

ZERTIFIKAT

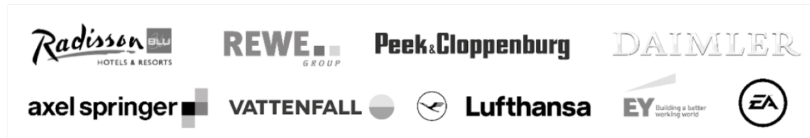
# STRESS- MENTOR:IN

Wir bestätigen

## Astrid Karrum

den Nachweis über den erfolgreichen Abschluss als  
**zertifizierte:r Stress-Mentor:in nach der Drachenberg-Methode.**

Folgende Unternehmen vertrauen bereits auf die Drachenberg-Methode:



Die Ausbildung umfasst einen Zeitrahmen von **44 Unterrichtseinheiten**  
= **44 Fortbildungspunkte** und setzt sich zusammen aus zwei Blöcken:

### 22 Unterrichtseinheiten = „Selbsterfahrung“

Gesunde Stressbewältigung | Burnout-Prävention | tiefes Stress-Verständnis

### 22 Unterrichtseinheiten = „Mentoren-Rolle“

Wissensvermittlung | didaktische Konzepte | Gruppen anleiten

Der Stress-Mentor / die Stress-Mentorin hat die Ausbildung erfolgreich bestanden und ist nun befähigt, mit den Techniken der Drachenberg Methode tätig zu werden und gesunde Stressbewältigung durch Workshops oder Vorträge zu vermitteln.



**Ausbildungsleiter: Jacob Drachenberg**

06.11.2022

graduiertes Mitglied in:



Jacob Drachenberg (Geschäftsführer Drachenberg GmbH)  
Drachenberg GmbH . Haubachstraße 37 . 10585 Berlin