

Tschüss Stress!

Olaf Albert, M. A.

Coaching | Auftritts- & Prüfungscoaching

Zertifizierter Systemischer Berater (DGsP, DGfB) |
PEP®-Coach | PEP basics-Coach & Train the
Trainer | emTrace®-Coach | EMDR-Coach |
Mimikresonanz® | Traumapädagogin | Polyvagal-
Coaching

olaf@olafalbert.de

<http://olafalbert.de>



Klopfen zur Stressregulation

PEP basics

Zertifikatskurse für
pädagogische und
medizinisch-pflegerische
Fachkräfte

www.pep-basics.de



Dem Stress die Stirn bieten, sich und andere wirkungsvoll stärken!

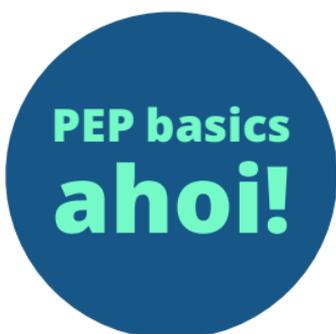
Entdecken Sie PEP basics – die praxisorientierte Version der Prozess- und Embodimentfokussierten Psychologie (PEP®) nach Dr. med. Michael Bohne.

Unsere Zertifikatskurse sind speziell für pädagogische und medizinisch-pflegerische Fachkräfte entwickelt. Sie erlernen mit PEP basics eine Methode, die emotionale Belastungen nachhaltig reduziert und gleichzeitig Selbstvertrauen und Resilienz stärkt. Mit einfachen, leicht verständlichen Techniken lernen Sie, PEP basics direkt in Ihrem beruflichen Umfeld anzuwenden – bei Schüler:innen, Kita-Kindern, Patient:innen, betroffenen Angehörigen oder sich selbst.

Unser praxisorientiertes Workshopkonzept beinhaltet wirksame Stressregulationstechniken (u.a. das Beklopfen von Körperpunkten), Übungen zur Selbststärkung und individuell formulierte Kraftsätze. Mit einem umfangreichen Workbook, Arbeitsblättern und Fallbeispielen sind Sie bestens gerüstet, um PEP basics in Ihrem Arbeitsfeld umzusetzen.

Der PEP basics-Zertifikatskurs umfasst zwei Kursmodule mit je vier Stunden und kann wahlweise online oder in Präsenz absolviert werden. Erfahrene Trainer:innen begleiten Sie dabei durch den Kurs.

Besuchen Sie unsere Webseite für weitere Informationen. Wir freuen uns auf Sie!



www.pep-basics.de



ist eine eingetragene Marke von Dr. Michael Bohne