Ausbildungen und Seminare

MILD Münchener Institut für lösungsorientiertes Denken
Akademie

GRUNDQUALIFIKATION

IHK-Zertifikatslehrgang

Fachberater*in Stress und Burnout IHK

Krankenkassen anerkanntes multimodales Stressbewältigungskonzept

15 Tage, modular aufgebaut live-online oder Präsenz

Umfassende Ausbildung in Stressmanagement, Ressourcen-Stärkung und Resilienz Inhalte sind u. a: Neurobiologische und psychologische Grundlagen von Stress und Burnout, wissenschaftliche Stressdiagnostik, Kommunikations- und Beratungskompetenzen, Strategien für Prävention, Regeneration und Stressmanagement, Wertearbeit mit Profile Dynamics® und Positive Psychologie

Tätigkeitsfelder nach Abschluss sind z.B.: Seminar- und Vortragstätigkeiten zu Stress und Burnout, professionelles Arbeiten mit Menschen an der Belastungsgrenze, Beratung von Unternehmen bei der Einführung gesundheitsförderner und präventiver Maßnahmen, Fehlzeiten-Reduktion uvm.

In der Ausbildung integriert:

+ MILD® multimodales Stressbewältigungsprogramm „Ressourcen- und werteorientierter Umgang mit Stress“ *– entspricht den Kriterien des GKV-Spitzenverbandes zur Umsetzung von Paragraph 20, 20 a und 20 b SGB V in der Durchführung eines Präventionskurses*

+ Grundkurs ZRM Zürcher Ressourcenmodell® *Ressourcenorientiertes Selbstmanagement*

=

Qualifikation

Fachberater*in Stress und Burnout (IHK)

IHK-Zertifikatslehrgang, Anerkennung der Krankenkassen nach § 20 SGB V

+

WEITERE QUALIFIKATIONEN

Seminar

separat buchbar

Coaching Kompakt

Grundlagen und Methoden-Seminar

4 Tage

Setting und Fragetechnik, Systemerkundung, Systemveränderung und Lösungsentwicklung

+

Seminar

separat buchbar

Naturcoaching

Outdoor-Seminar

2 Tage

Natur als Ressource im Coachingprozess, Integration von Körper und Bewegung

+

Seminar

separat buchbar

Achtsamkeits-Coach

Praxis-Workshop

3 Tage

Achtsamkeitsmethoden, durch vielfältige Übungen erlebbar und erlernbar gemacht

=

Qualifikation

Ressourcen-Coach

Wirksame und förderliche Coaching-Tools für die Arbeit mit Einzelpersonen und Gruppen

+

Ausbildung

separat buchbar

Profile Dynamics® Berater*in

Intensivausbildung für Berater, Trainer, Coaches

3 Tage Präsenz oder als E-Learning

Zertifizierungsausbildung zum / zur Profile Dynamics® Berater/in, um Menschen und Unternehmen weiter zu entwickeln. Auswirkungen innerer Werte auf die Motivation von Persönlichkeiten und Teams, Nutzung des Analyse-Tools zur Aktivierung von Potenzialen sowie effektive, langfristige Förderung von Bindung und Engagement

+

Seminar

separat buchbar

Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen Kompakt

Intensiv-Seminar

2 Tage live-online

Aktuelle rechtliche Grundlagen im Arbeitsschutz, Handlungsempfehlungen zur Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen, Beanspruchungsfolgen und deren Auswirkungen, Handlungsmöglichkeiten im Unternehmen, Verankerung von Gesundheit in der Unternehmenskultur, Psychische Belastung und Beanspruchung, ISO 10075

=

Qualifikation

Werte- und Präventionsberater*in im Unternehmen

Betrieblicher Gesundheitsschutz, Organisations- und Teamentwicklung

=

Die **Fachkraft psychosoziale Gesundheit** schließt unsere umfassende und ganzheitliche Qualifizierungsreihe ab und vereint mehrere abgeschlossene Einzelausbildungen sowie Seminare. Die Fachkraft verankert eine fundierte, wirkungsvolle und nachhaltige Präventionskultur in Bezug auf psychosoziale Gesundheit in Unternehmen sowie in der Arbeit mit Einzelpersonen und Gruppen. Die Ausbildung orientiert sich an der konkreten betrieblichen Praxis und an aktuellen Erkenntnissen aus Arbeitswissenschaft, Arbeitsmedizin und Arbeitssicherheit. Dank des modularen Aufbaus der Zusatzqualifikationen können Sie bereits während der Ausbildung mit erworbenen Einzelzertifikaten Seminare und Kurse anbieten.

Nach erfolgreichem Abschluss der Qualifikationsreihe zur **Fachkraft psychosoziale Gesundheit** werden Sie in der Lage sein, Ihre Kunden – Einzelpersonen, Gruppen und Unternehmen – in den Bereichen Arbeits- und Gesundheitsschutz, Bewältigung von Stress und psychischer Belastung sowie der Durchführung der gesetzlich geforderten Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen zu unterstützen und zu schulen. Vielfältige Methoden aus dem Naturcoaching und der Achtsamkeitspraxis runden Ihre Expertise ab. Die **DGUV** und der **VDSI** vergeben Fortbildungspunkte für Arbeits- und Gesundheitsschutz.

+ *Anfertigen einer Hausarbeit*

Top-Qualifikation

Fachkraft psychosoziale Gesundheit

Höchstqualifizierte umfassende Expertise Anerkennung der Krankenkassen nach § 20 SGB V

Für jeden das richtige MILD

MILD® steht für das Münchener Institut für lösungsorientiertes Denken: Resilienz, Stressbewältigung, Burnout-Prävention, Persönlichkeitsentwicklung sowie die gezielte Stärkung psychischer und mentaler Gesundheit sind die zentralen Themen unserer Arbeit.

Das **MILD Institut** bildet das Herzstück. Hier coachen wir Führungskräfte, beraten Unternehmen, z. B. bei der gesetzlich geforderten Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen, und unterstützen bei der Entwicklung einer gesunden Unternehmenskultur.

An der **MILD Akademie** bilden wir auf aktuellem wissenschaftlichen Stand aus, halten Vorträge und führen Inhouse-Schulungen durch.

Die Kompetenz-Sparte **MILD Fokus Familie** stärkt Familien durch Coaching, Stressbewältigung und Bewusstmachung von Werten und Ressourcen.

Kernanliegen von **MILD Fokus Mann** sind die Förderung männlicher Identität sowie die Stärkung eigener Ressourcen im beruflichen und privaten Kontext.

Institut

Unternehmen & Führungskräfte

Beratung, Führungskräfte-Coaching, Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung, Kulturentwicklung

Akademie

Coaches & Trainer Gesundheitsbeauftragte in Unternehmen

Aus- und Weiterbildungen u. a. mit IHK-Zertifizierung und DGUV Fortbildungspunkten, §20 SGB V, Inhouse-Schulungen, Vorträge

Fokus Familie

Familien & Privatpersonen

Tiergestützte Intervention, Naturcoaching, Kinderyoga, Familiencoaching, Starke Eltern – starke Kinder®

Fokus Mann

Männer & Persönlichkeit

Coaching, Wertearbeit, Identitätsklärung, Persönlichkeitsentwicklung, Ressourcenstärkung, Stressmanagement

MILD®
Die Persönlichkeitswerkstatt

Wachstum und gezielte Entfaltung sind möglich, sobald der Wille zur Veränderung da ist. Wir unterstützen und leiten Sie dabei an – professionell und partnerschaftlich.
Wir denken und handeln grundsätzlich lösungsorientiert. Zu jeder Zeit behalten wir Potenziale im Blick: Ressourcen, ungenutzte Fähigkeiten, innewohnende Stärken. Wir ermutigen, positive Veränderungen aus eigener Kraft umzusetzen, geben Impulse und Anstöße, um Neues zu wagen und begleiten Sie auf dem Weg zum Ziel.
An die Qualität unserer Leistungen stellen wir hohe Ansprüche, denn wir wollen nachhaltige Resultate erzielen. Langjährige Kooperationen mit unseren Kunden und positives Feedback bestätigen diesen Kurs.

Da sein, Partner sein. Resilienz fördern, stärken und festigen

Wertschätzung
Achtung und Respekt sind essentiell für den Aufbau eines vertrauensvollen, produktiven Arbeitsumfeldes und wesentlicher Bestandteil jeder persönlichen Weiterentwicklung. Für den nachhaltigen Erfolg, ob als Privatperson oder als Unternehmen, ist Wertschätzung unverzichtbar.

Ehrlichkeit & Vertrauen
Ein ehrliches, vertrauensvolles Miteinander ist die Basis unserer Arbeit. Für unsere Beratungen und Coachings schaffen wir einen vertraulichen Rahmen, in dem Sie vollkommen ehrlich sein dürfen, und wahren selbstverständlich zu jedem Zeitpunkt absolute Diskretion.

Eigenverantwortung
Unsere Arbeit bietet die Chance, Feedback zu erhalten und Neues zu lernen. Wir unterstützen dabei, individuelle Lernerfahrungen zu machen und diese eigenverantwortlich umzusetzen.

Partnerschaftliches Miteinander
Wir schaffen transparente Bedingungen für Arbeits- und Entwicklungsprozesse. Die Beziehungen und die Zusammenarbeit mit unseren Kunden und Partnern gestalten wir stets offen, fair und kollegial.

Vielfalt
Jeder Mensch besitzt eine einzigartige Persönlichkeit, die er selbst und sein Umfeld respektieren sollten. Wir unterstützen unsere Kunden dabei, ihre individuelle Wesensart anzunehmen und versetzen sie in die Lage, mit natürlichen Unterschieden und Authentizität positiv umzugehen.

Freude
Freude verstärkt alle Erfahrungen, die wir machen, positiv. Wir empfinden und vermitteln Freude und Lust an wohltuenden Veränderungen und Entwicklungen sowie eine optimistische Grundhaltung.

www.mein-mild.de