



Mentaltraining für Kinder - Modul 2F



Ausbildung zum Kursleiter mentales Training für Kinder

Bei der Ausbildung zum Kursleiter mentales Training für Kinder lernen Sie, den Kleinen eine positive Sicht auf Situationen und Dinge zu vermitteln, bzw. wie man sie in den bejahenden Grundgedanken bestärken kann

Bei der Ausbildung zum Kursleiter mentales Training für Kinder lernen Sie, den Kleinen eine positive Sicht auf Situationen und Dinge zu vermitteln, bzw. wie man sie in den bejahenden Grundgedanken bestärken kann.

Häufig bekommen Kinder zu hören: „Das kannst du nicht, dafür bist du zu klein – zu dumm – zu faul – zu dick – zu dünn.“ Und auch Wünsche, die Kinder an das Leben haben (wie z.B. an einen Beruf, den sie später einmal erlernen möchten) werden oft durch herabwürdigende Bemerkungen schlecht gemacht. Einfach mal so im Vorbeigehen werden diese den Kindern entgegen gebracht ohne, dass sich jemand darüber Gedanken macht, wie die möglichen Auswirkungen einer solche Aussage auf das Kind sein können. Die Erwachsenen gehen einfach zu ihren alltäglichen Handlungen über. Doch in Kinderseelen passiert etwas, wenn man ihre großen Träume wie eine Seifenblase zerplatzen lässt. Die Kleinen sind zwar stark und schlucken vieles erst einmal herunter, manchmal aus völliger Ohnmacht, ein anderes Mal aus großer Enttäuschung.

Es gibt Kinder, die es trotzdem schaffen – auch wenn man ihnen gesagt hat „das geht nicht“. Sie schaffen sich ihren eigenen Weg. Diese Kinder motivieren sich aus sich selbst heraus, weil sie den anderen beweisen wollen, dass sie es können. Sie sprechen mit sich selbst und entwickeln ihre eigenen Mottosätze (Affirmationen), mit denen sie immer wieder zur Aktivierung innerer Ressourcen gelangen

Das mentale Training für Kinder unterstützt Kinder dabei, den inneren Dialog der immerwährend da ist, in eine Richtung zu lenken, die ihre verborgenen Ressourcen aufdeckt. Es geht um die Herstellung der eigenen Wertschätzung und die anderer Kinder sowie Erwachsener.

Inhalte

- Weshalb Mentaltraining für Kinder nützlich ist
- Wie Kinder ihre verborgenen Ressourcen erkennen und nutzen lernen
- Die Vorstellungskraft der Kinder nutzen
- Visualisieren von Zielvorstellungen, Wünschen, Träumen
- Fantasiereisen in den Alltag: Schule, Geschwister, Eltern
- Imagination nutzen, um Ängste zu bewältigen
- Wie Kinder Wertschätzung lernen – für sich selbst und andere
- Weitere Themen für ein Mentaltraining mit Kindern sind: Selbstvertrauen stärken, mehr Freude (in der Schule) haben, sich besser konzentrieren, effektiver lernen, Prüfungen erfolgreich meistern etc.

Voraussetzungen

Voraussetzung ist, dass Sie selbst in einem Entspannungsverfahren ausgebildet sind, um sich selbst in einen entsprechenden Zustand von Entspannung und Klarheit versetzen zu können, z.B. Meditationslehrer, Kursleiter/in Progressive Muskelentspannung, Kursleiter/in Autogenes Training. Es ist auch möglich, dass Sie diese Vorkenntnisse durch eine Zertifizierung eines anderen Instituts nachweisen (bitte vorab zur Prüfung einreichen).

Dauer

2 Tage, 32 UE / 24 Std. (inkl. Blended Learning)

Dauer des Fernlerngangs

3 Monate
Wöchentliche Lerndauer: 10-12 Stunden

Abschluss

Zertifikat „Kursleiter für mentales Training Kindern“

Aktuelle Termine unter
www.fitmedi-akademie.de