

Subject	Location	Start Date	Start Time	End Date	End Time
Einführung & Grundlagen der Stresspsychologie	Präsenz in Basel	07.12.2027	09:00:00	07.12.2027	11:00:00
Stressdiagnostik & Selbstreflexion	Präsenz in Basel	07.12.2027	11:00:00	07.12.2027	14:00:00
Stressbewältigung I – Kognitive und emotionale Coping-Strategien	Präsenz in Basel	07.12.2027	14:00:00	07.12.2027	16:00:00
Stressbewältigung II – Körperliche & verhaltensorientierte Techniken	Präsenz in Basel	07.12.2027	16:00:00	07.12.2027	17:00:00
Resilienz als Schutzfaktor	Präsenz in Basel	08.12.2027	09:00:00	08.12.2027	11:00:00
Burnout verstehen – Psychologische Dimensionen & Entstehungsmodelle	Präsenz in Basel	08.12.2027	11:00:00	08.12.2027	14:00:00
Burnout-Prävention im Berufsalltag	Präsenz in Basel	08.12.2027	14:00:00	08.12.2027	16:00:00
Begleitung von Betroffenen – Psychologische Gesprächsführung & Tools	Präsenz in Basel	08.12.2027	16:00:00	08.12.2027	17:00:00
Transfer: Stress- und Burnoutprävention in der eigenen Praxis	virtuell	14.12.2027	17:00:00	14.12.2027	19:00:00
Abschluss & Integration	virtuell	15.12.2027	17:00:00	15.12.2027	19:00:00