

# LEHRER/IN FÜR MENTALE FITNESS

## ZIEL

Der Lehrgang 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.

## 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.

## BERUFLICHE QUALIFIKATIONSSTUFE

Fernstudien-DQR-Stufe 5; Profiquifikation

Die Ausbildung führt zum Erwerb von Kenntnissen, die zur Berufsaufnahme befähigen bzw. einen Berufswechsel vorbereiten.

## EMPFOHLENE WEITERBILDUNGEN

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



★★★★★  
Profiquifikation

 vor Ort

 digital

## INHALTE

(Auszug aus den Inhalten)

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



### DAUER

9 Monate mit  
16 Tagen Präsenzphase  
1 Tag Lehrerprüfung



### ANERKENNUNG

Staatlich geprüft und  
zugelassen ZFU-Nr. 7136204



### PRÜFUNG

#### Zulassung

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

#### Art

vor Ort: Klausur, mündliche  
und praktische Prüfung  
digital: Klausur und mündliche  
Prüfung



### GEBÜHR

3.976,00 EUR; in 4 Raten zu je 994,00 EUR  
oder monatlich 347,00 EUR in 12 Raten;  
gesamt: 4.164,00 EUR

Preisvorteil nutzen: bis zu 20 % (Seite 138)  
Förderung möglich (Seite 138)



### START

Jederzeit möglich



### INFOS/ANMELDUNG

QR-Code scannen

