



Lehrer/in für Mentale Fitness

Sie erstellen Programme zur Verbesserung der Mentalen Fitness. Sie sind in der Lage, Ihre Kunden beim Aufbau der Stresskompetenz zu unterstützen, Entspannungskurse durchzuführen und können Seminare und Trainings sowie Workshops professionell gestalten und umsetzen.

★★★★★ Profiqualifikation

Ziel

Der Lehrgang „Lehrer/in für Mentale Fitness“ qualifiziert die Teilnehmer zu einer ganzheitlichen, gesundheitsorientierten Betreuung in unterschiedlichen Bereichen der Mentalen Fitness. Die Teilnehmer sind in der Lage, Maßnahmen des individuellen Stressmanagements und der Entspannung zu planen, durchzuführen und zu analysieren. Darüber hinaus können die Lehrgangsteilnehmer Kommunikationsprozesse analysieren und ihre Kunden gezielt bei gesundheitsfördernden Verhaltensänderungen unterstützen.

Berufliche Qualifikationsstufe

Fernstudien-DQR-Stufe 5; Profiqualifikation
Die Ausbildung führt zum Erwerb von Kenntnissen, die zur Berufsaufnahme befähigen bzw. einen Berufswechsel vorbereiten.

Zielgruppe/Vorbildung

Der Lehrgang richtet sich an Personen, die sich zum vielseitig ausgebildeten Experten für Mentale Fitness qualifizieren möchten.

Für die Teilnahme werden einschlägige praktische Erfahrungen und theoretische Vorkenntnisse im Themengebiet vorausgesetzt.

Beschreibung

Der Lehrgang „Lehrer/in für Mentale Fitness“ befähigt die Teilnehmer, zielorientiert und professionell bei einer gesunden Lebensführung zu unterstützen. Neben fundiertem Wissen zum Ablauf mentaler Prozesse und dem Aufbau eines Mentalen Trainings werden auch grundlegende Methoden und Techniken zur Förderung der psychischen Gesundheit vermittelt. Neben theoretischen und praktischen Inhalten zu Entspannungstechniken und individuellem Stressmanagement wird in dem Lehrgang Wissen zur professionellen Kommunikation im verbalen und nonverbalen Bereich erworben.

Darüber hinaus qualifiziert der Lehrgang zur Durchführung von Coaching-Programmen in unterschiedlichen gesundheitsorientierten Tätigkeitsfeldern.

Der Lehrgang „Lehrer/in für Mentale Fitness“ setzt sich aus den rechts aufgeführten Einzellehrgängen zusammen.

Empfohlene Weiterbildungen

(Ergänzend zu dem hier beschriebenen Lehrgang)

- Lehrer/in für Prävention und Gesundheitsförderung
- Fachkraft für Betriebliches Gesundheitsmanagement (IHK)
- Lehrer/in für Wellness und Gesundheit

Inhalte

(Auszug aus den Inhalten. Die vollständigen Beschreibungen finden Sie unter bsa-akademie.de.)

1. Mentaltrainer/in-B-Lizenz
2. Entspannungstrainer/in
3. Kommunikationstrainer/in
4. Mental Coach
5. Berater/in für Stressmanagement

Abschluss

Lehrer/in für
Mentale Fitness

Anerkennung

Staatlich geprüft und zugelassen
ZFU-Nr. 7136204

Dauer

9 Monate mit 16 Tagen Präsenzphase
1 Tag Lehrerprüfung



Gebühr

- 3.796,00 EUR; in 4 Raten zu je 949,00 EUR
- oder monatlich 332,00 EUR in 12 Raten; gesamt: 3.984,00 EUR

Preisvorteil nutzen: bis zu 20 % (Seite 140)
Förderung möglich (Seite 140)

Termine/Anmeldung

QR-Code scannen



Prüfung

Zulassung

- Teilnahme an den Präsenzphasen
- 1 Prüfungsleistung der Basisqualifikation
- 2 Prüfungsleistungen der Aufbauqualifikationen

Art

Klausur und mündliche Prüfung