

IfSE® Weiterbildung  
Modulsystem Ausbildungen

|            |                                                                                      |        | EPA | EPAKI | EPKUE | SBP | PDA | STB | STM | WLB-S | TTT | WLB-T | GMP |
|------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------|-----|-------|-------|-----|-----|-----|-----|-------|-----|-------|-----|
| <b>M1</b>  | Grundlagen Stresstheorie, Autogenes Training Teil 1                                  | 2 Tage | x   | x     | x     |     |     |     | x   |       |     |       | x   |
| <b>M2</b>  | Progressive Muskelentspannung Teil 2                                                 | 2 Tage | x   | x     | x     |     |     |     | x   |       |     |       | x   |
| <b>M3</b>  | Entspannungspädagogik für Kinder Teil 1                                              | 2 Tage |     | x     | x     |     |     |     |     |       |     |       |     |
| <b>M4</b>  | Entspannungspädagogik für Kinder Teil 2                                              | 2 Tage |     | x     | x     |     |     |     |     |       |     |       |     |
| <b>M5</b>  | Tiefenentspannung i. Gruppen Autogenes Training Teil 2                               | 2 Tage | x   |       | x     |     |     |     | x   |       |     |       | x   |
| <b>M6</b>  | Trancearbeit, Fantasiereisen, Progressive Muskelentspannung Teil 2, Existenzgründung | 2 Tage | x   |       | x     |     |     |     | x   |       |     |       | x   |
| <b>M7</b>  | Einführung Coaching Teil 1                                                           | 2 Tage |     |       |       |     |     | x   | x   |       |     |       | x   |
| <b>M8</b>  | Instrumentelles Stressmanagement, Einführung Coaching Teil 2                         | 2 Tage |     |       |       |     |     | x   | x   |       |     |       | x   |
| <b>M9</b>  | Kognitives Stressmanagement, Einführung Coaching Teil 3                              | 2 Tage |     |       |       |     |     | x   | x   |       |     |       | x   |
| <b>M10</b> | Problemlösetraining, Genuss-training, Metaphernarbeit                                | 2 Tage |     |       |       |     |     | x   | x   |       |     |       | x   |
| <b>M11</b> | Emotionales Stressmanagement Einführung Coaching Teil 4                              | 2 Tage |     |       |       |     |     | x   | x   |       |     |       | x   |
| <b>M12</b> | Einführung in die Praxis der Achtsamkeit                                             | 2 Tage |     |       |       |     | x   |     | x   |       |     |       | x   |
| <b>M13</b> | Burnoutprävention Teil 1                                                             | 2 Tage |     |       |       | x   |     |     | x   |       |     | x     | x   |
| <b>M14</b> | Burnoutprävention Teil 2                                                             | 2 Tage |     |       |       | x   |     |     | x   |       |     | x     | x   |
| <b>M15</b> | Einführung in die Work-Life-Balance Teil 1                                           | 2 Tage |     |       |       |     |     |     |     | x     |     | x     | x   |
| <b>M16</b> | Einführung in die Work-Life-Balance Teil 2                                           | 2 Tage |     |       |       |     |     |     |     | x     |     | x     | x   |
| <b>M17</b> | Train the Trainer Teil 1 Präsentationstraining                                       | 2 Tage |     |       |       |     |     |     |     |       | x   | x     | x   |
| <b>M18</b> | Train the Trainer Teil 2 Seminar Tuning                                              | 3 Tage |     |       |       |     |     |     |     |       | x   | x     | x   |

|              |                                 |
|--------------|---------------------------------|
| <b>EPA</b>   | Entspannungspädagoge            |
| <b>EPAKI</b> | Entspannungspäd. für Kinder     |
| <b>EPKUE</b> | EPA für Erwachsene und Kinder   |
| <b>SBP</b>   | Seminarleiter für Burnoutpräev. |
| <b>PDA</b>   | Achtsamkeit                     |
| <b>STB</b>   | Stressberater/-coach            |
| <b>STM</b>   | Stressmanager                   |
| <b>WLB-S</b> | Seminar Work-Life-Balance       |
| <b>WLB-T</b> | Work-Life-Balance Trainer       |
| <b>GMP</b>   | Gesundheitsmanager Stresspräev. |