

# Resilienz- und Mentaltrainer/in für Kinder

<b>Titel</b>	Resilienz- und Mentaltrainer/in für Kinder
<b>Zulassungsnummer</b>	7469224

---

## Veranstalter

<b>Adresse:</b>	fitmedi Akademie Inh. Frau Nikolina Salvaggio Carl-Legien-Straße 15 63073 Offenbach am Main
<b>Telnr:</b>	+49 (069) 380 795 435
<b>E-Mail-Adresse:</b>	info@fitmedi-akademie.de
<b>Webseite:</b>	<a href="https://www.fitmedi-akademie.de">https://www.fitmedi-akademie.de</a>

---

## Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen über Resilienzförderung und Mentaltraining, um als Resilienz- & Mentaltrainer/in für Kinder Kurse und Seminare planen, anleiten und durchführen zu können

---

## Inhalte

## Lehrgangsinhalte:

Einstieg Resilienz- & Mentaltraining für Kinder: Ziele und Nutzen des Resilienz- & Mentaltrainings für Kinder | Themenschwerpunkte und inhaltliche Ausrichtung | Grenzen des Resilienz- & Mentaltrainings | Wertschätzung | Einsatz von Entspannungstechniken für Ausgeglichenheit | Stress und seine Auswirkungen auf Körper & Geist | Einstieg in die Entspannung | Stressreaktionen bei Kindern und Jugendlichen | Art der Entspannung und zugeordnete Entspannungstechniken | Präventiver und therapeutischer Einsatz von Entspannungsverfahren | Kontraindikationen | Mögliche Probleme bei der Vermittlung von Entspannungstechniken bei Kindern | Exkurs Entwicklungspsychologie • Resilienztraining für Kinder: Resilienz – Begriffsdefinition und Merkmale | Ursprünge der Resilienzforschung | Resilienzmodelle | Die 7 Säulen der Resilienz | Risiko- und Schutzfaktoren | Resilienzbeispiele aus dem Alltag | Entwicklungsprozess von Selbstwirksamkeit | Selbstwirksamkeit stärken | Techniken, Übungen und Anleitung zur Resilienzförderung | Resilienz- und Ressourcentraining im Sport | Selbsterkenntnisse | Wertschätzung und Respekt – Stärkung der Ressourcen | Helden und Vorbilder | Imaginationen, Innenreisen und Fantasiereisen | Atemübungen und Meditationen • Mentaltraining für Kinder: Was ist Mentaltraining? | Denkmuster aus der Kindheit | Die mentale Kraft | Kommunikation – Sprache als Spiegel unserer Individualität | Glaubenssätze | Embodiment – Den Körper mit an Bord nehmen | Anregung & Interaktion im Training | Kommunizieren durch Geschichten | Techniken, Übungen und Anleitung zum Mentaltraining | Gefühle erforschen, Freude & Motivation stärken | Positive Glaubenssätze, Affirmationen und Anker von Ressourcen | Ziele und Wünsche | Atemübungen, Meditationen | Fantasiereisen & Imaginationen | Bewegungs- und Aktivierungsübungen • Unterricht und die Trainer- / Lehrkompetenz: Didaktik & Methodik | Was gibt es als Trainer zu beachten | Fachliche und persönliche Kompetenz | Verschiedene Ebenen der Vermittlung | Konzentrationsspanne von Kindern und Jugendlichen | Die Unterrichtsgestaltung – Der Stundenaufbau | Die Rahmenbedingungen des Unterrichts – Die Kinder & ihre Eltern – Die Gruppengröße – Die Zeit – Die Räumlichkeit – Das Equipment – Die Finanzen – Grundregeln beim Vermitteln |

<b>Medien, die Bestandteile des Fernlehreangebots sind:</b>	4 digitale Online-Lehrbriefe, Lernerfolgskontrollen, Abschlussprüfung auf einer digitalen Lernplattform
---	---

---

## Abschluss

<b>Abschluss:</b>	Um das institutsinterne Zertifikat erlangen zu können, sind Erfahrungen im Training mit Kindern erforderlich. Personen ohne entsprechende Vorkenntnisse können zusätzliche Online-Seminare belegen. Teilnehmer ohne Vorqualifikation erhalten eine Teilnahmebestätigung.
<b>Art des Abschlusses:</b>	institutsinterne Prüfung

---

## Voraussetzungen

<b>Teilnahmevoraussetzungen:</b>	keine bestimmten Schul- oder Ausbildungsabschlüsse erforderlich, Mindestalter 18 Jahre, Erfahrungen in der pädagogischen Arbeit mit Kindern; Technische Voraussetzungen: PC mit Internetzugang
<b>Prüfungsvoraussetzungen:</b>	Nachweis ausreichender Vorbereitung

---

## Kosten

<b>Teilnahmekosten (Gesamtkosten):</b>	900,00 €
<b>Lehrgangskosten:</b>	900,00 €
<b>Kosten für (externe) Prüfungen:</b>	0,00 €
<b>Anzahl der Raten:</b>	6
<b>Höhe der Raten:</b>	150,00 €

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>	7.00
--------------------------------	------

<b>Gesamtdauer in Stunden:</b>	361
<b>Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:</b>	12.00
<b>Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):</b>	0
<b>Präsenzunterricht:</b>	Fakultative Seminare können belegt werden, Näheres bitte beim Anbieter erfragen