

Trainer für Gesundheit und Lebenskompetenz®

Informationen zur Trainerausbildung

Qualifizierung

Geprüfte Präventologen/Präventologinnen, Ärzte, Psychologen oder Fachkräfte aus ähnlichen Berufen, die Mitglied im Berufsverband der Präventologen e.V. sind, können sich zum Trainer für Gesundheit und Lebenskompetenz® ausbilden lassen. In Ausnahmefällen können auch Personen an der Ausbildung teilnehmen, die nicht Mitglied im Berufsverband sind. In diesem Fall gelten separate Ausbildungsgebühren. Die Trainer sollten neben ihrer Grundqualifikation als Präventologe ausreichend Erfahrung in der Anleitung von Gruppen haben und sich auch mit gruppendynamischen Prozessen auskennen. Kenntnisse des Konzeptes der Salutogenese sowie die Ansätze von Prävention und Gesundheitsförderung werden als bekannt vorausgesetzt.

Die Ausbildung besteht aus zwei Seminarblöcken:

- Basisseminar bestehend aus 26 UE
- Aufbauseminar bestehend aus 26 UE

Alle angebotenen Seminartermine des Verbandes können sowohl von Basisteilnehmenden als auch von Aufbauteilnehmenden gebucht werden.

Die Zertifizierung erfolgt nach den erfolgreich absolvierten Seminaren.

Angehende Trainer/Trainerinnen, die sich noch in der Ausbildung zum Präventologen/zur Präventologin befinden, wird das Zertifikat nach der bestandenen Präventologenprüfung ausgehändigt.

Die Trainerausbildung ist innerhalb von zwei Jahren abzuschließen. In begründeten Ausnahmefällen kann von dieser Regelung abgewichen werden. Im Einzelfall ist dies mit den Trainerausbildern und dem Berufsverband abzustimmen.

Qualitätsmanagement

Es wird erwartet, dass sich die Trainer regelmäßig im Bereich Gesundheit und Lebenskompetenz® weiterbilden und sich über die Neuerungen und Erweiterungen des Trainings laufend informieren.

Die Trainer verpflichten sich dazu, mindestens einmal jährlich an einer Fortbildung des Berufsverbandes der Präventologen e.V. zum Training Gesundheit und Lebenskompetenz® teilzunehmen.

Die Trainer führen eine Evaluation der Kurse anhand der im Manual beigefügten Evaluationsbögen durch und leiten diese an den Berufsverband oder die Trainerausbilder weiter. Die Trainer führen das Training im Auftrag des Berufsverbandes der Präventologen e.V. durch.

Sollten Auszüge aus dem Konzept genutzt werden, ist immer der Hinweis auf das Gesundheit und Lebenskompetenz® Training zu gewährleisten. Es dürfen keine Teile anderweitig benutzt werden, ohne den Querverweis.

Kosten

Die Kosten für das Basisseminar und das Aufbauseminar belaufen sich auf jeweils 549,- € und für Nichtmitglieder auf 649,- €. Tagungspauschalen des Hotels werden gesondert in den Anmeldungen ausgewiesen.

Aufgaben

Der Trainer organisiert den Kurs vollständig selbstständig. Insbesondere obliegt ihm die Wahl eines geeigneten Kursraumes, die Werbung für den Kurs, die Durchführung mit Vor- und Nachbereitung.

Die Durchführung des Trainings gestaltet der Trainer auf Basis der Kursunterlagen. Bei der Vorbereitung ist darauf zu achten, dass alle benötigten Materialien, insbesondere auch für die praktischen Übungen, vom Trainer rechtzeitig zusammenzustellen sind, Materialien für die Teilnehmenden kopiert werden etc..

Um einen reibungslosen Ablauf der Kursstunden zu gewährleisten ist es sinnvoll, die Kursstunde im Vorfeld einmal praktisch durchzuführen (zumindest beim ersten eigenen Kurs).

Die Kernaufgabe des Trainers ist es, die Teilnehmenden zu befähigen und dabei zu begleiten, ihre eigenen Ressourcen zu entdecken und zu entwickeln und ihre Fähigkeiten in den Bereichen der Lebens- und Gesundheitskompetenz(en) zu verbessern. Dazu bedarf es einer sensiblen Begleitung und Beobachtung der Kursteilnehmenden. Es geht weniger darum, den Teilnehmenden Wissen zu vermitteln, als ihnen zu helfen, ihre eigenen Ressourcen zu entdecken und weiterzuentwickeln.

Eine wichtige Aufgabe des Trainers ist es darüber hinaus, auch kleinste Fortschritte der Teilnehmenden zu entdecken und wertzuschätzen. Der Trainer hilft den Teilnehmenden Selbstwirksamkeit und Trainingserfolge bewusst wahrzunehmen und zu genießen. Er achtet außerdem darauf, dass alle in der Gruppe eingebunden sind, sich aktiv beteiligen können und gibt den Teilnehmenden Raum sich zu äußern. Er/sie handhabt die Zeitvorgaben flexibel und setzt die Schwerpunkte nach seinem Ermessen und dem Bedarf der Gruppe.

Wichtig: Wenn der Trainer feststellt, dass ein Teilnehmender depressiv ist in einer Form, die über normale Stimmungsschwankungen hinausgeht, muss er qualifiziert weiterleiten. Ebenso sollte er einen Arztbesuch anraten, wenn bei einem der Stresstests auffällig hohe Werte oder massive Stressfolgen auftreten. Der Kurs Gesundheit und Lebenskompetenz® ersetzt keinerlei Therapien. Er kann allerdings eine hilfreiche flankierende Maßnahme zu Therapien darstellen. Dies ist im Einzelfall mit den entsprechenden Therapeuten / Ärzten abzustimmen. Wir empfehlen, dies schriftlich festzuhalten.