**Teilnahmebestätigung**

Hiermit bestätigen wir Mara Mustermann die Teilnahme an der Fortbildung
**»PEP basics®-Zertifikatskurs«** für pädagogische Fachkräfte.

Die Fortbildung fand am 31.01.2024 und 28.02.2024 unter der fachlichen Leitung von Dipl.-Psych. Stefanie Kirschbaum statt.

Der Kurs umfasste 10 Unterrichtseinheiten á 45 Minuten zzgl. einer fortbildungs­begleitenden Reflexionsaufgabe und eines Online-Zertifikatstests.

PEP basics**®** ist eine vereinfachte und praxisorientierte Version von »Klopfen mit PEP®« – einer innovativen, wirksamen Methode zur Emotions- und Stressregulation, die auf der Prozess- und Embodimentfokussierten Psychologie von Dr. med. Michael Bohne basiert. PEP basics**®** richtet sich speziell an (sozial)pädagogisch-schulische sowie medizinisch-pflegerische Fachkräfte. In den PEP basics**®**-Zertifikatskursen lernen die Teilnehmer:innen zunächst die Methode bei sich selbst in Form von Selbstfürsorge anzuwenden. Darauf aufbauend lernen sie, wie sie die Methode direkt in ihrem beruflichen Kontext anwenden können. Als vereinfachte Form von PEP® ist PEP basics**®** keine Therapie- oder Coachingmethode und darf nicht zu psychotherapeutischen Zwecken oder als Coachingmethode von den Teilnehmer:innen des Zertifikatskurses eingesetzt werden. PEP basics**®** dient ausschließlich zur emotionalen Stärkung und zur Emotions- und Stressregulation in belastenden Situationen.

**Aus dem Inhalt des PEP basics®-Zertifikatskurses**

* Praktische Theorie: Grundlagen und historische Wurzeln der Klopftechniken, Vorstellung verschiedener Wirkhypothesen, emotionale Kernbedürfnisse
* Praktischer Schwerpunkt: Klopftechniken, Selbststärkungsübung und selbststärkende Kraftsätze bei belastenden Emotionen und Stress, Selbstfürsorge
* Methoden: Live-Demos, Kleingruppenübungen, Fallbeispiele mit Bezug auf das Berufsfeld, Lern-Praxis-Transferaufgabe, Reflexion, Zertifikatstest

Neuss, den 24.11.2024

[UNTERSCHRIFT]

Dipl.-Psych. Stefanie Kirschbaum

**PEP basics®**

**Klopfen zur Stressregulation**

Fortbildungsinstitut PEP®

Dr. med. Michael Bohne

Tiedgestr. 5

30175 Hannover (DE)

ahoi@pep-basics.de
www.pep-basics.de