



am Kraftort Eifel

Psychologische Beratung – Klangpädagogik – Klangmassage – Yoga – Ausbildungen als
Yogalehrer/in, Meditationslehrerin, Klangmassagepraktikerin, Klangpädagogin

Petra Maria Gehlen, *Psychologische Beraterin, Dipl. LAPP*

Kapellenstr. 70, 52152 Simmerath, Tel. 02473 – 92 72 458

www.mittelpunkt-mensch-am-kraftort-eifel.de, info@lebensberatung-eifel.de

Lehrplan – Ganzheitliche Coaching-Ausbildung (Psychologische Beratung)

„Ich bin – ICH“

Entdecke Dein wahres Selbst

Die heutige Zeit des Wandels stellt uns vor neue Herausforderungen. Menschen suchen danach, diesen Bewusstseinswandel aktiv zu gestalten. Gerade die Corona-Zeit brachte viele Menschen auf die Spur, sich tiefer mit sich verbinden zu wollen und neue Werte im Leben zu integrieren. Neben den Alltagsproblemen brauchen sie Unterstützung, die ihre Resilienzfähigkeit erhöhen, um Stressfaktoren vorzubeugen oder damit umgehen zu können.

Die Coaching-Ausbildung ist darauf ausgelegt, Lebensprobleme lösen zu helfen. Im Fokus stehen dabei das Konzept der Lösungsorientierten Beratung. Das braucht den Blick darauf, wie Lebenskrisen entstehen, welche übernommenen Konzepte dahinterstehen und wie diese aufgelöst werden können, im Kontakt zu mit dem eigenen Selbst ein freudvolles, zufriedenes Leben zu führen.

Da immer mehr Menschen spirituelle Ansätze als Antwort suchen, wird den Auszubildenden eine neutrale spirituelle Weltanschauung, frei von religiösen institutionellen Konzepten geboten, die ein hilfreicher Ansatz für die Problemlösung sein kann. So werden auch Meditation und die Achtsamkeitspraxis von Bedeutung in dieser Ausbildung sein.

Teilnehmende erarbeiten die Inhalte in Form von monatlichen schriftlichen Manuskripten für das Home-Studium, die als PDF per Mail zugesandt werden. Darüber hinaus in 8 Praxis-Präsenzseminaren bei „Mittelpunkt Mensch am Kraftort Eifel“ zur Verfestigung und zur Reflexion der schriftlichen Inhalte. Ebenso stehen in den Praxisseminaren die Selbsterforschung und -erfahrung, sowie Aufarbeitung eigener Lebenskonzepte im Vordergrund. Dies ist ein psychohygienischer Ansatz. Denn wer mit anderen arbeitet braucht eine innere Klärung. Dies stellt jedoch keine Therapie dar, sondern geht vom lebenslangem Lernen nach der Grundlage der Entwicklungspsychologie aus, das Basis für die Psychologische Beratung ist. Psychische Erkrankungen werden als Grenze des Coachings besprochen.

Die Seminare vermitteln Wissen und Selbsterfahrung. Für die physische und psychische Eignung ist jede*r selbst verantwortlich. Im Rahmen des Seminars findet keine Therapie statt. Das Seminar kann diese nicht ersetzen. Sollte sich aus den vermittelten Inhalten Beratungsbedarf ergeben, kann dies in Einzelgesprächen erfolgen.



Inhalte:**Modul 1****Grundlagen des Coachings (Psychologischen Beratung) – Manuskript 1**

- Entstehung der Psychologie, Gebiete der Psychologie, Psychologische Beratung, Beratungsbeziehung

Modul 2**Allgemeine Psychologie – Manuskript 1**

- Lernen und grundlegende Lernprinzipien, Gedächtnis, wie nutzen wir unsere Sinne, Funktion unseres Gehirns, Denken und Problemlösen, Intelligenz

Modul 3**Systeme in denen wir leben – Wie wir werden, die wir sind – Manuskript 3**

Blick auf die eigene Entwicklung, Systeme in denen wir leben und ihre Wirkung, Rollenverhalten aufgrund des Erlernten in Systemen, Transaktionsanalyse nach Eric Berne, Erforschung der Lebenslinie.

- und Praxisseminar 1** – Da Probleme häufig durch verletzte Liebe in der Kindheit resultieren, wird ein Blick auf die Eltern-Beziehung geworfen und die eigene Kraft durch die Kraft der Versöhnung mit der Kindheit gestärkt. Entwicklung eines neuen Lebens-Regiebuches, eigene Resilienz stärken. Ressourcen sehen und etablieren.

Modul 4**Persönlichkeitspsychologie – Manuskript 4**

Was ist die Persönlichkeitspsychologie, Paradigmen der Persönlichkeitspsychologie, Persönlichkeits-Klassifikation, Prägung der Persönlichkeit durch verschiedene Weltbilder, Persönlichkeitsbereich, Spiritualität und ihre Bedeutung, Spiritualität und Gesundheit verschiedene Weltbilder, Spiritualität und ihre Bedeutung.

- und Praxisseminar 2 – Ressourcenorientierte Biografiearbeit**, Selbstliebe, Selbstsouveränität, Selbstakzeptanz, Selbstpflege, Selbstermächtigung, Anwendung der Selbstreflexion: Achtsame Sprache und Gedanken. Hinderliches Rollenverhaltens in Beruf und Privatleben durch innere Instanzen.

Modul 5**Entwicklungspsychologie – Manuskript 5**

Definition, Geschichte der Entwicklungspsychologie, ökologischer Ansatz, Methoden der Entwicklungspsychologie, Entwicklung des Menschen

- und Praxisseminar 3** – Angst/Vertrauen, Angst vor dem Tod – Weltbilder zu Tod, was kommt danach? Quelle, aus der wir kommen, Naturerfahrung, als Vertrauensbildung und Aufarbeitung der Angst.

Modul 6

Soziale Psychologie – Manuskript 6

- Was ist Sozialpsychologie, Soziale Wahrnehmung, Einstellungen,
- Mensch als soziales Wesen,
- Sozialer Einfluss in Kleingruppen,
- Arbeits- u. Organisationspsychologie,
- Mobbing – Opfer-Täter-Dreieck.

Die Monate Juni und Juli ist kein Praxisseminar und dienen der Nacharbeit!

Modul 7

Psychodynamische Therapien – Manuskript 7

- Definition, Psychoanalyse nach Freud, C. G. Jung
- Verhaltenstherapie, Humanistische Therapien, Neurolinguistisches Programmieren (NLP), Logotherapie v. Viktor Frankl

Modul 8

Beratungspraxis – Manuskript 8

- Ziele der Beratung
- Gesprächsführung und -aufbau
- Anteil der Persönlichkeiten – Rollen, aus denen wir agieren
- Techniken aus der Verhaltenstherapie
- Kognitive Techniken – Macht der Gedanken und Gefühle

und Praxisseminar 4 – Beratungsgespräch praktisch angewandt, Körpersprache, Körperarbeit Virginia Satir, und Yoga zur Stärkung der eigenen Ressourcen, Prioritätenliste in Beziehungsgeflechten

Modul 9 – Manuskript 9

Mindfood – Psychodynamik der Medien – Womit füttere ich meinen Verstand
Medien und ihre Psychodynamik, Soziale Medien, TV, Radio, Handys und ihre Stressfaktoren.

und Praxisseminar 5 – Mindfood – Medienkompetenztraining anhand von Videos, Zeitungsartikeln und sozialen Medien, wie wirken Worte, Farben und Bilder.

Modul 10 – Praxisseminar mit Manuskript 10

Chakra-Lehre und ihre psychosomatische Bedeutung
Psychosomatik und ihre Deutung

und Praxis-Seminar 6 – Chakra-Lehre praktisch angewandt

Modul 11 – Manuskript 11

- Lebensgesetze und Schattenaspekte
- Heilsame Tugenden
- Blick auf den eigenen Schatten – Wirkung der verdrängten Fähigkeiten, Problemstellungen etc.
- Anwendung der Selbstreflexion

Modul 12 – Praxisseminar 7 mit Manuskript 12

Musik und Klangerleben im Coaching als Unterstützung des Beratungsprozesses
Musik und Klangschalen und ihre Wirkung

Modul 13 – Manuskript 13

Psychische Erkrankungen und Störungen als Grenzen des Beratungsgesprächs

Modul 14 – Manuskript 13**Meditation und Imagination im Coaching**

- Achtsamkeitspraxis nach Jon Kabat Zinn
- Aufbau einer Meditation und Imagination
- Kraft der inneren Bilder
- Meditation und Imagination als Helfer im Coaching

und Praxisseminar 8

Anleitung, Anwendung und Reflexion verschiedener Mediationen und lebensbejahenden Imaginationen.



Organisation:

Die Manuskripte kommen im monatlichen Rhythmus Anfang des Monats oder mit dem Praxisseminar bezogen auf die Inhalte der Praxisseminare. Die Ausbildung beginnt im Januar 2023 und Ende im Februar 2024.

Termine der Praxisseminare jeweils:

Freitag: 18.00 Uhr (Ankommen, 17.30 Uhr) – 21.30 Uhr

Samstag: 9.30 Uhr (Ankommen 9.15 Uhr) – 18.00 Uhr

- Praxis 1:** 24. – 25. März 2023 – Versöhnung mit der verletzten Kindheit
- Praxis 2:** 21. – 22. April 2023 – Ressourcenorientierte Biografiearbeit,
- Praxis 3:** 12. – 13. Mai 2023 – Angst und Urvertrauen, Angst vor dem Tod
- Praxis 4:** 18. – 19. August 2023 – Beratungsgespräch
- Praxis 5:** 22. – 23. September 2023 – Mindfood – Medienkompetenztraining
- Praxis 6:** 20. – 21. Oktober 2023 – Chakralehre – Psychosomatik
- Praxis 7:** 08. – 09. Dezember 2023 – Einsatz von Musik und Klangschalen
- Praxis 8:** 16. – 17. Februar – 2024 – Meditation und Imagination im Coaching und Abschlussfeier.

Befähigung: Die Ausbildung befähigt Teilnehmende, andere Menschen im Coaching (Psychologische Beratung) zu begleiten und entspricht den Richtlinien der Verbände für Psychologische Beratung. Abschluss mit Zertifikat.

Die Ausbildung beinhaltet 14 Module mit monatlichen Manuskripten (Lehrbriefen zum Selbststudium, mit ca. 400 Unterrichtsstunden á 45 min.) und zusätzlich 8 Praxisseminare (mit 112 Unterrichtsstunden á 45 Minuten)

Teilnahmegebühr: 180,00 Euro monatliche Raten per Dauerauftrag (Gesamt 2.520 Euro)

Teilnahmevoraussetzungen: keine.

Zielgruppe: Alle, die eine Coaching-Fortbildung anstreben.

Leitung von „Mittelpunkt Mensch“ und Leitung der Aus- und Fortbildungen:

Petra Maria Gehlen, Psychologische Beraterin, staatl. anerkanntes Diplom nach IAPP (Institut für angewandte Psychologie und Psychosomatik in Düsseldorf).

Erstberuf: Theologin, Religionspädagogin

Fortbildungen: Psychologische Beratung und Systemische Familientherapie (Dipl. nach IAPP, Institut für Psychologie und Psychosomatik – Düsseldorf), Klangmassagepraktikerin, Alltagsbegleiterin im Seniorenbereich (für Menschen mit Demenz), Yogalehrerin (BYV)

Mitglied im Verband freier Psychotherapie, Heilpraktiker für Psychotherapie und Psychologische Beratung, VFP Nienburg/Weser.

Mit meinem Fundus von über 30 Jahren Arbeit und Erfahrung mit Menschen stehe ich gerne zur Verfügung.