

Heltetræner Aspirant

Den Hele Helt: Kursus for alle interesserede lærere og mentorer i Heltetræning.

Grundkursus om HELTESKOLEN: Forståelsen bag Heltetræningen.

Varighed: Ialt 3 måneder

To dage fra kl. 9.00 –15

En dag fra kl. 9-13

Eksamensdag ca. 2 måneder efter kursusstart.

Antal deltagere: min. 4 – max. 12

Sted: Afhænger af antal deltagere

NB, Afholdes kurset mere end en halv times kørsel fra København, vil der blive påregnet et kørselstillæg, som bliver lagt til kursusprisen

Pris: 6.500 kr. pr. deltager. I prisen indgår kursusmateriale, som senere kan bruges til Heltetræning på deltagerens arbejdsplads

Ønskes et seminar for min.5 personer på et andet tidspunkt end ovenstående, er dette også muligt.

1. Teori: Der vil være en grundig gennemgang af teorien omkring Heltetræning; fx aflæsning af kropsprog, gennemgang af de forskellige særpræg hos unge; de indadvendte og udadvendte. Deltagerne vil også få nogle redskaber til arbejdet med unge med forskellige problematikker.

2. Praxis: Heltetræningen for ”Den Hele Helt”.

Konflikthåndtering; opførsel og dannelse er nogle af omdrejningspunkterne i Heltetræning. Her vil I få nogle metoder, som nemt kan inkluderes i jeres daglige arbejde med de unge. Adfærdstræning med regler som motiverer og hjælper til at få bedre vaner; der regulerer særpræget. De unge vil lære at tune ind fysisk og mentalt og dermed blive bevidstgjorte, inden de går i gang med deres opgaver.

Heltetræning; kurset vil også omhandle kropsøvelser, der kan skabe ro og koncentration i kroppen – særligt anvendeligt i et undervisningsmiljø og i forhold til unge med diagnoserne ADHD, OCD, Tourette, asperger og adfærdsproblematikker.

3. Heltetesten: 3 måneder efter kursusstart er der Heltetest. Her vil deltagerne modtage deres certifikat som Heltetrænere, hvilket gør det muligt for deltagerne at lave Heltetræning på deres arbejdsplads

OBS: Dette kursus er kun til brug i egen skole, efterskole, gymnasium m.v.