

DIPLOMERAD MENTAL COACH



Studieform: Distansutbildning

Beräknad utbildningstid: 9-12 månader

Målgrupp:

Du som vill arbeta med att stödja andra att må och prestera ännu bättre genom Mental Träning och Coaching. Det kan vara idrottare, ledare, chefer eller medarbetare. Allt fler blir medvetna om hur viktigt de *mentala processerna* är och är beredda att ta hjälp för att nå sina mål och drömmar.

Mål och syfte:

Utbildningen syftar till att ge kursdeltagaren kunskap och kompetens inom Mental Träning och Coaching. Vikt läggs också vid den praktiska kompetensen att kombinera dessa områden i arbete med klienter. Efter genomgången godkänd utbildning blir deltagaren *Diplomerad Mental Coach*.

Upplägg:

Teoretiska studier kombineras med praktisk tillämpningsträning. Detta innebär att litteraturstudier sammanfattas och reflekteras över i inlämningsuppgifter som skickas in till kurshandledaren. Dessutom ska en egen process i mental träning genomföras och dokumenteras. Slutligen ska minst två klientarbeten á minst 5h vardera genomföras och utvärderas av klienter.

Bedömning:

För diplomering krävs godkända inlämningsuppgifter, loggbok samt klientarbeten.

Deltagarstöd:

Kursdeltagaren får en personlig handledare som ger kontinuerlig feedback på inskickade uppgifter samt finns tillgänglig via mail under hela studietiden.

Detaljerad studiehandledning erhålls vid anmälan.

Utbildningskostnad:

16.500:-. För företag tillkommer moms.