

Dipl. Mentaltrainer/in



Mentaltraining – kraft des Geistes erfolgreich durchs Leben

Mentales Training entwickelt, fördert und stärkt die geistigen Fähigkeiten und hilft die persönlichen Ressourcen zu erkennen und erfolgreich einzusetzen.

Die Einzigartigkeit jedes Menschen führt zu individuellen Vorstellungen und Ansätzen zur Lebensgestaltung. Die Art der Gedanken über eine Situation oder sich selbst kann jedoch entscheiden für Erfolg oder Misserfolg sein.

Mentaltraining aktiviert und koordiniert verschiedene Bereiche des Gehirns und integriert diese zu umfassenden komplexen Leistungen. Die Methoden und Techniken setzen innere Kräfte frei, die es ermöglichen, Ziele leichter und sicherer zu erreichen.

Mentale Kompetenz und mentale Stärke sind entscheidende Eigenschaften für die Bewältigung anspruchsvoller Lebenssituationen.

In unseren praxisnahen Seminaren lernen Sie Werkzeuge und Techniken, die im täglichen Leben leicht und effizient angewendet werden können: Aufspüren ungenutzter Potenziale, Durchbrechen alter Verhaltensmuster, Erschließen neuer Wege, Umsetzen sinnvoller und angestrebter Veränderungen.

Institut für angewandte Pädagogik – I.F.A.P.®

8075 Hart bei Graz, Kirschengasse 4 / Mobile 0664-3251114

www.ifap.cc / office@ifap.cc

Unsere Ausbildung vermittelt Fähigkeiten, die in verschiedensten Lebenssituationen hilfreich sind. Erleben Sie sich selber neu und profilieren Sie sich als Mentaltrainer für die Begleitung von Menschen in bedeutsamen Lebensphasen. Als professionell ausgebildeter Coach haben Sie die Qualifikation, Ihre Klienten wirkungsvoll und nachhaltig bei der Umsetzung ihrer Ziele zu begleiten.

Mentaltrainer/in ist ein Beruf mit Zukunft bei zunehmender Nachfrage und besten Erfolgsaussichten.

Die Tätigkeit des Mentaltrainings erfüllt und fasziniert. Neben der wertvollen Qualifikation für sich selbst kann die Arbeit haupt- oder nebenberuflich nutzbringend bis ins hohe Alter ausgeübt werden.

Arbeitsgebiete

- Körperbewusstsein, Selbstbewusstsein, sich selbst entdecken
- Flexibilität und Lernbereitschaft
- Persönlichkeit, Wachstum, Charisma
- Beziehungen, Partnerschaft, Kommunikation
- Klärung und Umsetzung von Zielen und Visionen
- Vorstellungsvermögen und Visualisieren
- klares Denken und planvolles Handeln
- Prioritäten setzen und Konzentration auf das Wesentliche
- Motivation für Engagement und Wettbewerb
- Zeit- und Stressmanagement
- Work-Life-Balance und Burnout-Resistenz
- Lebensenergie, Energiehaushalt, Regeneration
- Konzentration und optimale Aktivierung
- Durchhaltevermögen und psychische Widerstandskraft
- Bewältigungsstrategien für die Lösung von Problemen und Konflikten
- Resilienz bei Rückschlägen und Niederlagen
- Realisieren von Plänen, Projekten, Zielen
- Entspannung, Meditation, Spiritualität
- schöne Momente genießen und Lebensfreude
- körperliches und seelisches Wohlbefinden
- Ausgeglichenheit und Zufriedenheit
- erfolgreiche Lebensgestaltung

Die Ausbildung richtet sich an Personen, die

- durch eine Zusatzqualifikation ihre beruflichen Möglichkeiten erweitern wollen;
- sich beruflich neu orientieren und Mentaltraining in der Neuen Selbstständigkeit oder im Angestelltenverhältnis ausüben wollen;
- im Wunsch nach persönlichem Wachstum ihr Potential und ihre Persönlichkeit weiterentwickeln wollen.

Dipl. Mentaltrainer/in

Kursinhalte: entsprechen je 2 Tage / 14 EH

Lernorganisation, Wissensmanagement
Emotionen, Motivation, Aktivierung
Coaching, Management, Leadership
Kommunikation, Genderkompetenz
Beziehungen
Gesprächsführung
Stressmanagement
Mentaltraining
Psychische Entwicklung, Verhalten
Gruppenphänomene, Gruppendynamik
Führungsstile, Verhaltenstraining
Praxiskonzepte
Selbsterfahrung
Supervision

Seminare	12	Kurstage	24	Einheiten	168
Gruppenselbsterfahrung	2		6		48
Supervision	1		2		15
<hr/>					
Fernlehrgang	12		24		168
Präsenzlehrgang	15		32		224

Kursleitung: Dr. Peter Drumbl

FERNLEHRGANG - DISTANCE LEARNING

Selbststudium mit Arbeitsunterlagen, Videomaterial, org. eMail-Support

Dauer: entspricht 24 Kurstagen, 168 EH; Studiendauer bis 24 Monate

Kursbeitrag: € 2.160,- inklusive Kursunterlagen (digital), Prüfungsgebühr und Diplom gem. § 6 Abs. 1 Z 7-28 unecht steuerbefreit.

PRÄSENZLEHRGANG – CLASSROOM TRAINING

Ingroup – firmenintern od. Gruppen ab 10 TN

Dauer: entspricht 32 Kurstagen, 224 EH; Studiendauer bis 24 Monate

Kursbeitrag: € 5.760,- pro Teilnehmer/in inklusive Kursunterlagen (digital), Prüfungsgebühr und Diplom gem. § 6 Abs. 1 Z 7-28 unecht steuerbefreit

Kursorte: firmenintern und/oder Seminarzentren nach Vereinbarung.