Gesundes Selbstbewusstsein

Titel	Gesundes Selbstbewusstsein
Zulassungsnummer	7467124

Veranstalter

Adresse:	Vitalakademie Learn@HomeEngel Learn GmbH Wiener Straße 4 4020 Linz
Telnr:	+43 720 8157 61
E-Mail-Adresse:	fernstudium@vitalakademie.at
Webseite:	http://www.learn-at-home.de

Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fertigkeiten, um ein grundlegendes Verständnis für gesundes Selbstbewusstsein zu bekommen, um es in der Folge aufzubauen sowie spüren und integrieren zu lernen

Inhalte

Lehrgangsinhalte:	Modul 1 - Grundlagen des Selbstbewusstseins: Ebenen des Selbstbewusstseins / Selbstbewusste Bandbreite / Aspekt der Unabhängigkeit / Idee des gelingenden Lebens und Menschseins / Ungesundes Selbstbewusstsein / Menschliche Grundbedürfnisse / Prägungen und Verstrickungen • Modul 2 - Herausforderungen und Umgang: Herausforderungen des Selbstbewusstseins auf den verschiedenen Ebenen / Kompensationsstrategien / Selbstbewusstsein als neutraler Begriff / Gesunder Umgang • Modul 3 - Selbstbestimmtheit und klassisch selbstbewusste Typen: Selbstbestimmtheit / Verschiedene klassisch selbstbewusste Typen / Innere Versöhntheit • Modul 4 - Praktischer Teil: Haltungsübung - Sollen versus Sein / Experiment zur Freiheitsfindung / Körperübungen / Imaginationsübung
Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:	4 Module auf einer digitalen Lernplattform, digitale Teilprüfung, Abschlussprüfung

Abschluss

Abschluss:	institutsinterne Prüfung
Art des Abschlusses:	institutsinterne Prüfung

Voraussetzungen

Teilnahmevoraussetzungen:	Mindestalter 18 Jahre, abgeschlossene Schul- oder Berufsausbildung; Technische Voraussetzungen: Endgerät mit Internetzugang
Prüfungsvoraussetzungen:	Nachweis ausreichender Vorbereitung

Kosten

Teilnahmekosten (Gesamtkosten):	490,00 €
Lehrgangskosten:	490,00 €
Kosten für (externe) Prüfungen:	0,00 €

Anzahl der Raten:	12
Höhe der Raten:	40,00 €

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

Zeitrahmen

Gesamtdauer in Monaten:	1.00
Gesamtdauer in Stunden:	78 Std. (104 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:	17.50
Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):	3
Präsenzunterricht:	Drei verpflichtende digitale Coaching-Einheiten, fakultative Webinare werden angeboten

Zusätzliche Informationen

Im Lehrgang sind 10 Unterrichtsstunden für die praktische Umsetzung vorgesehen. Für die 3 verpflichtenden Coachingeinheiten fallen insgesamt 120,- € zusätzliche Kosten an, die im Lehrgangspreis nicht inbegriffen sind. Optional können Coachingeinheiten (45 Min.) für je 50,- € zugebucht werden.