

TROPHOTRAINING®-TRAINER/IN

Lehrgang Mentales Stressmanagement



TrophoTraining® ist ein Mentalprogramm zur Blitzentspannung, Stressbewältigung und zur Förderung mentaler Stärke und Konzentration. Seine neuronalen und physiologischen Wirkmechanismen schaffen es, Stress dauerhaft zu moderieren und optimal mit Belastung und Stress umzugehen. Als rein kognitives Training passt es in jeden Alltag und an jeden Ort und setzt dort an, wo Menschen Stress maßgeblich beeinflussen: im Gehirn und in seinen neuronalen Mechanismen. TrophoTraining® zu unterrichten bedeutet, Menschen dabei zu unterstützen, kurz und gezielt zu regenerieren und fokussieren.

Dieser Lehrgang endet mit einer Prüfung zur/zum lizenzierten TrophoTraining®-Trainerin/Trainer. Sie lernen in 100 Unterrichtseinheiten das Training sowie üben seine professionelle Weitergabe an andere.

Referent:

Lorenz Wohanka, Berlin

Diplompsychologe, Ausbildungsleiter des TrophoTraining®-Instituts,
Geschäftsführender Gesellschafter der Beratungsgesellschaft Bohlig – Wohanka
in Berlin und Würzburg, Berlin. www.trophotraining.de

Termin/e:

Teil 1: Freitag, 02.12. bis Samstag, 03.12.2022

Teil 2: Freitag, 10.02. bis Samstag, 11.02.2023

Teil 3: Freitag, 12.05. bis Samstag, 13.05.2023

9 bis 18 Uhr

Ort:

Cusanus-Akademie in Brixen, Seminarplatz 2, 39042 Brixen, Südtirol (BZ) Italien

Inhalte der Module

Teil 1

Vermittlung des TT® aus Sicht eines Kursteilnehmenden – Einführung in das Training in einem Endanwender-Kurs
Kurserfahrung auf dem Stand der aktuellen Vermittlungsweise: Einführung in den Roten Faden und die Wirkfaktoren des TT®
Etablieren eines gemeinsamen praktischen Übungsstandes, Praxisanleitung
Einordnung des TT® in Stressmanagement und psychologische Gesundheitsförderung
Ableitungen aus wissenschaftlichen Untersuchungen und Postulate an TT®
Einordnung des TT® in die Entspannungsverfahren vor dem Hintergrund ihrer Wirkansätze
Wissenschaftlicher Hintergrund
Definition Hausarbeiten

Teil 2

Pädagogik des Entspannungsverfahrens
Erfahrungen und Rückmeldungen zu Teil 1
Neuroanatomie und Neurophysiologie in relevanten Ausschnitten
Angewandte Pädagogik und Didaktik des TT®: Kursteilnehmerzentrierte Vermittlung
Einführung in die Didaktik des Roten Fadens im TT®
Ziel - Übung - Logik - Ergebnis - Bezug zum Ziel: Aufbau eines Zusammenhangs zwischen Zielen der Übenden und den Formeln/Übungen des TT®
Einführung und Bereitstellung eines didaktischen Schemas
Abgrenzung zu anderen Verfahren
Definition Hausarbeiten

Teil 3

Pädagogik des Entspannungsverfahrens: Erfahrungen und Rückmeldungen in der Lehre des TT®
Erfahrungen und Umsetzung des Roten Fadens
Klärung offener Fragen zu den Wirkfaktoren des TT®
Umgang mit Fragen von Kursteilnehmerinnen: Einwandbehandlung

Didaktik und Pädagogik: Würdigung und Dank als Schlüsselmechanismen im Umgang mit Kursteilnehmer/innen
Praktische Gruppenarbeit: Vermittlung des TT®
TT® im Unterschied zu fühlorientierten Techniken zu Entspannung und Stressbewältigung. Zusammenfassung des Gelernten
Praktische und theoretische Prüfung

Sie werden intensiv theoretisch fundiert und praktisch angeleitet zur Lehre der Methode befähigt.

Der Gesamtaufwand inklusive Ihrer häuslichen Arbeit beträgt 100 Unterrichtseinheiten.

Kursgebühren:

Die Kursgebühr beträgt 1670 €

Wir weisen darauf hin, dass Ihre Anmeldung erst mit der Überweisung der Kursgebühr Gültigkeit hat. Um Ihnen eine Teilnahme garantieren zu können, bitten wir Sie, die Gebühr innerhalb von 3 Arbeitstagen an die Cusanus-Akademie zu überweisen.

Südtiroler Sparkasse: IT08 S 06045 58220000000267800

Raiffeisenkasse Eisacktal: IT19 N 08307 58221000300001155

Sollte die Veranstaltung nicht stattfinden, wird Ihnen der Betrag rücküberwiesen oder nach Wunsch in einen Bildungsgutschein umgewandelt.

Zielgruppe:

Mediziner/innen, Psycholog/innen, Pflegekräfte, Physiotherapeut/innen, Entspannungstrainer/innen, Supervisor/innen, Coaches, Pädagog/innen, Sozialassistent/innen, Hebammen. Einige Jahre Berufserfahrung sind hilfreich, aber keine Voraussetzung.

Kooperationspartner:

TrophoTraining®-Institut Deutschland