



Heidelberger Trainer für
mentale Stärke im Beruf

Kurs 2019

Heidelberger Trainer für mentale Stärke im Beruf

Wir leben in einer Innovationsgesellschaft. Dauerhafte Lernbereitschaft und-fähigkeit, Kreativität, Innovationskompetenz, Experimentierfreude und Mut zum Scheitern sind zu zentralen Anforderungen der modernen Arbeitswelt avanciert. Dies bedeutet, dass viele Beschäftigte in immer kürzeren Abständen vor neue Herausforderungen gestellt werden. Aber nicht immer fühlt man sich diesen Herausforderungen gewachsen. Es fehlt an mentalen Strategien und Kompetenzen, das eigene Wissen und Können in herausfordernden Situationen gezielt und systematisch abzurufen und zu zeigen.

In der Weiterbildung erlernen Sie theoretisch fundierte und praxistaugliche Strategien, um Ihr persönliches Leistungspotential zum richtigen Zeitpunkt zielgerichtet zu aktivieren, und Sie erwerben das **pädagogische Instrumentarium**, dieses Wissen in professionellen Lehr-Lernsettings in die Organisation und zu den Beschäftigten zu tragen.

Grundlage der Weiterbildung ist das **renommierte Heidelberger Kompetenztraining HKT**, das unter Leitung von Prof. Dr. Wolfgang Knörzer von der Pädagogischen Hochschule Heidelberg entwickelt wurde und Menschen befähigt, Herausforderungen ressourcenorientiert meistern zu lernen.

Kompetenzentwicklung

Am Ende der Weiterbildung verfügen Sie über...

- ein Grundverständnis zentraler Prinzipien erfolgreicher Wissensvermittlung,
- Kompetenzen, Lehr-Lernsituation mittels vielfältiger Methoden, aktivierender Moderation und ansprechender Präsentation lerngerecht, interaktiv und kreativ zu gestalten,
- Kenntnisse der theoretischen Grundlagen des HKT und seiner Methoden und
- die Fähigkeit, HKT-Anwendungstrainings zu planen und durchzuführen.

Zielgruppe

Ob Sie bereits Trainingserfahrung haben oder ob Trainingsgestaltung Neuland für Sie bedeutet, ob Sie in Unternehmen Inhalte an Kollegen vermitteln oder sich als Trainer auf dem freien Markt positionieren möchten: Die Weiterbildung richtet sich an alle, die im Rahmen von Trainings- und Beratungsprozessen Fach- und Führungskräften zu einer positiven Problemlösungshaltung verhelfen und sie in ihrer Selbstwirksamkeitsüberzeugung stärken wollen.



Aufbau der Weiterbildung

Um Ihre individuelle Weiterentwicklung bestmöglich auf Ihren professionellen Kontext auszurichten, ist die Weiterbildung in drei aufeinander aufbauende Module unterteilt.

- **Basismodul:** Das Basismodul besteht aus zwei Workshops, die zentrale lerntheoretische Grundlagenkenntnisse vermitteln und für alle Profile der Heidelberger Trainerausbildungen gleich sind.
- **Wahlmodul:**
 - Sie absolvieren die beiden Themenworkshops, die den Kurs „Über die Kunst da zu sein – Heidelberger Kompetenztraining (HKT)“ bilden.
 - Sie wählen einen weiteren Themenworkshop nach Interesse und Bedarf aus und nehmen dadurch das Finetuning Ihres individuellen Profils vor.
- **Abschlussmodul:** Im letzten Workshop reflektieren Sie Ihre Erkenntnisse aus allen Workshops mit Ihrer Lerngruppe aus dem Basismodul und erarbeiten sich so Ihr individuelles Trainerprofil und den Transfer in Ihr Praxisfeld.

Termine

Basismodul

Workshop 1: 24. - 26.01.2019
„Lernpsychologie, Auftragsklärung,
Trainingskonzept“

Workshop 2: 14. - 16.02.2019
„Trainingsmethoden und didaktische Vertiefung“

Profil- und Wahlmodul

Workshops 3 bis 5:

Zwei Workshops aus dem
Profil Gesundheit und mentale Stärke
plus ein Themenworkshop nach Wahl

Abschlussmodul

Workshop 6: 27. - 28.09.2019
„Reflexion des Gelernten und Transfer ins
persönliche Praxisfeld“

„Theoretische Grundlagen des HKT“
(Teil 1: „Über die Kunst, da zu sein“)

01./02.03.2019

„HKT-Anwendungstrainings“
(Teil 2: „Über die Kunst, da zu sein“)

07./08.06.2019

„Emotion und Gruppendynamik“

22./23.02.2019

„Interkulturelle Kompetenz und Diversity“

28.02./01.03.2019

„Agilität und Selbstorganisation“

08.-09.03.2019

„Gesunde Organisation“

15.-16.03.2019

„Moderation und Visualisierung“

22./23.03.2019

„Vielfalt in Teams und Organisationen“

05./06.04.2019

„Gesunde Führung“

11.-12.04.2019

„Design Thinking als Denkmodell und Handlungskompetenz“

29./30.04.2019

„Authentisch präsentieren“

10./11.05.2019

„Methoden der Stressbewältigung“

17./18.05.2019

„Kreativitätstechniken für Workshopdesigns“

24./25.05.2019

„Erlebnisorientierte Teamentwicklung“

27./28.06.2019

Inhalte

Basismodul

Workshop 1:

„Lernpsychologie, Auftragsklärung,
Trainingskonzept“

Workshop 2:

„Trainingsmethoden und didaktische Vertiefung“

Profil- und Wahlmodul

Workshop 3:

„Theoretische Grundlagen des HKT“

Workshop 4:

„HKT-Anwendertrainings“

Workshop 5:

Ein Themenworkshop zur Auswahl

Abschlussmodul

Workshop 6:

„Trainerpersönlichkeit und Transfer ins persönliche
Praxisfeld“

- Gestaltung fundierter, professioneller und interaktiver Trainings
 - Lernpsychologie und Motivationsforschung
 - Arbeit an ersten Trainingsentwürfen
 - Erwartungen und Auftragsklärung
 - Zielgruppenorientierte Methodenauswahl
-
- Psychologische und neurowissenschaftliche Ansätze wie die Konsistenztheorie von Grawe, das Rubikonmodell von Heckhausen und Gollwitzer und die Persönlichkeits-System-Interaktions-Theorie von Kuhl
 - Zielerreichung, Bausteine der Konzentration und Elemente der asiatischen Kampfkünste
 - Lösungsstrategien, um das eigene Vorhaben gegen mögliche interne und externe Störungen abzusichern
-
- Je nach gewähltem Themenworkshop
 - Akquise und Positionierungsstrategien
 - Entwicklung eines Trainerprofils
 - Reflexion der persönlichen Stärken mit dem Trainerpass

Hochschulzertifikat

- Mit dem Abschluss der Weiterbildung kann ein **leistungsbasiertes Zertifikat der Akademie und des FQHKT** (Verein zur Förderung und Qualitätssicherung des Heidelberger Kompetenztrainings) erworben werden, das eine praxisbasierte Abschlussarbeit mit Reflexion einschließt.
- Die Abschlussarbeit mit Reflexion wird nach Beendigung der Weiterbildung in schriftlicher Form eingereicht. Sie sollte einen Umfang von 18.000 bis max. 25.000 Zeichen haben (1.800 Zeichen entsprechen etwa einer DIN-A4-Seite). Sie können Fotos, Folien, Projektbeschreibungen und Dokumentationen einfügen. Der Abgabetermin ist acht Wochen nach Ende der Weiterbildung.
- Für die Bearbeitung der Abschlussarbeit und die Erstellung des Zertifikats fällt eine zusätzliche Gebühr in Höhe von 130,- € an.

Verantwortlich für das Profil



Prof. Dr. Wolfgang Knörzer

- Studium Deutsch und Sport für das Lehramt Realschulen, Diplomstudium in Erziehungswissenschaft
- Professor für Sportwissenschaft/ Sportpädagogik an der Pädagogischen Hochschule Heidelberg
- Arbeitsschwerpunkte: Bewegungs- und Gesundheitsförderung, Motivations- und Selbstmotivationsstrategien sowie Mentales Training

Kontakt: kontakt@ph-akademie.de

Preise und Anmeldung

- Schnupperangebot Workshop 1 999,00 €
- Basismodul (Workshop 1 und 2) 1.989,00 €
- Komplettbuchung 4.629,00 €
- **Frühbucherpreis bis 15.12.2018 3.999,00 €**
- 5 % Rabatt auf den Normalpreis für Non-Profit-Unternehmen
- Anmeldung: <http://www.ph-akademie.de/anmeldung>

Bitte setzen Sie sich für weitere Auskünfte oder ein beratendes Gespräch gerne mit uns in Verbindung!

Akademie für wissenschaftliche Weiterbildung an der pädagogischen Hochschule Heidelberg e.V.

Keplerstraße 87

69120 Heidelberg

Telefon: +49 6221 477 648

E-Mail: kontakt@ph-akademie.de

Geschäftsbedingungen

- **Zahlungsmodus:** Sie erhalten Teilrechnungen. Teilzahlungstermine sind der 15.01.2019 und der 15.05.2019.
- **Wenn Sie absagen müssen:** Wird die Anmeldung oder der Auftrag später als drei Wochen vor Veranstaltungsbeginn zurückgezogen, werden 50%, bei einer Absage bis sieben Tage vor Seminarbeginn 100% der Gebühren berechnet. Der verhinderte Teilnehmer ist berechtigt, einen Ersatzteilnehmer für das gebuchte Paket zu benennen. Dann entstehen keine Stornierungsgebühren. Die Rechnungsbeträge sind auch fällig, wenn Teilnehmer verhindert sind. Sie haben die Möglichkeit jeweils komplette Workshops/Praxiswerkstätten im Folgekurs nachzuholen. Wir bitten um Verständnis, dass das Nachholen einzelner Tage innerhalb der Workshops nicht möglich ist. Die Bearbeitungsgebühr beträgt 50 Euro.
- **Wenn wir absagen müssen:** Für den Fall, dass sich nicht genügend Personen zur Teilnahme anmelden, behält sich die Akademie vor, die Weiterbildungsreihe spätestens bis 4 Wochen vor Kursbeginn abzusagen.
- **Haftungsausschluss:** Sämtliche der hier aufgeführten Informationen wurden nach bestem Wissen zusammengestellt. In keinem Fall lässt sich daraus jedoch irgendeine Form der Gewährleistung oder Haftung ableiten



Akademie

FÜR WISSENSCHAFTLICHE WEITERBILDUNG AN DER
PÄDAGOGISCHEN HOCHSCHULE HEIDELBERG E.V.

Akademie für wissenschaftliche
Weiterbildung an der Pädagogischen
Hochschule Heidelberg e.V.

Keplerstraße 87
69120 Heidelberg
Fon +49 6221 477 648
Fax +49 6221 477 489
www.ph-akademie.de