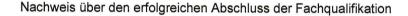


ZERTIFIKAT

Frau Katja Wildfeuer

geb. am 22.03.1972



Stressmanagement-Trainerin

Die Ausbildung umfasste einen Zeitrahmen von 64 Unterrichtseinheiten. Es fand die Einweisung in das standardisierte Programm - Stressbewältigung im Alltag - der AHAB-Akademie statt. Dieses Programm beruht auf dem Stressimpfungstraining (SIT) von D. Meichenbaum.

- 32 UE Systematische Entspannungsverfahren (AT/PMR)
- 32 UE Stressbewältigung im Alltag

Die Ausbildungskonzeption und die Unterweisung in das Kursleitermanual entsprechen dem Präventionsprinzip "Förderung von Stressbewältigungskompetenzen (Multimodales Stressmanagement)" innerhalb des instrumentellen-kognitiven Stressmanagements, gemäß Leitfaden Prävention (Handlungsfelder und Kriterien des GKV-Spitzenverbandes zur Umsetzung der Paragraphen 20 und 20a SGB V).

Berlin, 24.09.2017

AHAB-Akademie GmbH

Lars Deutschmann

Pädagogischer Leiter der AHAB-Akademie





