AHAB-Akademie

DIE EXPERTEN FÜR GESUNDHEIT UND BILDUNG

ZERTIFIKAT

Frau Christina Zehetner

geb. am 10.08.1973

Nachweis über den erfolgreichen Abschluss der Fachqualifikation

Stressmanagement Trainerin

Die Ausbildung umfasste einen Zeitrahmen von 52 Unterrichtseinheiten (Präsenz- und Selbstlernphasen). Sie unterweist in das multimodale Stressbewältigungsprogramm „Stressbewältigung im Alltag". Dieses Programm beruht auf dem Stressimpfungstraining (SIT) von D. Meichenbaum.

Die Ausbildungskonzeption und die Unterweisung in das Kursleitermanual entsprechen dem Präventionsprinzip „Förderung von Stressbewältigungskompetenzen" innerhalb des instrumentellen-kognitiven Stressmanagements.

Das Programm - Stressbewältigung im Alltag - wurde von den Krankenkassen des Verbandes der Angestellten-Krankenkassen e.V. (VdAK) / Arbeiter - Ersatzkassen - Verband e.V. (AEV) sowie vom Bundesverband der Betriebskrankenkassen als präventive Maßnahme geprüft und anerkannt.

Berlin, 08.10.2017

AHAB-Akademie GmbH
Grünauer Straße 3
12557 Berlin
Tel.: +49 30 9860 1997 0
Fax: +49 30 9860 1997 9
www.ahab-akademie.de

Lars Deutschmann
Pädagogischer Leiter der AHAB-Akademie