



vct sport[®]

Ausbildung zum VCT SPORT PROFILER.
VCT MENTALTRAINER. Charakteranalyse.

Copyright aller Seiten: Heiko Hansen, dsbi, Bad Bramstedt, www.dsbi.de, www.vct-sport.de



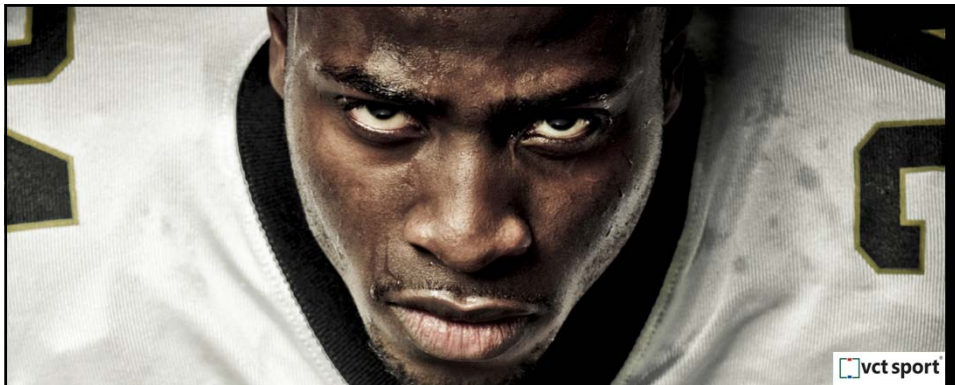
Das ganze Leben lernen

„Grundsätzlich kann man alles, was man gelernt hat,
neu lernen, durch neues Lernen verändern.“

Allerdings ist es manchmal schwerer, etwas zu
verlernen, als etwas neu zu lernen.“

Zitat: Martens & Kuhl, 2005, S.79

vct sport



VCT Sport® - Typkonzentrierte Analyse und Beratung von Spielern und Trainern

Die beWEGende Strategie – Talente mit Charakter entwickeln

Sportliche, persönliche und mentale **ZIELE**

Anspruch: CHARAKTER – **AUSBILDUNG** – PROFESSIONALITÄT

ERFOLG

MUT ZUR NACHHALTIGKEIT. QUALITÄT BRAUCHT ZEIT.

Copyright: Heiko Hansen, dsbi



Ausbildung

VCT Profiler.

VCT Mentaltrainer.



VCT SPORT® PROFILER

Basis

- VCT Diagnostik
- VCT-Auswertungsgespräch gekonnt durchführen
- 4 x VCT Sport®-Freitest
- 3 intensive Supervisionsgespräche zu eigenen VCT Analysen
- Persönlichkeitsanalyse und praktische Anwendung des VCT Sport®
- Charakterbildung und -entwicklung
- PSI-Theorie von Prof. Dr. Julius Kuhl (Uni Osnabrück) inkl. Theorie von C.G. Jung
- Die vier Dimensionen und 16 Charaktere
- Emotionen
- Neurobiologie und Motivationspsychologie

Supervision

- Analyse interessanter Profile
- Teamanalyse mit VCT Sport®
- Halbzeitansprache
- Teamformel: ICH / DU / WIR
- Teamtangente: Trainer, Kapitäne und Mannschaft
- Teamvertrag, Teamziele
- Einsatz von Mannschaftsteilen (Abwehr, Mittelfeld, Sturm) in Arbeitsgruppen
- Wirkung von Vereins- und Mannschaftskulturen



Copyright: Heiko Hansen, dsbi



VCT Mentaltrainer inkl. VCT Sport® Profiler

Modul 1

MENTAL STARK

- Sportpsychologie
- Das Selbst, das Ich
- Identität, Werte, Glaubenssätze und Motivation
- Ziele setzen und Erfolg
- Logische Ebenen
- Mentale Techniken
- Wettkampfeinstellung Vorbereitung; Skript
- Mentale Videostudie

Modul 2

Stresstraining und Blockaden

- Die Macht der Emotionen
- Emotionale Wettkampfstabilität
- Atem-Kontrolltechnik
- Angst und Versagen
- Stress und Blockaden verstehen, regulieren
- Wingwave®-Technik im Sport (1 Tag)
- EFT-Klopftechnik

Modul 3

Trancen und Suggestionen

- Hypnotische Sprache und Meta-Modell nach Milton Erickson
- Trance: Worte und ihre Wirkungen
- Direkte und permissive Induktionen
- Diverse Tranceinduktionen
- Trancetest
- Suggestionen und posthypnotische Induktion
- Konfusionstechnik
- Aktiv-Wach-Hypnose



Copyright: Heiko Hansen, dsbi



Seminare

VCT Mental.
Neurotraining.




VCT MENTAL NEUROTRAINING

<h3>VCT MENTAL</h3> <p>Einsteigerseminar für Trainer, Sportler, Manager TN-Gebühr: 750 Euro</p> <p>Tag 1-2 Charakterbildung und VCT Sport® inkl. Diagnostik</p> <p>Tag 3 Wahrnehmung und Neurokinetik Emotionen und Blockaden</p> <p>Tag 4 Stressregulation, Motivation und Glaubenssätze</p> <p>Tag 5 Positives Selbstgespräch, Wettkampf-Skript, Visualisierung</p> <p><i>Seminar wird auf VCT Mentaltrainer angerechnet</i></p>	<h3>NEUROTRAINING</h3> <p>Übungen sind sofort ins Training übertragbar TN-Gebühr: 500 Euro</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Zahlreiche gehirnkinetische Übungen▪ Augendominanz▪ Wahrnehmung, Sinne und Bewegung▪ Wahrnehmung und mentale Prozesse▪ Wahrnehmung und kreatives (Mental)- Training <p><small>Copyright: Heiko Hansen, dsbi</small></p>
---	---




VCT SPORT® Diagnostik

Weltweit einzigartiger Charaktertest
und systematisches Mentalprogramm



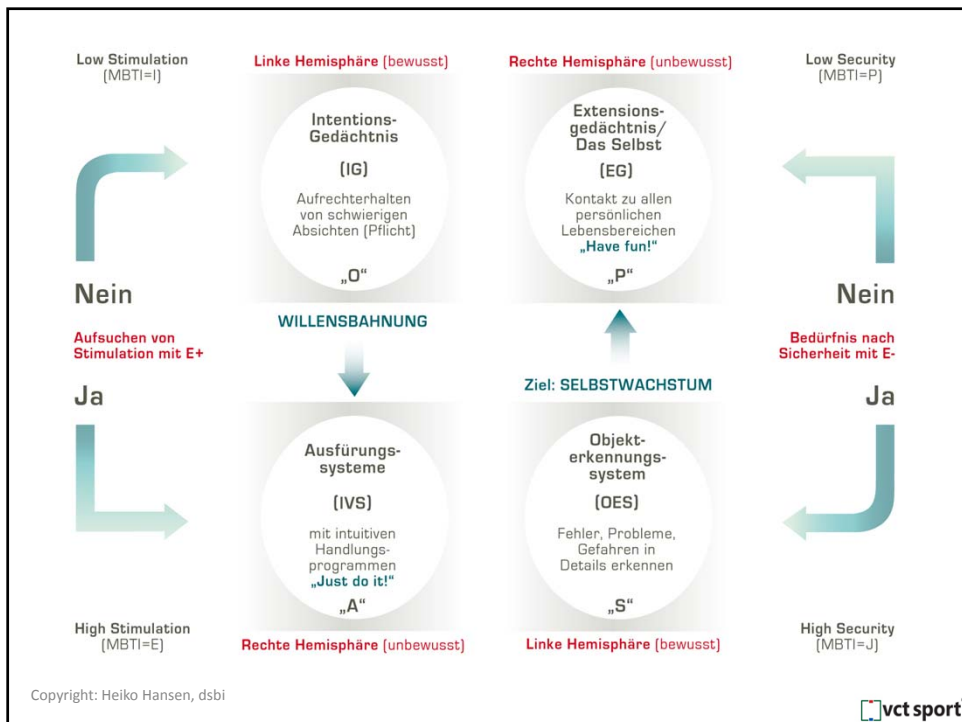
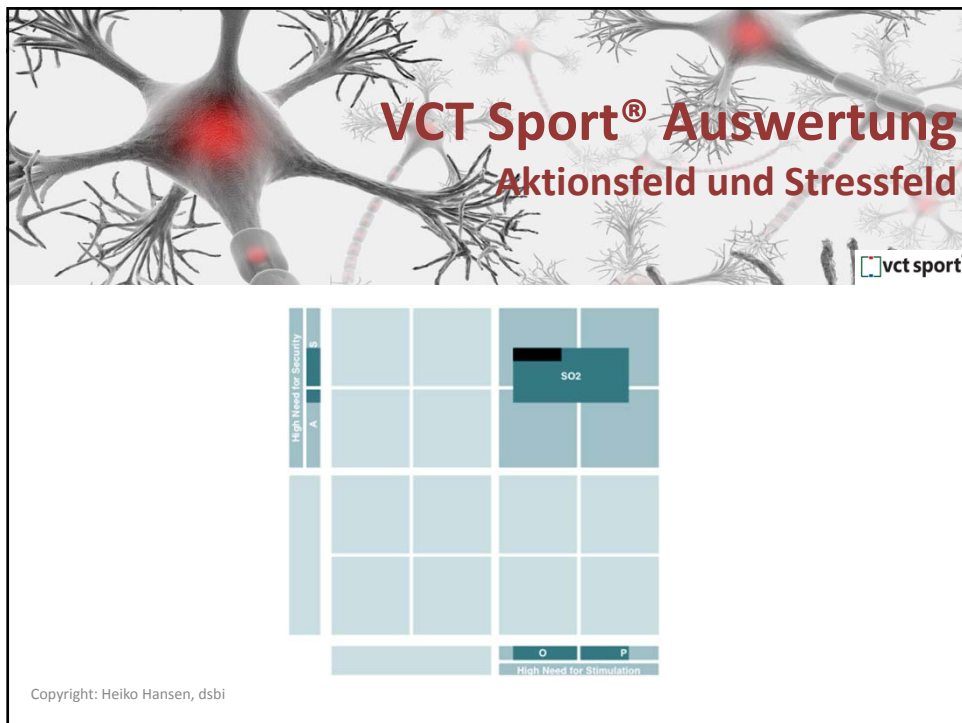
VCT Sport® Auswertung

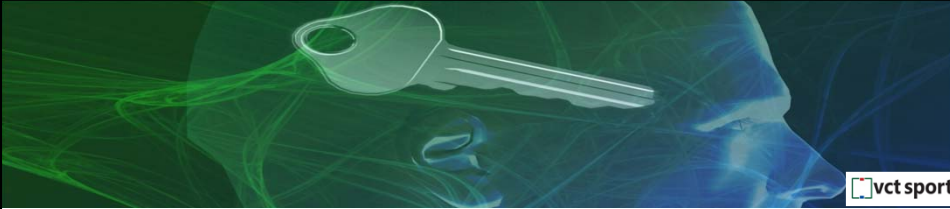


Niedriges Bedürfnis nach Sicherheit niedrig Si=24	
	Hohes Bedürfnis nach Stimulanz hoch St=97
S S=40	A A=36
O O=67	P P=65

Copyright: Heiko Hansen, dsbi

- VCT Sport® ist ein impliziter Wahrnehmungstest, der **weltweit** als einziger Persönlichkeitstest, die unterschiedlichen Wahrnehmungsdimensionen, u.a. anhand grafischer und farblicher Symbole, auswertet.
- VCT Sport® ist weltweit der einzige Persönlichkeitstest, der die Charaktereigenschaften von Menschen über unbewusstes und bewusstes Wahrnehmen und Handeln bestimmt.
- VCT Sport® macht das unbewusste SELBST bewusst.** Man geht heute davon aus, das bis zu 95% unbewusst wahrgenommen und gehandelt wird. Explizite Tests messen das bewusste Wahrnehmen.
- 28seitiger Report über Charakterstärken und Schwächen, Führungs-, Stress-, Team- und Konfliktverhalten, Handlungsschnelligkeit, emotionale Reaktionen, Kommunikation.





Willenshemmung	Selbsthemmung
Handlungssteuerung „O“ (1. Modulation)	Selbsterfahrung „P“ (2. Modulation)
<p>Ausführungsaufschub Warten auf den richtigen Zeitpunkt zur Handlungsausübung bzw. warten für eine bessere Lösung. Die Interaktion zwischen O und A wird gemindert, gehemmt.</p> <p>Zu viele Ziele mindern die Handlungsenergie.</p> <p>Gefahr: Übermaß an Selbstbeherrschung Aufschieben - zu lange warten, Vergesslichkeit, Schwunglosigkeit, Depression, Unterdrückung von Bedürfnissen, negative Selbstmotivierung (inkl. Verlust der Begeisterungsfähigkeit)</p>	<p>Bedrohung Negative Lebenserfahrungen, -umstände hemmen die Selbsterfahrung. Zu hohe Selbstkontrolle und zu hohe Hemmung von positiven Affekten.</p> <p>Gefahr: Verlust der Selbstregulation u.a. Grübeln, negative Emotionalität, Konformität, Belastungen und Lähmungen, Entfremdung, Rigidität, Introjektionsneigung (abnehmende Fähigkeit eigene Motivationen durch-, umzusetzen).</p> <p>Beide Hemmungen sind bei der Bewältigung von schwierigen Situationen notwendig. Aushalten können.</p>

Copyright aller Seiten: Heiko Hansen, dsbi, Bad Bramstedt, www.dsbi.de, www.vct-sport.de



16 Spielertypen

Charakterkern	Spielverständnis	Motivation
SO – Arbeiter	Sicherheitsspieler, Taktiker, Disziplin verantwortungsbew., Ergebnis zählt	1 Sicherheitsorientiert
SP – Teamplayer	Teamspieler, Geduld, Entwicklung, Kommunikator, braucht Kampfgeist	2 Ergebnisorientiert
AO – Dominate	Wirkungsspieler, Dominanz, Kapitän Spiel formend, Strategie, eigen, Fighter	3 Unabhängigkeitorientiert
AP - Kreative	Kreativspieler, Optionen, mutig spielen, Optimist, instinktiv, integrativ	4 Freiheitsorientiert

Copyright: Heiko Hansen, dsbi



Christoph Metzelder (Schalke 04)


"Erstaunlich, wie genau der VCT Sport meine Persönlichkeit widerspiegelt. Die Ergebnisse liefern konkrete Hinweise, wie man sich als Spieler weiterentwickeln kann. Auch die Teamdynamik kann mit Hilfe des Tests optimiert werden."



Der Weg zum Sieg
Optimale Leistungssteigerung durch Charaktertraining

von Hansen/Mikoleit/
Spreckels/Westbrock

Copyright: Heiko Hansen, dsbi



Heiko Hansen
Senior-Businesscoach,
Mentaltrainer,
u.a. 5 Box-Weltmeister

Holsatenallee 21a,
24576 Bad Bramstedt
04192 . 8191455
0157 . 71727311
heiko.hansen@dsbi.de
www.dsbi.de
www.vct-sport.de

