

Ausbildung zum*r Mental- & Bewusstseinstrainer*in



Präsenzlehrgang

Dein Weg beginnt hier

Bewusstsein eröffnet neue Perspektiven. Mentale Klarheit schafft Orientierung und Handlungsspielraum.

Diese Ausbildung unterstützt dich dabei, mentale Prozesse fundiert zu verstehen und verantwortungsvoll zu begleiten. Du verbindest wissenschaftliche Grundlagen mit Selbsterfahrung und praxisnaher Trainingsarbeit.

Dabei entwickelst du methodische Kompetenz, innere Sicherheit und Präsenz – um Menschen im Einzel- und Gruppensetting achtsam, strukturiert und wirksam zu unterstützen.

Das Wichtigste auf einen Blick

Struktur der Ausbildung:

- 6 Module berufsbegleitend
- 13 Seminartage
- Abschluss: Diplom

Seminarzeiten: Samstag: 10:00 – 18:00 Uhr, Sonntag: 09:00 – 17:00 Uhr

Sommer Kompaktlehrgang: 10:00 – 18:00 Uhr, letzter Tag je Block: 09:00 – 17:00 Uhr

Ort: neurotunes AKADEMIE, Belgradplatz 5/10-11

Start in die Ausbildung zum*r Lebens- und Sozialberater*in

Die Ausbildung zum*r Mental- und Bewusstseinstrainer*in ist ein in sich abgeschlossener Diplomlehrgang. Gleichzeitig bildet sie das erste Semester der weiterführenden Ausbildung zum*r Lebens- und Sozialberaterin.

Präsenzformat – intensiv & erfahrungsorientiert

Die Ausbildung findet ausschließlich in Präsenz statt und lebt vom gemeinsamen Lernen, praktischen Üben und direktem Feedback.

Deine Vorteile

- Lernen in einer konstanten Ausbildungsgruppe
 - Intensiver Praxisanteil mit Übungssequenzen
 - Persönliche Begleitung durch erfahrene Trainer*innen
 - Verbindung von Neurowissenschaft, Selbsterfahrung & Trainingspraxis
 - Sicherheit im Auftreten vor Gruppen
-

Aufbau & Inhalte der Module

Modul 1 – Mentale Grundlagen

- Einführung in das Mentaltraining
 - Aufbau des Gehirns & neuronale Netzwerke
 - Mentale Automatismen & innere Antreiber
 - Grundlagen wirksamen mentalen Trainings
-

Modul 2 – Wahrnehmung & Bewusstsein

- Wie wir Wirklichkeit konstruieren
 - Kognitive Filter & Glaubenssätze
 - Bewusstsein & Unterbewusstsein
 - Prägungen und deren Einfluss auf Verhalten
-

Modul 3 – Stress, Spannung & Selbstregulation

- Stressreaktionen im Körper & Gehirn
 - Wissenschaftlich fundierte Entspannungsverfahren
 - Neuro-Meditation und Neuromusik,
 - Selbstregulation im Alltag
-

Modul 4 – Kommunikation & Mentale Gesundheit

- Kommunikationsmodelle & Transaktionsanalyse
 - Salutogenese – was Menschen gesund hält
 - Achtsame Sprache & nonverbale Kommunikation
 - Mentale Gesundheit im Alltag
-

Modul 5 – Visionen, Ziele & Umsetzung

- Werte, Lebensrollen & persönliche Ausrichtung
 - Zielarbeit & mentale Fokussierung
 - Entwickeln und manifestieren klarer Visionen
 - Methoden zur nachhaltigen Zielerreichung
-

Modul 6 – Trainingspraxis & Abschluss (3 Tage)

- Seminarorganisation und Trainingsdesign
- Gruppendynamik und Teamprozesse
- Professionelles Auftreten & Präsentation



neurotunes

AKADEMIE

- Mentaltraining in der Praxis anwenden
 - Präsentation der Diplomarbeiten
 - Abschluss & Diplomverleihung
-

Abschluss & Diplom

- Verfassen einer Diplomarbeit im Umfang von ca. 30 Seiten (Thema mit klarem Bezug zum Mentaltraining)
- Präsentation der Arbeit im Rahmen des Abschlussmoduls (20 Minuten)

Nach positiver Beurteilung erhältst du das **Diplom zum*r Mental- und Bewusstseinstrainer*in.**

Berufliche Möglichkeiten

Mit dem Diplom als Mental- und Bewusstseinstrainer*in eröffnen sich dir vielfältige berufliche Wege, sowohl haupt- als auch nebenberuflich:

- Selbständige*r Mentaltrainer*in
 - Seminarleiter*in, Workshop-Moderator*in
 - Trainer*in im Gesundheits-, Sozial- oder Bildungsbereich
 - Mentaltraining als Zusatzqualifikation für Pädagog*innen und Lebensberater*innen
 - im Bereich Stressmanagement, Persönlichkeitsentwicklung oder Motivation arbeiten
-

Voraussetzungen

- Interesse an persönlicher Entwicklung
 - Bereitschaft zur Selbsterfahrung
 - Offenheit für Gruppenprozesse
 - Keine speziellen Vorkenntnisse erforderlich
-

Kosten

EUR 2.150 für Ausbildung in der neurotunes AKADEMIE

Diese Ausbildung ist umsatzsteuerbefreit gemäß § 6(1) Z.11a UStG 1994.

Allenfalls anfallende Kosten zu Nächtigung/Verpflegung sind nicht inkludiert.

Info und Anmeldung

neurotunes Office

Telefon: +43 1 810 3943

Mail: office@neurotunes.com

Web: www.neurotunes.com