

2025/26

LEHRGANG ZUM*ZUR

DIPL. MENTALTRAINER*IN MENTAL COACHING

MENTALTRAINING

SIE MÖCHTEN…

… Ihren Tätigkeitsbereich um Mentaltraining erweitern?
… sich selbst weiterentwickeln?
… Ängste überwinden, Selbstvertrauen aufbauen?
… mentale Strategien in Ihrem täglichen Leben einsetzen?
… eine noch charismatischere Ausstrahlung entwickeln?
… auf tägliche Herausforderungen im Job oder Privaten angemessen reagieren?
… mehr über sich selbst herausfinden?
… Ihre Vision, Ihre Ziele finden und konsequent verfolgen?
… Ihre Kommunikation verbessern?
… Menschen und ihr Verhalten besser verstehen lernen?
… sich als Mentaltrainer*in selbstständig machen?
… Menschen dabei behilflich sein, ihre Ressourcen, Kompetenzen zu finden und diese auszuschöpfen?
… Menschen unterstützen, belastende Gedanken aufzuarbeiten?
… limitierende Glaubenssätze finden und aufarbeiten?
… Menschen dabei begleiten, ihre Ziele zu finden, zu definieren, zu verfolgen und schließlich zu erreichen?
… Menschen bei der Visions- bzw. Sinnfindung zur Seite stehen?
… Menschen helfen, ihr Selbstvertrauen zu stärken?
… Menschen dabei behilflich sein, mentale Blockaden zu lösen?
… Kommunikations-Muster finden und überprüfen?
… Menschen dabei unterstützen, ihr Selbstvertrauen zu stärken?

Dann ist dieser Lehrgang genau richtig für Sie!

Immer mehr Spitzensportler,*innen Politiker*innen, Künstler*innen und Top-Manager*innen setzen in diesen Zeiten auf Mentaltraining. Bedeutung und Bekanntheit nehmen aus diesem Grunde rasant zu; Techniken und Möglichkeiten entwickeln sich in ungeahnte Dimension. Dabei handelt es ich beim Mentaltraining beileibe um keine neue Disziplin.

Die unglaubliche Dimension und Wichtigkeit von mentaler Stärke wurde lange Zeit völlig unterschätzt. Eine Nachlässigkeit, kommt es doch vorrangig darauf an, mit welcher Vision und Energie, mit welchem Antrieb und Selbstvertrauen, welcher Beharrlichkeit und Ausdauer man an seine Unternehmung herangeht.

Die Tätigkeit als Mentaltrainer*in, ist nicht nur eine äußerst wichtige, bedeutsame, sondern auch eine höchst erfüllende.

CURRICULUM

Datum	Modul	Inhalte	Preis
13. und 14.3.2027	Modul 1 |	Einführung| Erfolg ist Kopfsache | Mindset | Empowerment | Ziele	390,-
	Modul 2 |	Positive Psychologie| Macht der Gedanken | Neurowissenschaft angewandt	
24. und 25.4.2027	Modul 3 |	Ressourcenorientierung | Motivation | Kommunikation 1	390,-
	Modul 4 |	Realitätsgestaltung |Wahrnehmung	
26. und 27.6.2027	Modul 5 |	Das innere Team | Angst | Glück und Glücksforschung	390,-
	Modul 6 |	Visualisieren | Mentale Grundlagen Techniken (Atemlenkung, progressive Muskelentspannung, Autogenes Training)	
11. und 12.9.2027	Modul 7 |	Emotionen | Stärkenarbeit | Selbstwert	390,-
	Modul 8 |	Einstellung| Haltung | Embodiment | Mimik Resonanz	
23.10.2027 24.10.2027	Modul 9 |	Ziele und SINN | Stärken | Charisma	390,-
	Modul 10 |	Innere Stärke | Flow und Achtsamkeit| Stressmanagement | Gewerberecht	
4.12.2027 5.12.2027	Modul 11 |	Kommunikation 2 | Gruppendynamische Prozesse | Team Building	390,-
	Modul 12 |	Interventionen | Training Tools | Praxis	
	FINALE	Abschluss| Präsentation Diplomarbeit | Experten Gespräch	120,-

Bei einmaliger Zahlung bis 4 Wochen vor Ausbildungsbeginn investieren Sie in Ihre Ausbildung nur € 2300,- statt €2.480,-
Ratenzahlung nach Absprache möglich: 4 Raten zu je €650
Exklusive Prüfungsgebühr
Platz ist fixiert, sobald die Zahlung eingegangen ist.

Seminarzeiten:
Freitag: 14 – 20 Uhr
Samstag: 09 –17 Uhr
Sonntag, Feiertag: 09 –17 Uhr

Ort: amēyo Institut, Purkersdorfer Straße 18, 3100 St.Pölten
IBAN: AT40 3258 5001 0442 9742
BIC: RLNWATWWOBG

ÜBER MICH
Dipl.-Ing. Andrea Priesner, MSc, CMC



LEHRGANGSLEITUNG

Akademische Psychologische Beraterin
Master of Science in Beratungswissenschaften
Dipl. Mentaltrainerin
Master Mentaltrainerin
Dipl. Kinder Mentaltrainerin
Akademische Systemische Beraterin
Lebens- und Sozialberaterin
Certified Management Consultant
Zertifizierte Vertriebsleiterin
Akademische Systemische Aufstellungsleiterin
Hypnose Trainerin

Die berufsbegleitende Ausbildung wurde von Andrea Priesner selbst entwickelt und ist zur Gänze aus ihrer beruflichen Praxis und ihren Studien heraus entstanden.
Nach ihrem Studienabschluss war sie bis 2001 als Beraterin bei IBM Österreich, von 2001 bis 2013 bei Porsche Austria als IT- und Organisationsberaterin und später als Gebiets-Vertriebsleiterin der Marke Audi tätig.
Viele Jahre hat sie im Zuge der Beratungstätgkeiten auch im Ausland verbracht und konnte dort zahlreiche Erfahrungen im Bereich Führungskräfte Coaching und Unternehmensberatung sammeln. Mit diesem Erfahrungsschatz machte sie sich schließlich 2013 als systemische Unternehmensberaterin und Führungskräfte Coach selbstständig. Seitdem arbeitet sie auch als Mentaltrainerin, Mental Coach und später, nach ihren zahlreichen Ausbildungen im Bereich Psychologie, Beratung und schließlich ihrem Postgraduate Masterstudium, als psychologische Beraterin in ihrer eigenen Praxis in St.Pölten.

Aus ihren gesammelten Erfahrungen entstand eine höchst praxisbezogene Ausbildung zum*r Dipl. Mentaltrainer*in. Andrea Priesner wird dabei persönlich das Mentorship der Teilnehmer übernehmen und lässt in der Ausbildung tief in den Methodenkoffer blicken. Sie setzt dabei vor allem auf praxisnahe Umsetzbarkeit der Inhalte und höchste Qualität in der Ausbildung.

Nach der Teilnahme an 12 Ausbildungs-Modulen in 2 Semestern, wird im Rahmen einer kommissionellen Abschlussprüfung die Diplomarbeit präsentiert und bei positivem Abschluss feierlich das Diplom zur Mentalrainerin, zum Mentaltrainer überreicht.

BERUFSBILD MENTALTRAINER*IN

Mit dem Diplom zum*r Mentaltrainer*in sind Sie methodisch in der Lage, im Eins zu Eins Setting oder im Mehr-Personen Setting mit Ihren Klient*innen zu arbeiten.
Die Ausbildung ist genau darauf ausgerichtet, Sie vorzubereiten um sofort starten zu können. Sie bereitet Sie für diese wertvolle, anspruchsvolle, erfüllende Arbeit bestmöglich vor.
Selbsterfahrung steht in diesen 2 Ausbildungs- Semestern im absoluten Vordergrund, denn nur, was man selbst erlebt und erfahren hat, kann man authentisch und wirksam weiter geben.

AUSBILDUNGS-DAUER

Nach der gesamt 465 Zeiteinheiten umfassenden Ausbildung werden Sie mit einem wertvollen Methodenkoffer und zahlreichen Übungsstunden höchst professionell an diese neue Aufgabe herangehen und Ihren Klienten in Ihrer eigenen Praxis hilfreich und unterstützend zur Seite stehen.

135	ZE	Vor Ort
240	ZE	Selbststudium
20	ZE	Praxisstunden
20	ZE	Peer Gruppen Arbeit
50	ZE	Selbsterfahrung



AUFBAU LEHRGANG: DIPL. AROMA-MENTALTRAINER*IN

Zusammengesetzt aus den beiden Lehrgängen: Dipl.Mentaltrainer*in und Aroma Fachberater*in wird in 8 Modulen die wertvolle Arbeit mit ätherischen Ölen und das Wissen über die Psychologie miteinander vereint und ein neues Beratungsfeld geschaffen, welches die unglaubliche Kraft beider Disziplinen vereint und Ihr Portfolio auf höchste Qualität für Ihre Klienten erweitert.
Bereits absolvierte Ausbildungen zum Aroma Fachberater werden, nach einem kurzen Wissens-Check, angerechnet.

MENTALTRAINER*INNEN

LEITBILDER

HALTUNGEN

Lösungen & Perspektiven

Eine sehr wichtige Haltung als Mentaltrainer*in ist es, zusammen mit den Klienten lösungsorientiertes Denken zu generieren. Mit dem Sprechen über Probleme, lenkt man die Sichtweise auf Probleme. Das Betrachten der Lösungen, richtet auch den Fokus auf Lösungen. Die Klient*innen einzuladen, zusammen einen Schritt zurückzutreten, das Thema einmal aus einer anderen Perspektive zu betrachten.

Ressourcen

Als Mentaltrainer*in sucht und betrachtet man stets die Ressourcen, die Klient*innen mitbringen. Welche hilfreichen Strategien gibt es? Welche Muster sind zu erkennen? Eine wichtige Haltung, die sich daraus ergibt ist das Vertrauen in vorhandene Ressourcen. Man muss sie lediglich finden, erkennen und schließlich bewusst machen. Die Klientinnen tragen stets die Lösungen schon in sich. Man ist nur behilflich, dass sie diese auch finden.

Mindset

Welche Qualität haben die Gedanken? Welche Wortwahl trifft man im Denken?
Gedanken, die Art und Weise wie man mit sich selbst spricht, haben Einfluss auf die gesamten Körper-Abläufe, auch auf das Erscheinungsbild des Körpers. Gedanken bestimmen unsere Gefühle. Wie nimmt man hier das Ruder in die Hand? Wie greift man positiv in diesen Kreislauf ein? Vielleicht eins der wichtigsten Felder im Mentaltraining, das Mindset, die Gedanken zu hinterfragen, gegebenenfalls hier etwas zu verändern.

Realität

Gibt es diese eine Realität, diese eine Wahrheit? Wenn ja: Wer hat Recht? Wer sieht die Welt „richtig“? Wer liegt falsch? Kann man eine Situation überhaupt richtig oder falsch sehen?
Welch wichtige Rolle Konstruktivismus spielt, wird bei der Beantwortung dieser Fragen deutlich. Eine der Leit-Haltungen im Mentaltraining: Neutralität, das Wissen über Konstruktivismus und die Betrachtung der Dinge aus verschiednen Perspektiven.

ANMELDUNG ZUR AUSBILDUNG: DIPL. MENTALTRAINER*IN

Bitte senden Sie die ausgefüllte Anmeldung per Post oder eingescannt per Email an priesner@ameyo.at Zusammen mit einem Lebenslauf und einem kurzen Motivationsschreiben.

Frau ☐ Herr ☐ Titel: _____

Name, Vorname: _____

Straße, Hausnummer: _____

PLZ, Wohnort: _____

Telefon./.Mobil: _____

E-Mail: _____

Geburtsdatum: _____

Abweichende Rechnungsadresse: _____

☐ Hiermit melde ich mich verbindlich für die Ausbildung zum*r Dipl. Mental Trainer*in an.

☐ Starttermin:

Konditionen (Zahlungsvereinbarung bitte ankreuzen):

☐ Gesamtbetrag € 2480 inkl. Ust bis max. 8 Tage vor Kursbeginn

☐ Frühbucherbonus: € 2300 bis max 4 Wochen vor Kursbeginn

☐ 4 Teil Raten zu € 650,- inkl. Ust, 1. Rate: Bei Anmeldung, letzte Rate zum Modul 9

Anmelde-/Zahlungsbedingungen:

Angebot/Anmeldung

Ihre Anmeldung ist verbindlich, sobald Sie von uns schriftlich per E-Mail oder per Post bestätigt wird.
Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

Konditionen

Die Kursgebühren bei öffentlichen Seminaren verstehen sich pro Teilnehmer*In. In den Gebühren sind sämtliche Seminarunterlagen sowie die Leistungen der Trainer*Innen enthalten. Die Seminargebühren sind, vorbehaltlich einer anderen Vereinbarung zwischen Institut und Teilnehmer*In, bis spätestens 10 Tage vor Kursbeginn zu entrichten.

Absagen/Stornierungen

Sie haben die Möglichkeit unter bestimmten Voraussetzungen von dem Vertrag zurückzutreten (Storno). Nach erfolgter Anmeldung und bis zu 2 Wochen (14 Tage) vor Ausbildungsbeginn werden unabhängig der erfolgten Ratenvereinbarung 50% der Teilnahmegebühren in Rechnung gestellt. Ab einer Stornierung von 2 Wochen (14 Tage) vor Ausbildungsbeginn wird der Gesamtbetrag in Rechnung gestellt. Bei einem von Ihnen veranlassten Abbruch einer bereits laufenden Ausbildung bzw. Seminar wird die Ausbildung bzw. das Seminar vollständig in Rechnung gestellt. Im Krankheitsfall oder wegen sonstiger Verhinderungen kann der Stoff mit Unterstützung des Institutes nachgeholt werden. Es gelten die zum Zeitpunkt des Kurses aktuellen Covid-19 Bestimmungen.

Kursunterlagen/Copyright

Alle Rechte an Seminarunterlagen, Vervielfältigungen und Nachdrucken, auch auszugsweise, liegen bei Andrea Priesner, amëyo Institut.
Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen. Die gültige Version der allgemeinen Geschäftsbedingungen finden Sie auf der Website www.ameyo.at außerdem auf Anforderung erhältlich
Es gelten die jeweils aktuellen COVID-19 Verordnungen.

Wie sind Sie auf die Ausbildung aufmerksam geworden? _____

Ort, Datum, Unterschrift: _____

FALLS DU AUF EIN ZEICHEN WARTEST…

Das ist es!

NICHT LÄNGER WARTEN,
gleich starten!

2027 IST DEIN JAHR!

ameyo
INSTITUT FÜR
AUS- UND
WEITERBILDUNG