

Mentale Stärke weitergeben

HKT-Instruktor-Kurs 2020

HKT-Instruktoren können selbstständig Anwendertrainings für das Heidelberger Kompetenz-Training (HKT) planen und durchführen.

Nach dem Besuch des HKT-Anwendertrainings besteht die Möglichkeit, HKT-Instruktor zu werden. Ziel des Instruktor-Kurses ist es, HKT-Anwendertrainings für andere Personen (Klasse, Schüler, Kursgruppe, Studierende, Sportmannschaft etc.) selbstständig anleiten und durchführen zu können. Teilnehmende erhalten dazu vertiefte theoretische Kenntnisse zum Training sowie ein erweitertes Repertoire an Methoden und Übungen. Zudem wenden die Teilnehmenden die Instrumente noch einmal persönlich an in Bezug auf ihre eigenen Ziele und in konkreten Anwendungssituationen im Kurs.

Zur Erlangung der Anerkennung HKT-Instruktor müssen zwei Anwendertrainings unter Supervision geleitet und dokumentiert werden. Diese eigenen HKT-Projekte und die Supervisionen sind in den Kursablauf integriert. Dies ermöglicht es den Teilnehmenden, ihre Instruktor-Anerkennung auch wirklich zu erlangen und sich in der HKT-Anwendung sicher zu fühlen.

Der Kurs erfüllt die Qualitäts-Richtlinien des Fördervereins FQHKT. (Details siehe letzte Seite) Es erwartet Sie ein abwechslungsreicher Kurs mit vielen Übungen und Materialien, welche Sie in ihren HKT-Anwendertrainings einsetzen können.

Inhalte des Instruktor-Kurses:

- Anwendertraining vertiefen und in verschiedenen Situationen einsetzen
- Vertiefte theoretische Hintergründe für das MentalTraining
- Kennenlernen weiterer Übungen
- Anwendung für verschiedene Zielgruppen
- Planung und Durchführung von weiteren HKT-Projekten
Anwendertrainings gemäss dem **k**ontinuierlichen **V**erbesserungs**p**rozesses (KVP)



Bei psychischer Erkrankung oder Epilepsie verpflichten Sie sich, mit ihrem Arzt die Unbedenklichkeit einer Teilnahme an den DMT-Angeboten abzuklären.

September 2020

Achtsamkeit Entspannung Resilienz

mit den DMT Mentaltechniken



Die MentalTrainer trainieren
mentale Stärke nach dem
Heidelberger Kompetenz
Training HKT.

Kursübersicht

2 Tage Sa. 07. Nov. & So. 08. Nov.	Instruktor-Kurs Teil 1 Samstag 09.00 - 17.00 & Sonntag 09.00 - 15.00	2 Tage 7h 5h	Thomas Würz Markus D. Schnell
2 Tage Sa. 21. Nov. & So. 22. Nov.	Instruktor-Kurs Teil 2 Samstag 09.00 - 17.00 & Sonntag 09.00 - 15.00	2 Tage 7h 5h	Thomas Würz Markus D. Schnell
	Erstes Projekt Anwendertraining planen, supervidieren lassen, durchführen.		Markus D. Schnell
1 Tag Sa. 09. Jan. oder So. 10. Jan.	Instruktor-Kurs Teil 3 Sa. oder So. 09.00 - 15.00 Präsentation der Erfahrungen der ersten Anwendertrainings. Grobplanung des zweiten Trainings. Supervision der Planung des zweiten Trainings.	1 Tag 5h	Thomas Würz Markus D. Schnell
	Zweites Projekt Anwendertraining planen, supervidieren lassen, durchführen.		Markus D. Schnell
1 Tag im März	Zertifizierung & Abschluss Sa. oder So. 09.00 - 17.00	3/5h ev. DMT-Diplomvorgaben 3/5h	Thomas Würz Markus D. Schnell

Voraussetzung Voraussetzung für den Kursbesuch ist die Bereitschaft und die Möglichkeit in den vorgesehenen Zeitfenstern zwei Anwendertrainings im eigenen beruflichen oder privaten Umfeld durchzuführen und diese supervidieren zu lassen.

Ein abgeschlossenes HKT-Anwendertraining bei einem zertifizierten DMT-Partner ist zwingend notwendig. Zu Beginn des Kurses wird ein Training nach dem DMT-Standard absolviert.

Kursleitung Thomas Würz, zertifizierter HKT-Trainer, HKT-Instruktor CAS ^{PH Heidelberg} und DMT-Partner ^{Heidelberg}
Markus D. Schnell, zertifizierter HKT-Instruktor CAS ^{PH Heidelberg}

Kursdauer ca. 32 Std.

Kursort Im Kurslokal Laufen (Delsbergerstrasse 31, 4242 Laufen)

Kurskosten CHF 1032.- (CHF 1290.- Premiererabatt 20%)

Anmeldung Online via www.diementaltrainer.ch/ info@diementaltrainer.ch

Organisation DMT-Academy, Markus D. Schnell^{DMT-CEO} & Thomas Würz^{DMT-Partner HD}

Bei psychischer Erkrankung oder Epilepsie verpflichten Sie sich, mit ihrem Arzt die Unbedenklichkeit einer Teilnahme an den DMT-Angeboten abzuklären.

September 2020

DMT | Zielweg 14 | +41 (0)79 474 79 00
Markus D. Schnell | 4244 Röschenz | markus.d.schnell@diementaltrainer.ch



Achtsamkeit Entspannung Resilienz

mit den DMT Mentaltechniken



Die MentalTrainer trainieren
mentale Stärke nach dem
**Heidelberger Kompetenz
Training HKT.**

Instruktorenqualifizierung

Standard	HKT-Instruktorenqualifizierung
Ziele	HKT-InstruktorInnen können HKT-Anwendertrainings konzipieren und durchführen. Dabei berücksichtigen sie die theoretischen Grundlagen des HKT ebenso wie die HKT-Prinzipien und die Grundlagen der Projektgestaltung nach HKT und dem DMT-Standard.
Umfang	<p>Teil 1 Basisseminar</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Mindestens 30 Unterrichtsstunden verteilt auf mindestens 4 Tage <p>Teil 2 Praxistraining</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Aktive Durchführung von zwei HKT Qualifizierungsprojekten (Anwendertrainings) mit standardisierter Dokumentation ✓ Bescheinigte Supervision beider Projekte durch einen ausgebildeten HKT-Supervisor
Inhalte und Methoden	<p>Teil 1 Basisseminar</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Theoretische Grundlagen des HKT ✓ Analoge und digitale Methoden zur Vermittlung der 4 HKT Schritte ✓ Grundlagen der Projektplanung ✓ Outcome-orientierte Planung von HKT-Anwendertrainings ✓ Testing ✓ Vom HKT-Trainer unterschriebene Teilnahmebescheinigung <p>Teil 2 Praxistraining</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Durchführung zweier Projekte (Anwendertrainings) und Dokumentation nach den HKT KVP-Kriterien und dem DMT-Standard ✓ HKT-Projektsupervision (Planungs- und Evaluationssupervision)
Qualifizierung der Durchführenden	<p>Thomas Würz, DMT-Partner ^{Heidelberg}, zertifizierter HKT-Trainer, zertifizierter HKT-Supervisor & zertifizierter HKT-Instruktor CAS ^{PH Heidelberg}</p> <p>Markus D. Schnell, DMT-CEO, zertifizierter HKT-Instruktor CAS ^{PH Heidelberg} & angehender HKT-Supervisor</p>

Der Zeitraum zwischen der erfolgreichen Teilnahme am Basisseminar und der Abgabe der erforderlichen Unterlagen beträgt 6 Monate.

Im vorliegenden Kurs sind alle Elemente integriert, so dass mit Abschluss des Kurses in der Regel die Bedingungen für die Anerkennung als HKT-Instruktor durch den FQHKT e.V. erfüllt sind.

Mit der erlangten Zertifizierung zum HKT-Instruktor, kann eine Diplomarbeit eingereicht werden, um so den Status des **Dipl. MentalTrainer DMT** zu erreichen.

Bei psychischer Erkrankung oder Epilepsie verpflichten Sie sich, mit ihrem Arzt die Unbedenklichkeit einer Teilnahme an den DMT-Angeboten abzuklären.

September 2020