

# Mentaltrainer/in (FEB)

|                         |                        |
|-------------------------|------------------------|
| <b>Titel</b>            | Mentaltrainer/in (FEB) |
| <b>Zulassungsnummer</b> | 7250412                |

---

## Veranstalter

|                        |                                                                               |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Adresse:</b>        | Fernakademie für Erwachsenenbildung GmbH<br>Doberaner Weg 22<br>22143 Hamburg |
| <b>Telnr:</b>          | +49 40 67780-78                                                               |
| <b>E-Mail-Adresse:</b> | kursinfo@fernakademie-klett.de                                                |
| <b>Webseite:</b>       | <a href="https://fernakademie-klett.de">https://fernakademie-klett.de</a>     |

---

## Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen für ein Mentaltraining durch Techniken aus dem neurologischen, physiologischen und psychologischen Bereich

---

## Inhalte

|                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Lehrgangsinhalte:</b>                                    | Neurologisches Grundwissen und Visualisierung - Das Wahrnehmungssystem - Klassische Entspannungsverfahren: AT und PM - Elemente aus der Kinesiologie - Kommunikation - Der Veränderungsprozess - Ressourcenarbeit - Mentalcoaching für Beruf und Erfolg - Mentaltraining im Stressmanagement - Sport- und Bewegungcoaching - Mentalcoaching für Künstler - Mentalcoaching für Kinder - Diverse Trainingsansätze - Stimm- und Sprechtraining - Der Schritt in die Praxis |
| <b>Medien, die Bestandteile des Fernlehreangebots sind:</b> | 16 Lehrbriefe, Audios und Videos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

---

## Abschluss

|                             |               |
|-----------------------------|---------------|
| <b>Abschluss:</b>           | keine Prüfung |
| <b>Art des Abschlusses:</b> | keine Prüfung |

## Voraussetzungen

|                                  |                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Teilnahmevoraussetzungen:</b> | mittlerer Bildungsabschluss und berufliche Tätigkeit im medizinischen, therapeutischen, pädagogischen oder beratenden Bereich; technische Voraussetzungen: Multimedia-PC mit CD-Laufwerk, Lautsprechern oder Mikrofon |
| <b>Prüfungsvoraussetzungen:</b>  | entfällt                                                                                                                                                                                                              |

## Kosten

|                                        |            |
|----------------------------------------|------------|
| <b>Teilnahmekosten (Gesamtkosten):</b> | 2.912,00 € |
| <b>Lehrgangskosten:</b>                | 2.912,00 € |
| <b>Kosten für (externe) Prüfungen:</b> | 0,00 €     |
| <b>Anzahl der Raten:</b>               | 16         |
| <b>Höhe der Raten:</b>                 | 182,00 €   |

Die Teilnehmerkosten können Veränderungen erfahren haben, die der ZFU zum Redaktionsschluss noch nicht vorlagen. Aktuelle Gebühren, Kosten und Erläuterungen dazu erhalten Sie beim Fernlehrinstitut.

## Zeitraumen

|                                                                   |                                                 |
|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| <b>Gesamtdauer in Monaten:</b>                                    | 16.00                                           |
| <b>Gesamtdauer in Stunden:</b>                                    | 702 Std. (936 Unterrichtsstunden zu je 45 Min.) |
| <b>Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:</b> | 10.00                                           |
| <b>Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):</b>                   | 18                                              |
| <b>Präsenzunterricht:</b>                                         | Ein 3-tägiges Seminar                           |