

	AGW Ausbildungs-gemeinschaft der Wirtschaft Minden-Lübbecke	Demos Euro-päische Wirtschafts-akademie	Deutsche Telekom Training	Rhetorica Institut für freies Sprechen	VHS Dortmund
Kurs	Stress- und Ressourcen-management	Aktive Stressbewältigung	Stressbewältigung	Stress lass nach! In Balance kommen	Medizinisch empfohlen: mentales Stress-Management
Kursort(e)	Minden	Bundesweit	Bundesweit	Münster	Dortmund
Kursdauer (Tage/Unterrichtseinheiten ¹⁾)	1/9	1/9	2/14	1/8	1/8
Preis in Euro ca.	170	1 130	980	359	31
Minimale/maximale Teilnehmerzahl	6/12	1/3	8/14	4/9	5/14
test-Kommentar	Fundierte Vermittlung der Theorie. Der Schwerpunkt lag auf dem Erlernen von Verhaltensweisen, die Stress reduzieren, zum Beispiel Entspannungstechniken. Hohe Teilnehmerorientierung. Es gab ausführliches Lehrmaterial, das zur Nachbereitung geeignet ist. Das Manko: Sehr deutliche Mängel in den Vertragsbedingungen.	Fundierte Vermittlung der Theorie. Hoher praktischer Anteil durch viele Übungen. Sehr hohe Teilnehmerorientierung. Das Lehrmaterial enthält viele Übungen und ist kursbegleitend gut geeignet.	Fundierte Vermittlung der Theorie. Erster Tag: Selbst-reflexion und viele Übungen. Zweiter Tag: Auf Teilnehmerwunsch ging es intensiv um Selbst- und Zeitmanagement. Sehr gutes Lehrmaterial, geeignet zur Nachbereitung. Wenig Hinweise im Kurs, um Lernerfolg nachhaltig zu sichern. Teilnehmer sind vor allem Mitarbeiter der Telekom.	Die Theorie kam deutlich zu kurz. Wichtige Grundlagen wie Modelle und Konzepte der Stressbewältigung fehlten. Oberflächliches und deshalb wenig geeignetes Lehrmaterial. Sehr hohe didaktische Qualität vor allem durch die sehr ausgeprägte Teilnehmerorientierung und die vielen Übungen. Deutliche Mängel in den Vertragsbedingungen.	Fundierte Vermittlung der Theorie. Übungen standen im Vordergrund und regten zur Selbstreflexion an. Hohe Teilnehmerorientierung. Das Lehrmaterial ist unsystematisch und nur kursbegleitend geeignet.
QUALITÄT	INHALT	hoch	hoch	niedrig	hoch
	DIDAKTIK	hoch	hoch	sehr hoch	hoch
	KURSORGANISATION	hoch	hoch	mittel	mittel
	KUNDENINFORMATION	niedrig	hoch	hoch	mittel
MÄNGEL IN DEN AGB	sehr deutlich	gering	gering	deutlich	gering