

# Mental Health Coach Online-Ausbildung

<b>Titel</b>	Mental Health Coach Online-Ausbildung
<b>Zulassungsnummer</b>	7539125

---

## Veranstalter

<b>Adresse:</b>	Katzengruber Development Group GmbH Schlosshof 7 82229 Seefeld
<b>Telnr:</b>	+49 8152 982530
<b>E-Mail-Adresse:</b>	info@katzengruber.com
<b>Webseite:</b>	<a href="https://www.werner-katzengruber.com">https://www.werner-katzengruber.com</a>

---

## Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fertigkeiten zur Begleitung von Einzelpersonen in privaten und beruflichen Kontexten bei psychischer Belastung, Stress, Burnout-Prävention und persönlichen Veränderungsprozessen

---

## Inhalte

<b>Lehrgangsinhalte:</b>	Bedeutung der mentalen Gesundheit • Grundlagen der Psychologie • Auftragsklärung • Zuweisungsdynamik • Coaching Gesprächstechniken: Fragetechniken, Aktiv Zuhören, Kiesler Kreis • Physische Einflussfaktoren auf die mentale Gesundheit • Die Rolle der Emotionen im Coaching • Grundlagen des Embodiments • Burn-on und Burn-out • Struktur und Funktion des Gehirns • Achtsamkeitsmeditation • Body Scan • Emotion Wheel
<b>Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:</b>	8 Module auf einer digitalen Lernplattform, Workbook sowie ergänzende PDF-Dokumente, Lernvideos, Selbst- und Fremdkontrollaufgaben, Übungspraxis mit Peer-Partner:innen

# Abschluss

<b>Abschluss:</b>	institutsinternes Zertifikat
<b>Art des Abschlusses:</b>	institutsinterne Prüfung

## Voraussetzungen

<b>Teilnahmevoraussetzungen:</b>	Vorerfahrung/Berufserfahrung sind nicht erforderlich, wünschenswert ist Erfahrung im Umgang mit Menschen sowie die Bereitschaft zur Selbstreflexion, mindestens eine außenstehende Person, mit der Gruppen- oder Partnerübungen durchgeführt werden können; Technische Voraussetzungen: Endgerät mit Internetzugang, Gerät zur Videoaufnahme (z. B. Smartphone, Tablet oder Kamera)
<b>Prüfungsvoraussetzungen:</b>	Nachweis ausreichender Vorbereitung

## Kosten

<b>Teilnahmekosten (Gesamtkosten):</b>	2.490,00 €
<b>Lehrgangskosten:</b>	2.490,00 €
<b>Kosten für (externe) Prüfungen:</b>	0,00 €
<b>Anzahl der Raten:</b>	5
<b>Höhe der Raten:</b>	498,00 €

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

<b>Gesamtdauer in Monaten:</b>	6.00
<b>Gesamtdauer in Stunden:</b>	129 Std. (172 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
<b>Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:</b>	5.00
<b>Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):</b>	0
<b>Präsenzunterricht:</b>	Nicht vorgesehen