

Anlage Kompetenzen

zum Zertifikat: Psychologischer und Systemischer Coach

Zeitstunden:

Unterrichtseinheiten (UE): 820
1 Unterrichtseinheit entspricht 45 Minuten

Aufteilung der Unterrichtseinheiten:

420 UE Präsenzunterricht
davon 200 UE Praxiseinheiten
400 UE angeleitetes Selbststudium,
Prüfung und Wissenstransfer

Meta-Kompetenzen

- Systemische Haltung und systemisches Denken
- Gewaltfreie Kommunikation
- Ethik und Professionalität
- Führungskompetenzen
- Coaching-Mindset
- Coaching-Methoden und -Techniken
- Anwendung von Mediations- und Supervisionstechniken
- Ängste und Persönlichkeitsentwicklung

Nachweis über folgende Kompetenzen erbracht:

- Verständnis psychologischer Theorien
- Selbstreflexion und Analyse
- Verständnis von Persönlichkeitsstörungen
- Umgang mit Abwehrmechanismen
- Anwendung von Coaching- und Kommunikationsmodellen
- Systemische Hypothesenbildung
- Schattenarbeit und Glaubenssätze
- Umgang mit Burnout und Resilienz
- Teamdynamiken und Rollenverteilung
- Konfliktcoaching und Mediationstechniken
- Therapeutische Methoden im Coaching
- Coaching-Interventionen
- Spirituelle Konzepte im Coaching
- Embodiment und Psychosomatik
- Praktische Supervision
- Rollenklarheit und Prozessberatung
- Rollenklarheit und Prozessberatung
- Persönlichkeitsstrukturen und Entwicklung
- Systemische Beratung
- Kommunikations- und Zuhörfähigkeiten
- Psychologisches Fachwissen
- Psychopathologie
- Lebenslanges Lernen
- Gewaltfreie Kommunikation

zum Zertifikat: Psychologischer und Systemischer Coach

Entwicklung und Selbstreflexion

Konstruktivismus · Radikaler Konstruktivismus · Watzlawicks & Piagets Beiträge
Kunstinterpretation · Analytisches Brainstorming in Kleingruppe (KG) · Selbstreflexion
Entwicklungspsychologie · Strukturmodell nach Freud · Abgrenzung Freud/Adler/Piaget
Lernen und Verhalten · Doppelbindungstheorie · Pädagogische Ansätze · Ermutigung
nach Dreikurs · Spielerische Konzeptentwicklung · Ich-Illusion · Achtsamkeitsübung
Rollenspiel oder Fallbeispiel · Selbstanalyse · Rückschau Unbewusstsein · Freie
Assoziation

Tiefenpsychologie und Persönlichkeitsentwicklung

Charakterzüge · Minderwertigkeitsgefühle · Geschwisterkonstellation · Wesen &
Entstehung Charakter · Abwehrorganisation · Affekte & Temperamente · Big 5 trifft Adler &
Reich · Neurotisches Verhalten · Abgrenzung Neurose / Psychose · Verdrängung
Lebenslinie · Ursprung nach Adler · Narzissmus (Primär, Sekundär, Ego-Ideal)
Zwanghaftigkeit · Ängste · Abwehrmechanismen · Instanzenmodell und Eisbergmodell
nach Freud · Persönlichkeitsstörungen · ICD/DSM · Narzisstische Persönlichkeitsstörung
Histrionische Persönlichkeitsstörung · Passiv-Aggressive Persönlichkeitsstörung
Zwanghafte Persönlichkeitsstörung · Selbstunsichere Persönlichkeitsstörung

Angst und Persönlichkeitsstrukturen

Grundformen der Angst · Angst vor Selbsthingabe · Persönlichkeitsstrukturen · Antinomen
des Lebens · Wandlung und Selbstwerdung · Notwendigkeit von Veränderung

Kommunikation und Systemisches Denken

Metafaktoren der Sprache · Filter · Metamodell der Sprache · Kommunikationsquadrat
Sender-Empfänger-Modell · Explizite und Implizite Botschaften · Kommunikationsstile
nach Schulz von Thun · Transaktionsanalyse · Ich-Zustände · Ablauf von Transaktionen
Lebensgrundpositionen · Drama Dreieck · Gewaltfreie Kommunikation (GFK)
Systemisches Denken · Soziales Atom: Kommunikationsmuster systemisch visualisieren

Motivationspsychologie und Ethik

Motivation · Motivationstheorien (Maslow, Herzberg) · Sinnfindung & Selbstverständnis
Werte & Ethik · Existenzanalyse/Logotherapie · Selbstwert · Kognitive Dissonanz · Ethik im
Coaching · Verantwortung Coach & Coachee · Dopamin & Motivation · Einsamkeit vs.
Alleinsein · Sucht als "Erlösung" · Digitale Ethik · (Un)Social Media · Medienkompetenz
Verlust von Arbeitsplätzen

Anlage Module

zum Zertifikat: Psychologischer und Systemischer Coach

Selbstentwicklung und Schattenarbeit

Glück · Belohnungssystem im Gehirn · PERMA-Modell · Beziehungen als Schlüssel
Verantwortung · Opferrolle · Schatten · Projektion · Introjektion · Schattenkonzept nach
C.G. Jung · Trigger · Entstehung Schatten · Umgangsformen mit Schatten · Glaubens-
sätze & Überzeugungen · Die 5 inneren Antreiber · REVT · The Work · Wenn-Dann-Sätze

Arbeitspsychologie und Teamarbeit

Burnout · Überforderung und Stress · Physiologische Hintergründe · Burnout · Resilienz
Psychologie des Geldes Bedeutung finanzieller Freiheit · Geld als Projektionsfläche
Innere Kündigung · Mut im Beruf · Arbeiten in Teams Tuckman-Modell · Rollen nach Belbin
Dysfunktionen von Teams · Lebenslanges Lernen · Flow · Agilität · Trello (Kanban) Stand-
Up-Meetings · Mentimeter · Canva

Therapeutische Ansätze und Interventionen

Verhaltenstherapie · Tiefenpsychologie · Psychoanalyse · Systemische Therapie
Systemische Haltung Lösungsorientierte Kurzzeittherapie nach Steve de Shazer
Gestalttherapie nach Fritz Perls · Gesprächstherapie nach Carl Rogers · Hypnosetherapie
· Schuldgefühle · Scham · Helfersyndrom · Reaktive Gesellschaft · Familientherapie nach
Virginia Satir · Daddy & Mommy Issues · Psychofallen

Psycho-Spirituelle Vielfalt und Coaching

Spiritualität und Gehirn · Meditation · Yoga · Achtsamkeit · Bypassing als
Abwehrmechanismus · Philosophie (Höhlengleichnis, Theseus-Schiff) · Heldenreise
Coaching Bezug · Embodiment · Psychosomatik · ZRM · Inneres Team Telearbeit nach
Schulz von Thun · Archetypen nach C.G. Jung

Systemische Theorie und Beratungskompetenz

Systemtheorie · Strukturelle Kopplung · Sinnattraktoren · Komplettierungsdynamik
Hypothesenbildung · Hybris im Coaching · Beratungskompetenz · Prozessberatung
Rollenklarheit · Aktives Tun · Komplexitätsreduktion · Systemische Fragen · Zirkularität im
Mehrpersonensetting · Transparenz

Therapeutische Prozesse und Veränderung

Bedingungslose Wertschätzung des Klienten · Empathisches Verstehen · Authentizität
Typische Klientenphasen · Subjektiver Prozess · Veränderungsprozess · Lebenslanger
Entwicklungsprozess · Reales Selbst / Ideal-Selbst · Affektive Beziehungen · Innere
Bewertungsinstanz