkeit
- Positionierung und Angebotsklarheit
- Professionelles Auftreten
- Klare Kommunikation deiner Expertise
- Nachhaltig erfolgreich arbeiten

## Unterrichtsformat

- 2 x pro Woche Online-Unterricht mit Live-Begleitung
- 6 Intensiv-Samstage vor Ort in Schacht-Audorf
- Regenerationszeiten sind an die Schulferien angelehnt, außer in der Sommerzeit
- Praxisnah, modern und teilnehmerorientiert
- Digitale Unterlagen & Selbstlerneinheiten
- Aktives Mitmachen, Praxisübungen und direkte Anwendung sind zentraler Bestandteil dieser Ausbildung.
- **2 Einzel-Supervisionen** nach Absprache

## Dauer und Starttermin

12 Monate Premium-Fachausbildung / Start am 12. Juni 2026

**Zertifizierte Ausbildung vom Berufsverband FVDH e.V. mit Abschluss  
Praxiszertifikat Psychologische:r Berater:in  
mit Schwerpunkt Stressmanagement, Entspannung & Work-Life-Balance**

## Für wen geeignet?

- Coaches und Berater:innen
- Menschen aus Gesundheitsberufen
- Fachkräfte aus sozialen Berufen
- Menschen in beruflicher Neuorientierung
- Alle, die Menschen professionell begleiten möchten
- Selbstständige, die ihre Expertise erweitern möchten

## Dein Mehrwert

Mit dieser Ausbildung entwickelst du Sicherheit in Gesprächen, lernst psychische Belastungen professionell einzuordnen und erhältst wirksame Tools für Beratungsgespräche, Coachingprozesse, Stressregulation, Entspannungsverfahren und lösungsorientierte Begleitung. So unterstützt du Menschen verantwortungsvoll zu mehr Stabilität, Entlastung, Klarheit und Lebensqualität.

Du verbindest Sinn mit Professionalität, Fachwissen mit Praxisnähe – und entwickelst gleichzeitig dich selbst persönlich weiter.

## Jetzt anmelden

Starte deine neue berufliche Zukunft mit fundiertem Wissen, Herz und professioneller Klarheit.

## **Premium-Fachausbildung Psychologische:r Berater:in** mit Schwerpunkt Stressmanagement, Entspannung & Work-Life-Balance

Hiermit melde ich mich verbindlich zur oben genannten Ausbildung an.

### Persönliche Angaben

Vorname: \_\_\_\_\_

Nachname: \_\_\_\_\_

Straße / Hausnummer: \_\_\_\_\_

PLZ / Ort: \_\_\_\_\_

Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Telefon / Mobil: \_\_\_\_\_

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

Beruf / aktuelle Tätigkeit: \_\_\_\_\_

**Kurs-Ort:** Live-Online via Zoom sowie Praxistage in den natura medix Räumen in Schacht-Audorf, Zum Eichengrund 21 (Änderungen behalten wir uns vor)

**Kursstart:** 12. Juni 2026

- Mir ist bewusst, dass diese Ausbildung von aktivem Mitmachen, Praxisübungen und direkter Anwendung lebt.
- Ich habe verstanden, dass die Ausbildung keine Psychotherapie ersetzt und nicht zur Ausübung heilkundlicher Psychotherapie berechtigt.
- Die Teilnahmebedingungen sowie Zahlungsmodalitäten habe ich zur Kenntnis genommen.
- Ich stimme der Verarbeitung meiner Daten zur Durchführung der Anmeldung zu.

### Zahlungsweise

- Einmalzahlung bei "Earlybird" Anmeldung bis 22. Mai 2026 | 2.999 Euro
- Einmalzahlung ab 23. Mai 2026 | 3.299 Euro
- Ratenzahlung bei "Earlybird" Anmeldung bis 22. Mai 2026 | 12 x 279 Euro
- Ratenzahlung ab 23. Mai 2026 | 12 x 299 Euro

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