



## Sektion Gesundheits- und Umweltpsychologie

Vorsitz: Dipl.-Psych. Maximilian Rieländer  
Müntestraße 5, 33397 Rietberg, Tel. 05244 9274310, Email: Psychologe@Rielander.de

# Kursleitungs-Qualifikationen fürs Handlungsfeld „Stress- und Ressourcenmanagement“ Möglichkeiten für Psychologinnen und Psychologen

## Präventionsprinzipien im Handlungsfeld „Stress- und Ressourcenmanagement“

- P1: Multimodales Stress- und Ressourcenmanagement
- P2: Entspannung und Erholung: a) Progressive Relaxation, b) Autogenes Training
- P3: Entspannung und Erholung: a) Hatha Yoga, b) Tai Chi, c) Qi Gong
- P4: Entspannung und Erholung: Förderung gesunden Schlafes

- **Kursleitungs-Qualifikationen** umfassen:

- personale Kompetenzen  
Nachweis: Studienabschluss (Bachelor? Master?)
- Fachkompetenzen, teilweise spezifisch für Präventionsprinzipien

## Fachkompetenzen und mögliche Nachweise

FWa: **allgemeine fachwissenschaftliche Kompetenzen:** 540 h / 18 ECTS

Psychologische Grundlagen, Medizin, Evaluation,

- teilweise auch: Psychologie des Gesundheitsverhaltens, Pädagogik

Nachweis: Psycholiestudium: Diplom (ab 1987) oder Modulhandbücher für B + M

FWp: **spezifische fachwissenschaftliche Kompetenz für Präventionsprinzip** 180 h / 6 ECTS

Nachweis:

- Psycholiestudium: Diplom (ab 2002)
- Modulhandbücher für B + M
- Fortbildungen

FÜ1: **Fachübergreifende Kompetenzen:** Grundlagen GF + Präv. 30 h / 1 ECTS

Nachweis: Psycholiestudium: Diplom (ab 1987) oder Modulhandbücher für B + M

FÜ2: Fachübergreifende Kompetenzen: frei wählbar 60 h / 2 ECTS

Nachweis: Psycholiestudium: Diplom (ab 1987) oder Modulhandbücher für B + M

FP: **Fachpraktische Kompetenzen** zum jeweiligen Präventionsprinzip 90 h / 3 ECTS

Beratung, Training, Schulung, Selbsterfahrung + Einweisung für Kursleitung zum Programm

Nachweis: Fortbildungen und Trainerschulungen (meist außerhalb des Studiums)

## Zentrale Prüfstelle Prävention (ZPP): Qualifikationen anerkennen lassen

Kursleitungs-Qualifikationen sind für einzelne Präventionsprinzipien bei der ZPP online einzureichen.  
Die ZPP prüft die Qualifikationen und sendet dann eine Anerkennung der Qualifikationen zu.