

# Zert. Resilienztrainer/in

*Online-Fernstudium*



VITALAKADEMIE

learn-@-home

Lernen **wann** und  
**wo** Sie wollen.



INFOMAPPE

Zertifiziert durch



Erwachsenen-Bildung  
mit Qualitätsgarantie.

## ZERT. RESILIENZ- TRAINER/IN

### → Beschreibung

Erhöhen Sie Ihre psychische und emotionale Widerstandsfähigkeit und verändern Sie dadurch Ihre individuellen Lebenssituationen. Erfolgreiche Menschen haben eine besondere Eigenschaft, welche sich von anderen unterscheidet und die sofort wahrnehmbar ist. Es ist die Gelassenheit, die diese Menschen auszeichnet. Damit haben Sie die Leichtigkeit und Lockerheit, um alle herausfordernden Situationen zu meistern. Trainieren auch Sie diese Eigenschaften, damit auch Sie Lebensfreude und Erfolg in Ihrem Leben zulassen können. Das heißt auch, dass Sie ihrem Erfolg nicht mehr im Wege stehen werden.

Resiliente Menschen haben die Fähigkeit, gelassen mit sich selbst und mit Anderen umzugehen und jegliche Herausforderungen, welche das Leben mit sich bringen, erfolgreich zu meistern. Die wahrscheinlich spannendste Reise – die Reise zu Ihrem eigenen Leben – bringt Ihnen das Konzept der Resilienz näher und zeigt Ihnen, wie Sie es in Ihrem Alltag integrieren können.

### → Ausbildungsziele & Tätigkeitsfelder

Als ResilienztrainerIn können Sie Techniken und Methoden des Resilienz-Trainings in dieser Ausbildung erwerben und lernen diese an sich und anderen Menschen anzuwenden.

**Die Ausbildung richtet sich an  
alle Personen,**

- ✓ sich durch eine Zusatzqualifikation neue berufliche Chancen sichern möchten.
- ✓ sich beruflich neu orientieren und haupt- oder nebenberuflich als selbstständige/r ResilienztrainerIn arbeiten möchte.

### → Beispiele für Bereiche

- bei der Verbesserung herausfordernder Lebenssituationen
- bei qualitativerem Erleben von Alltagsprozessen
- bei der Verbindung von Grundbedürfnissen mit Resilienz
- beim Abbau Ihrer festgefahrenen Überzeugungen
- beim Ordnen Ihrer Emotionen und Entwickeln realistischer Alltags- und Lebensziele
- beim Achtsam- und Präsentsein
- beim einfach natürlich Resilient werden





## ZERT. RESILIENZ- TRAINER/IN

### → Teilnahme- Voraussetzungen

- **Voraussetzung:** Abgeschlossene Schul- oder Berufsausbildung, Lebenslauf
- **Mindestalter:** 21 Jahre
- **Abschluss:** Zert. Resilienztrainer/in
- **Dauer:** Einstieg jederzeit möglich (individuelle Zeiteinteilung)

### → Die Ausbildung setzt sich wie folgt zusammen

- Selbststudium mit Videovorträgen (Durcharbeiten von Videos, Zusammenfassen und Aufarbeiten, weiterführende Recherche: 150 EH)
- verpflichtendes Video-Coaching und Abschlussgespräch (6 EH)
- Gesamtumfang der Ausbildung: 156 Einheiten

#### ✓ MODUL 1

Einführung in das Thema Resilienz!

#### ✓ MODUL 2

Grundlagen der Resilienz

#### ✓ MODUL 3

Menschliche Grundbedürfnisse

#### ✓ MODUL 4

Krisen und Ziele

#### ✓ MODUL 5

Gefühle, Wahrnehmung und Achtsamkeit

#### ✓ Soziale Kompetenz



Wählen Sie aus  
zwei Optionen aus...



Learn@Home  
Premium\*  
Kunde werden

Erhalten Sie vollen Zugriff auf  
ALLE Fernstudien die wir derzeit  
anbieten + ALLE Fernstudien die wir  
laufend neu produzieren.

Mehr Informationen zu unserem  
Learn@Home Premium Modell  
finden Sie auf der letzten Seite.

*nur 149 € / Monat*

*oder*

**Einzelbuchung**  
Zert. Resilienz-  
trainer/in\*

Erhalten Sie vollen Zugriff  
auf unser Video-Fernstudium  
Zert. Resilienztrainer/in

*um 690 €*

Flexible 12 Monats-Ratenzahlung  
möglich - 0% Aufschlag  
(57,50 € / Monat)

Lernen wann und wo Sie wollen

**\*inkl. Videos und Skripten (in elektronischer Form), und Zugang zum Online Klassenzimmer.**

Vernetzung mit Mitschülern aus der ganzen Welt  
via Videotelefonate und Forumfunktion.

Nicht im Preis inkludiert:

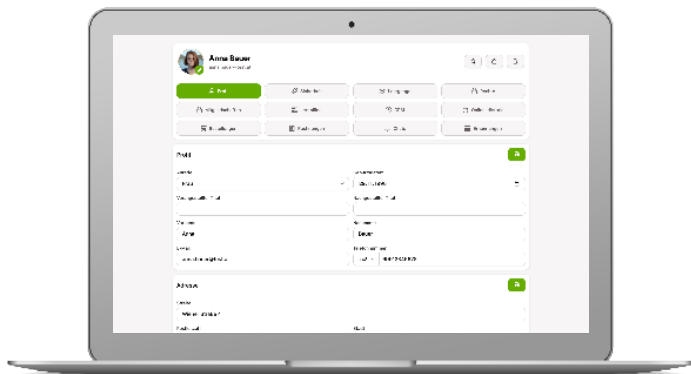
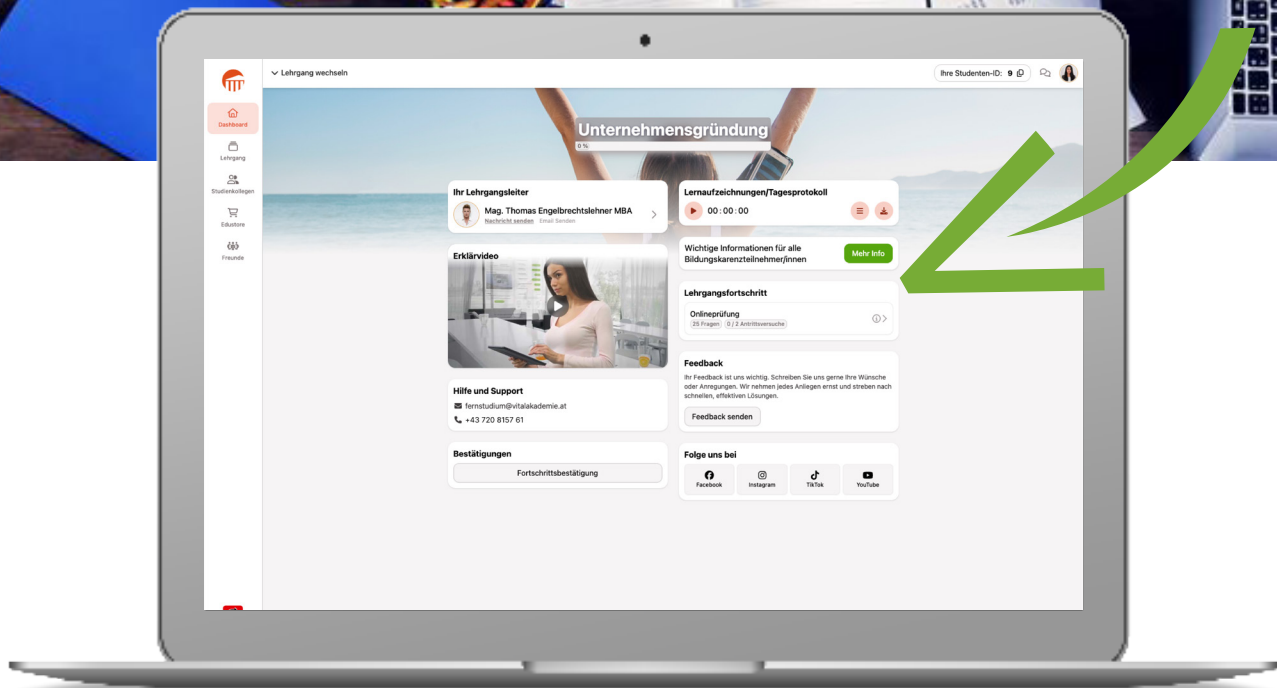
Prüfungsgebühr € 50,-

5 verpflichtende Coachingeinheiten (€ 40,- pro Einheit)



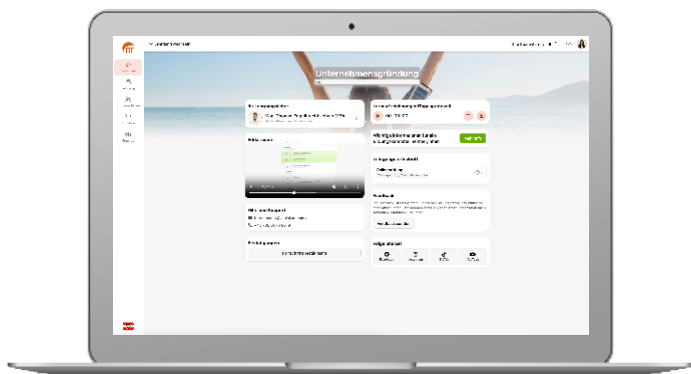


# So funktioniert unser Online Klassenzimmer



## Profil erstellen

Legen Sie nach Ihrem Login ein Profil mit Profilbild und weiteren Informationen an. Das erleichtert Ihnen den Kontakt zu Ihren Mitstudierenden.



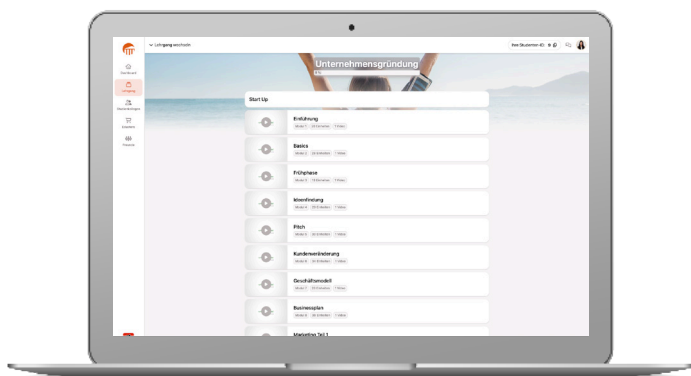
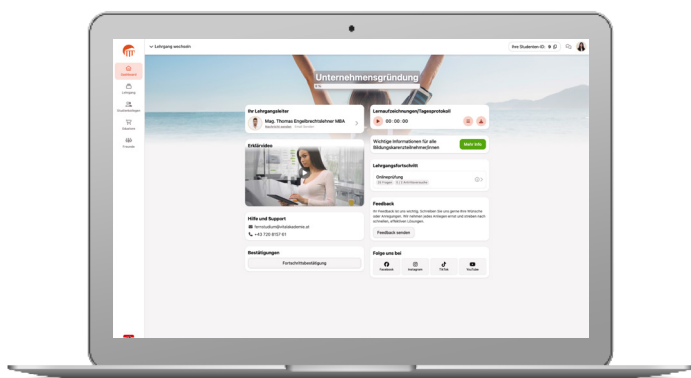
## Ablauf und erste Schritte

Unser Einführungsvideo macht Sie ganz einfach mit Ihrem Fernlehrgang vertraut. Unser Online Klassenzimmer ist einfach bedienbar und für jede Altersgruppe geeignet.



**VITALAKADEMIE**  
learn-at-home

## SO FUNKTIONIERT UNSER ONLINE KLASSENZIMMER



## Videos und Skripten

Hier befinden sich alle Themen modulartig gegliedert. In jedem Modul befindet sich ein passender Videovortrag zum Skriptum. Die Videos und Skripten lassen sich auf allen Endgeräten (Laptop, Handy, Ipad, Computer) abspielen.

## Studienkollegen

Unter dem Punkt Studienkollegen finden Sie Teilnehmer ganz einfach in Ihrer Nähe. Bilden Sie Lerngruppen, starten Sie Onlinefreundschaften und tauschen sich mit Ihren Studienkollegen ganz einfach via Nachrichtenfunktion und Video-Telefonaten aus.

**Auf allen Endgeräten  
abspielbar**



WEITERE TOLLE FEATURES  
IM ONLINE KLASSENZIMMER

→ Der Gesamte  
Lehrstoff ist  
modulartig  
gegliedert

## ■ Ausbildungs- fortschritt

Hier sehen Sie wieviel Sie bereits erreicht haben und welcher Ihr nächster Schritt zum Diplom ist. In diesem Bereich können Sie ebenfalls ihre Teilprüfungen starten.

## ■ Lehrgangsführung

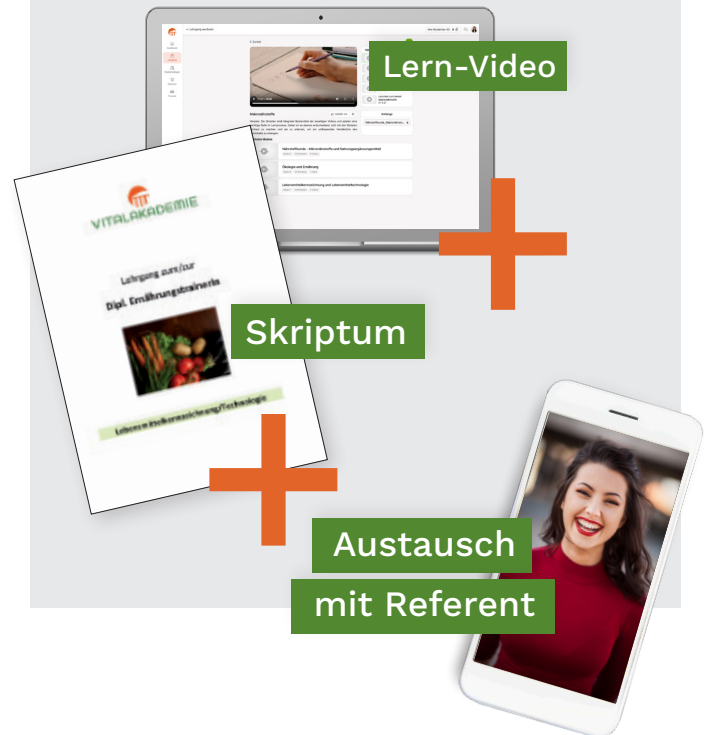
Während Ihrer gesamten Ausbildung können Sie Ihren Lehrgangsführer um Rat fragen.

## ■ Webinare

Wir bieten zusätzlich unsere Online Seminare an. Hier geben wir Ihnen als Zusatz die Möglichkeit verschiedenste Themengebiete zu erlernen.

## ■ Forum

Stellen Sie Fragen in unser Forum. Unsere Experten geben Ihnen umgehend die passenden Antworten.



## ■ Trainer

Lernen Sie unsere Trainer kennen und buchen Sie zusätzliche Coachingeinheiten um den Lehrstoff zu vertiefen. Direkt über unser Online Klassenzimmer können Sie die/den Trainer/in Ihrer Wahl per Nachricht kontaktieren und sich einen individuellen Termin direkt in einem unserer Standorte oder aber auch per Video-Konferenz vereinbaren!



# Learn@Home Premium

Genießen Sie viele **Vorteile**  
als Premium Kunde

## → Unser besonderes Highlight:

Sie bekommen vollen  
Zugriff auf alle Fernstudien  
die wir derzeit anbieten.

Erhalten Sie Zugang zu allen  
Basis- und Upgradeausbildungen.  
Kombinieren Sie verwandte Ausbildungen  
wie z.B.: Ernährung & Fitness,  
Energetik & Mentales usw.  
Bildung ist die beste Investition  
Nutzen Sie unser All In Angebot

## → Weitere Vorteile im Überblick

- ★ Wir produzieren ständig neue Fernstudien und Sie bekommen alle neuen Fernstudien ohne Mehrkosten dazu
- ★ Bestes Preis-Leistungsverhältnis
- ★ Aktualisieren Sie online jährlich Ihr Diplom um die Aktualität der Ausbildung hervorzuheben
- ★ Entfalten Sie Ihr volles Potenzial mit unserem Lehrgang zur Persönlichkeitsentwicklung exklusiv für Premium-Mitglieder
- ★ Gestalten Sie über unseren langjährigen Partner in Sachen EDV eine kostengünstige und repräsentative Homepage

- ★ Ihre professionelle Visitenkarte für Social Media. Gemeinsam kreieren wir mit Ihnen kostengünstig Ihr Werbevideo
- ★ Unterstützung auf dem Weg in die Selbstständigkeit mit unserem Online Gründerservice
- ★ Trainingsvideos für Ihre körperliche Fitness

→ Learn@Home  
**Premium** ★  
*nur 149 € / Monat*

12 Monate Mindestvertragsdauer –  
danach monatlich kündbar