

Termine 2025 Foundation Coach

Termin	Inhalt
Do, 10.04./ Fr, 11.04.25	<p>Grundlagen Coaching/Beratung & die Philosophie von Sabat© „Ankommen. Sein. Sich auf den Weg machen“</p> <p>Im ersten Modul des Foundation Coach legt Ihr das Fundament für Eure Arbeit als Coach. Ihr lernt die grundlegenden Prinzipien von Coaching und Beratung kennen, reflektiert Eure eigene Rolle und beantwortet die Frage: „Was möchte ich als Coach in die Welt tragen?“</p>
Do, 15.05./ Fr, 16.05.25	<p>Ziele- und Visionsarbeit, Kommunikation „Meine wahre Bestimmung finden“</p> <p>Im zweiten Modul des Foundation Coach steht die Arbeit mit Zielen und Visionen sowie der Aufbau einer klaren Kommunikation im Fokus. Ihr lernt, Eure Klient:innen vom ersten Anliegen bis zur präzisen Zielformulierung zu begleiten und ihre Selbstwirksamkeit zu stärken. Ein zentraler Bestandteil ist das Verständnis der Phasen des Coaching-Prozesses: von der Auftragsklärung über die Zielsetzung bis zur Umsetzung und Evaluation. Ihr lernt, Anliegen von tieferliegenden Bedürfnissen zu unterscheiden und inspirierende, klare Ziele zu formulieren.</p>
Di 17.06./ Mi, 18.06.25	<p>Persönlichkeit und Psychosoziale Kompetenzen, Mentales Training „Den Menschen in seiner Ganzheit verstehen“</p> <p>Im dritten Modul des Foundation Coach taucht Ihr in die Themen Persönlichkeit, psychosoziale Kompetenzen und mentales Training ein. Ihr lernt, Persönlichkeit, Temperament und Charakter zu unterscheiden und deren Bedeutung für die persönliche Entwicklung und den Umgang mit Herausforderungen zu verstehen. Ein Schwerpunkt liegt auf der Stärkung psychosozialer Kompetenzen. Ihr erarbeitet Fähigkeiten wie Problemlösestrategien, effektive Kommunikation, Empathie, Achtsamkeit sowie kreatives und kritisches Denken.</p>
Fr, 18.07./ Sa, 19.07.25	<p>Resilienz und Achtsamkeit „Schritte ins Sein“</p> <p>Im sechsten Modul des Foundation Coach widmet Ihr Euch den Schlüsselthemen Resilienz und Achtsamkeit. Ihr lernt, wie Ihr Eure eigenen Bedürfnisse erkennt und ihnen achtsam Aufmerksamkeit schenkt – eine wesentliche Basis für persönliche Stärke und Ausgeglichenheit. Durch Wertearbeit und die Unterscheidung zwischen Wünschen und Bedürfnissen erhaltet Ihr wertvolle Impulse für Eure Selbstreflexion und Beratungspraxis. Ein besonderer Fokus liegt auf der Aktivierung Eurer inneren Kraft: Ihr entdeckt Eure persönlichen Ressourcen und erfahrt, wie sie gezielt genutzt werden können, um Herausforderungen resilient zu begegnen.</p>
Mi, 17.09./ Do, 18.09.25	<p>Tiefenpsychologie und Archetypenlehre „Die Weisheit der 12 Archetypen im JahresKreis“</p> <p>Im vierten Modul des Foundation Coach widmet Ihr Euch der Tiefenpsychologie und der Archetypenlehre. Ihr erlangt grundlegendes Wissen über die Tiefenpsychologie und ihre Bedeutung für das Verstehen menschlichen Verhaltens und Erlebens. Ein besonderer Fokus liegt auf den Konzepten von Carl Gustav Jung, einschließlich der Archetypenlehre, sowie der spezifischen Anwendung der Archetypen nach Sabat©. Ihr erfahrt, wie diese Ansätze im Coaching und für persönliche Entwicklungsprozesse genutzt werden können. Gleichzeitig lernt Ihr, die Grenzen und Risiken solcher Methoden zu erkennen und verantwortungsvoll damit umzugehen.</p>

Termin	Inhalt
Do, 09.10./ Fr, 10.10.25	<p>Modul 5 Selbstwirksamkeit, Selbstliebe, Biografiearbeit</p> <p>Im fünften Modul des Foundation Coach taucht Ihr in die Themen Selbstwirksamkeit, Selbstliebe und Biografiearbeit ein. Ihr versteht die Bedeutung von Selbstwirksamkeit für persönliches Wachstum und lernt, wie Ihr diese bei Euch selbst und Euren Klient:innen fördern könnt. Dabei steht im Mittelpunkt, das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu stärken und Ressourcen bewusst zu nutzen.</p> <p>Ein weiterer Schwerpunkt ist die Selbstliebe: Ihr erkennt, wie sie zu innerer Ruhe, Selbstakzeptanz und persönlicher Entwicklung beiträgt. Hindernisse und limitierende Glaubenssätze werden reflektiert, um den Weg zu mehr Selbstakzeptanz zu ebnen.</p>
Mo, 10.11./ Di, 11.11.25	<p>Modul 7 Seele, Gehirn und Herz: Neurowissenschaft und Hochsensibilität</p> <p>Im siebten Modul des Foundation Coach begeben Ihr Euch auf eine faszinierende „Reise durch das Gehirn“ – eine Entdeckungstour, die die Verbindung zwischen Gehirn, Seele, Herz und Verstand beleuchtet. Ihr erlangt ein fundiertes Verständnis der Funktionsweise des Gehirns, von neurokognitiven Abläufen bis hin zu den faszinierenden Konzepten der Neuroplastizität und Neurorigidität. Themen wie Gehirnfrequenzen, Botenstoffe, das limbische System sowie die Entstehung von Gedanken, Gefühlen und Wahrnehmungen werden anschaulich vermittelt.</p>
Do, 11.12.25	<p>Abschluss und Zertifikatsübergabe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beiträge der TeilnehmerInnen über das erste Semester • Vorstellung einer Gruppenübung • Wir reflektieren an diesem Tag gemeinsam das erste Semester • Abschlussritual • Übergabe der Zertifikate



Seminarzeiten:

Jeweils von 9 Uhr bis 16 Uhr (die Seminarzeiten können sich geringfügig ändern, werden bei Änderung rechtzeitig bekannt gegeben).

Veranstaltungsort: BildungsRaum Entfaltung, Bahnhofstr. 10, A-6710 Nenzing

Änderungen vorbehalten!