

# “KUNSTTHERAPIE BEI BURNOUT”

ein Fachspezifischer Lehrgang  
des IKT-Institut für Kunsttherapie  
speziell für Dipl. Kunsttherapeut\*innen

Mit 6 Schritten wieder ins Leben finden!

## 1. Einstieg mit IST-Analyse

Überblick gewinnen über  
die aktuelle Gesamtsituation



## 2. Zielfindung und Zukunftsplanung

Wo komme ich her?  
Wo will ich hin?



## 4. In den Körper hineinspüren

Verständnis für Körpersprache



## 3. Wer bin ich?

Verbale & nonverbale Ausdrucksweise



## 5. Gefühle bemerken

Verringerung von  
Angstzuständen



## 6. Die Welt, in der ich stehe

Selbst- und Fremdbild



## Fachspezifischer Lehrgang mit Zertifikat

### Kunsttherapie bei Menschen mit BURNOUT und Burnout-Prävention

#### Inhalte

Dieser fachspezifische Lehrgang ergänzt Deine Basisausbildung als Dipl. Kunst- bzw. Mal- und Gestaltungstherapeut\*in durch ein praxisbezogenes Konzept, das sich bei Burnout und Burnout-Prävention als höchst effizient erwiesen hat. Um auch Dir dieses Wissen zugänglich zu machen, bieten wir diesen Fachlehrgang an.

Aktive Gesprächsführung in Kombination mit zielgenauen Methodenangeboten und einem strukturierten Ablauf zeichnen die hohe Qualität dieses Fachlehrgangs aus. Die teilnehmenden Therapeut\*innen erleben im Rollenspiel unmittelbar die Wirkung der einzelnen Schwerpunktsettings. Die angebotenen Therapieprozesse sind der jahrelangen kunsttherapeutischen Arbeit entnommen und haben sich speziell bei Burnout und den damit verbundenen Mehrfachbelastungen ([Erscheinungsbildern lt. ICD-10](#)) bestens bewährt. Die ganzheitlichen Kommunikationsprozesse können in der Folge sehr gut in die eigene Arbeit als Kunsttherapeut\*in integriert werden und befähigen Dich, Menschen, die von Burnout betroffen sind bzw. wo Burnout-Gefährdung vorliegt, erfolgreich bei der Genesung zu begleiten.

#### Allgemeine Zielsetzung in der Begleitung bei BURNOUT bzw. Burnout-Prävention

- Erhaltung des Arbeitsplatzes durch Wiedererlangung der vollen Arbeitsfähigkeit
- Steigerung des Wohlbefindens durch soziale Integration
- Krisenintervention
- Verbesserung der Lebensgestaltung
- Abwendung von Suizidgefahr
- Abbau von Ängsten, Unsicherheit, Selbstabwertung, Zwangsgedanken
- Wahrnehmung eigener Gefühle, Bedürfnisse und Fähigkeiten
- Bewältigung von Stress und inneren Spannungen
- Sichtbarmachung von Abhängigkeitsstrukturen und Beziehungsmustern
- Umgang mit negativen oder destruktiven Gefühlen (z.B. Wut) lernen
- Integration in soziale Systeme und deren Mechanismen
- Erarbeitung von Lösungsstrategien zur Arbeitsstabilität und deren reale Umsetzung
- Förderung von Selbstwirksamkeit, Selbstwertgefühlen und Selbstkompetenzen

## Idee und Konzept

Dieser einzigartige Fachlehrgang wurde speziell für Dipl. Kunsttherapeut\*innen konzipiert und folgt einem praxisbezogenen, erprobten und evaluierten Konzept, das sich als höchst effizient erwiesen hat. In der International Classification of Diseases (ICD-11) wird der Begriff Ausgebranntsein/Burnout erstmals berücksichtigt.

Idee und Konzept stammen von Edith Sandhofer-Malli: „Aus jahrelanger kunsttherapeutischer Praxiserfahrung ist mir professionelles Arbeiten ein großes Anliegen. Die Mitglieder im ÖBKT sollen an erprobtem Wissen teilhaben und in diesem Fachlehrgang für eine der Schwerpunktbereiche der kunsttherapeutischen Arbeit fachlich qualifiziert werden.“

## Teilnahmevoraussetzung

- Mitglied im ÖBKT
- möglichst 2 Jahre Erfahrung als Dipl. KunsttherapeutIn Bereitschaft an fachspezifischen Fortbildungen und Supervision teilzunehmen
- Einsendung von Lebenslauf mit Ausbildungs- und Fortbildungsnachweisen sowie Angabe von möglichen Zusatzkompetenzen (Sprachen, Erfahrungsbereich, ...)

## Termine

1.	13.01.2024	Einführungstag: - Einführung in die Projektarbeit - Überblick über psychosoziale Strukturen - Arbeit mit Formularen, Evidenzen, Evaluationen, Verträgen
2.	27.01.2024	Therapieeinstieg mit IST-Analyse und Krisenintervention
3.	10.02.2024	Zielfindung und Zukunftsplanung
4.	24.02.2024	Verbale und nonverbale Ausdrucksweise
5.	09.03.2024	In den Körper hineinspüren: - Verständnis für Körpersprache - Wahrnehmung der inneren Haltung - Hinterfragung der Wertesysteme
6.	23.03.2024	Gefühle bemerken und Verringerung von Angstgefühlen
7.	06.04.2024	Die Welt in der ich stehe: - Selbst- und Fremdwahrnehmung - Übernahme von Eigenverantwortung
8.	27.04.2024	Einführung in die Arbeit mit Gruppen
9.	28.04.2024	Reflexion und Abschluss



## **Dauer**

jeweils 10:00 bis 18:00 Uhr

Der Fachlehrgang startet zum angegebenen Termin nur bei ausreichender Anzahl an Anmeldungen. Bei Terminänderungen informieren wir zeitgerecht.

## **Seminarort**

Die Seminartage finden sowohl online als auch in Präsenz statt. Der genaue Ort wird noch bekannt gegeben. Bei persönlicher Anwesenheit wird das gesamte Material zur Verfügung gestellt.

**Referentinnen:** Katarina Auböck MA., Edith Sandhofer-Malli

## **Zertifikat**

Für die Erlangung des Zertifikats sind alle Seminartage in der vorgegebenen Reihenfolge zu besuchen, da jedes Setting einen spezifischen Schwerpunkt behandelt. Den Teilnehmer\*innen werden die erforderlichen Kenntnisse über die Ursachen von Burnout vermittelt.

Für die Durchführung der einzelnen Therapiesettings verwenden wir entsprechende Methodenblätter. Methodik und exakter Ablauf jedes einzelnen Settings werden im Rollenspiel praxisnah geübt. Der therapeutische Ablauf wird zusätzlich im Online-Setting erprobt.

Nach Abschluss des Fachlehrgangs bekommst Du ein Zertifikat und bist befähigt, Menschen bei Burnout und Burnout-Prävention erfolgreich sowohl in Präsenz als auch online zu begleiten.

## **Fehlzeiten**

Falls Du aus bestimmten Gründen an einem Seminartag im Rahmen des Fachlehrgangs fehlen solltest, muss dieser privat bei einer der Referentinnen nachgeholt werden, bevor der darauffolgende Seminartag beginnt. Dieser Seminartag wird gesondert verrechnet.

## **Veranstalter**

IKT-Institut für Kunsttherapie [www.ikt.or.at](http://www.ikt.or.at)

Kontakt: [kurse@institut-kunsttherapie.at](mailto:kurse@institut-kunsttherapie.at), Mobil: +43 (0)699 1941 8148





# ANMELDUNG

## FACHSPEZIFISCHER LEHRGANG

„Kunsttherapie bei Menschen mit BURNOUT oder Burnout-Gefährdung“

Name:	
Adresse:	
Internet:	
Telefon:	
E-Mail:	
<i>Sollte das Einscannen nicht möglich sein, kann das Anmeldeformular auch als gut lesbares digitales Foto an <a href="mailto:kurse@institut-kunsttherapie.at">kurse@institut-kunsttherapie.at</a> gesendet werden.</i>	
Datum:	Unterschrift:

**Kontakt:** IKT-Institut für Kunsttherapie  
E-Mail: [kurse@institut-kunsttherapie.at](mailto:kurse@institut-kunsttherapie.at)  
Mobil: 06991/9418148  
Internet: [www.ikt.or.at](http://www.ikt.or.at)

**Kosten:** 1.530,- Euro (Ust-frei nach §6Abs.1Z11lit. USTG) inkl. Material  
*Zahlbar vor Beginn des Lehrgangs!*  
Empfänger: IKT-Institut Kunsttherapie  
Verwendungszweck: KT-Fortbildung BURNOUT  
Bankverbindung: IBAN: AT11 1400 0197 1001 1578, BIC: BAWAATWW  
• Ratenzahlungen sind nach Vereinbarung möglich

Gute Kunsttherapeut\*innen sind gefragt!

**IKT / ÖBKT**  
Institut u. Berufsverband  
Kunsttherapie in Österreich  
[office@institut-kunsttherapie.at](mailto:office@institut-kunsttherapie.at)  
[www.ikt.or.at](http://www.ikt.or.at)  
069919418148