

Opleiding tot Vitaliteitscoach

Stress en burnout effectief helpen voorkomen en herstellen?

In deze heldere opgebouwde 8 daagse opleiding leert u alles wat u nodig heeft om mensen te begeleiden van stress, vermoeidheid en burnout naar vitaliteit, productiviteit en ontspannenheid.

Wij hanteren een methode 'Beter Vitaal'. Dit is een methode die alle aspecten van stress, ook de fysieke aanpakt. Burnout is in onze optiek vooral een neuro-hormonale ontregeling en een ontregeling van de glucose spiegel. Wij grijpen direct in om eerst fysiek herstel te verkrijgen, om daarna de oorzaken te analyseren en naar gedragsveranderingen en/of koersverandering toe te werken.

Lichamelijk: Herstel van de hormonale/neurologische balans middels een uitgekiend dieet en specifieke voedingssupplementen.

Psychisch: Opheffen van emotionele blokkades, acceptatie en verwerking.

Gedragsmatig: Inzicht in eigen persoonlijkheid en valkuilen die stress veroorzaken.

Zingeving: Een vitaliserende levensrichting en levensstijl kiezen.

Werkwijze:

Om goede resultaten te behalen, is het wenselijk om als coach over een methodiek te beschikken die verder te gaat dan de verbale en mentale methodiek. De cliënt is immers vermoeid en/of gestrest en weet zelden wat daar precies de oorzaak van is.. Daarom leert u werken met een vitaliteitsscan, waardoor u als coach direct de vinger op de zere plek legt! Tijdens de lesdagen zal deze methode nauwkeurig getraind worden. U ontvangt een uitgebreide syllabus en een cd-rom met praktische werkbladen voor de klant.

Voor wie?

De opleiding richt zich op coaches, fysiotherapeuten, haptonomen, therapeuten en andere professionals, die affiniteit hebben met vitaliteitsbegeleiding. In een vrijblijvend intake gesprek wordt van beide kanten bekeken of de opleiding tot Vitaliteitscoach een passende keuze is.

Begeleiding:

De begeleiding is in handen van **Christine Bekkenkamp**: coach, trainer, natuurgeneeskundig therapeut, kinesioloog en stressconsultant.



Opleiding tot Vitaliteitscoach

Inhoud van de opleiding:



Elke lesdag bestaat uit een blok theorie en een blok praktisch werken.

- Dag 1 Vitaliteit en stress: wat is burnout? Stress meten en thematiek duiden.
- Dag 2 Leefstijl, voeding en beweging. Motiveren en begeleiden naar een vitaliserende leefstijl.
- Dag 3 Orthomoleculaire voeding. Screenen van vitaminen-/mineraaltekorten.
- Dag 4 Emoties, behoeften en overlevingspatronen. Bewust maken van valkuilen en in balans brengen van emoties.
- Dag 5 Neurologische balans, concentratie en flow. Testen van zenuwstelsel en neurotransmitters.
- Dag 6 Chakra ontwikkeling. Testen en in balans brengen van chakra's.
- Dag 7 Burnout en re-integratie. Opzetten van vitaliteitplan.
- Dag 8 Praktische toets en certificering.

Wanneer en waar?

Start 1 keer per jaar in november

De locatie van de opleiding is: **Conferentiecentrum Beukenrode**
Beukenrodelaan 2 3941 ZP Doorn



Kosten:

De kosten voor de opleiding bedragen € 3.200,- (vrij van btw). Dit is inclusief lunch, lesmap en testdoos. Bijkomende kosten: de verplichte boeken en eventueel een extra testdoos.

Certificering en Erkenning:



U ontvangt een certificaat nadat u met goed gevolg de praktische toets heeft afgelegd. Dit certificaat wordt erkent door de ABVC (Algemene Beroepsvereniging voor Counseling). Sommige ziektekostenverzekeraars vergoeden de consulten van coaches die aangesloten zijn bij de ABVC.



Door de NOBCO wordt voor deze opleiding 13 PE punten toegekend.



Toelating en aanmelding:

Aanmelding vindt plaats door het invullen opsturen van het inschrijfformulier op onze website. Indien u interesse heeft voor deze opleiding, kunt u een afspraak maken voor een kosteloos gesprek met Christine Bekkenkamp te Driebergen. Zie gegevens hieronder.