

Zertifikat

Wir bestätigen **Miriam Schmitz** die erfolgreiche Teilnahme an der **Weiterbildung zum Coach für psychische Gesundheit** in der Zeit vom 22.04.2024 - 25.04.2024.

Die Weiterbildung wurde an 4 Tagen in Vollzeit durchgeführt und umfasste 30 Stunden.

Folgende Inhalte wurden vermittelt:

Einführung in die Theorie

Basiswissen zu psychischer Gesundheit & verschiedenen psychischen Störungen; Risikofaktoren, Symptome & Warnsignale für psychische Krisen & Störungsbilder; Behandlungsmethoden

Strategien zur Krisenintervention und Begleitung

Kennenlernen von Methoden zur Kontaktaufnahme & Herstellung eines Zugangs; Einüben von Gesprächstechniken; Vermittlung konkreter Hilfsmaßnahmen bei psychischen Krisen; Besonderheiten beim Umgang mit spezif. Personengruppen

Hilfsangebote und Weitervermittlung

Informationen zur gezielten Unterstützung Betroffener & zur Einleitung weiterer Maßnahmen, Weitervermittlung an professionelle Hilfsangebote; Informationen über lokale & deutschlandweite Anlaufstellen; Erstellung eines Hilfeplans

Prävention

Entwicklung & Implementierung von Angeboten zur beruflichen & privaten Gesundheitsprävention

Selbstcheck

Erarbeitung von Strategien zu Achtsamkeit & Selbstfürsorge; Kennenlernen & Einüben von Methoden der Reflexion; Erstellen von Handlungsplänen zur Steigerung der eigenen Resilienz



Jula Müller
Institutsleitung



Sarah Kufner
Systemischer Coach (DGS); Systemischer Teamcoach;
i.A. M.Sc. Gesundheitspsychologie & Prävention;
Resilienz- & Stressmanagement-Trainerin;
Heilpraktikerin für Psychotherapie; Ergotherapeutin
Bc.Health, Sozialpädiatrie



Die Weiterbildung zum Coach für psychische Gesundheit ist vom QRC e. V. mit 25 Punkten zertifiziert.

institut für 
bildungscoaching