



**Weiter Blick. Klarer Geist. Erfülltes Herz.**

Seminare. Lehrgänge. Aus- und Weiterbildungen.

Ganzheitlich systemische Arbeit.

Individuelle Pädagogik.

Neurowissenschaftliche Potentialentfaltung.

## Termine 2025/26 Ganzheitlicher Coach für Hochsensibilität

### 1.Semester

| Termin                      | Inhalt   |
|-----------------------------|--|
| Do, 10.04./<br>Fr, 11.04.25 | <p><b>Grundlagen Coaching/Beratung &amp; die Philosophie von Sabat©</b><br/> <b>„Ankommen. Sein. Sich auf den Weg machen“</b></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 24.04.25                 | <p><b>Einführung in die Hochsensibilität &amp; Hochsensibilität als Stärke erleben</b><br/> <b>„Ich bin perfekt so wie ich bin“</b></p> <p>Du erfährst das neueste medizinische und wissenschaftliche Expertenwissen rund um deine Hochsensibilität und verstehst, wie du dadurch erst die Möglichkeit erhältst, mit alltäglichen Herausforderungen in der Berufs- und Privatwelt souverän umzugehen.</p>  |
| Do, 15.05./<br>Fr, 16.05.25 | <p><b>Ziele- und Visionsarbeit, Kommunikation</b><br/> <b>„Meine wahre Bestimmung finden“</b></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./<br>Mi, 18.06.25  | <p><b>Persönlichkeit und Psychosoziale Kompetenzen, Mentales Training</b><br/> <b>„Den Menschen in seiner Ganzheit verstehen“</b></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./<br>Sa, 19.07.25 | <p><b>Resilienz und Achtsamkeit</b><br/> <b>„Schritte ins Sein“</b></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> |

| Termin                      | Inhalt  |
|-----------------------------|---|
| Mi, 17.09./<br>Do, 18.09.25 | <p><b>Tiefenpsychologie und Archetypenlehre</b><br/> <b>„Die Weisheit der 12 Archetypen im JahresKreis“</b></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©.</p> <p>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> |
| Do, 09.10./<br>Fr, 10.10.25 | <p><b>Selbstwirksamkeit, Selbstliebe, Biografiearbeit</b></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./<br>Di, 11.11.25 | <p><b>Seele, Gehirn und Herz: Neurowissenschaft und Hochsensibilität</b></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><b>Zwischen-Abschluss und Zertifikatsübergabe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>👤 Beiträge der TeilnehmerInnen über das erste Semester</li> <li>👤 Vorstellung einer Gruppenübung</li> <li>👤 Wir reflektieren an diesem Tag gemeinsam das erste Semester</li> <li>👤 Übergabe der Zertifikate</li> </ul>  |





## Weiter Blick. Klarer Geist. Erfülltes Herz.

Seminare. Lehrgänge. Aus- und Weiterbildungen.

Ganzheitlich systemische Arbeit.

Individuelle Pädagogik.

Neurowissenschaftliche Potentialentfaltung.

## 2.Semester

| Termin                      | Inhalt  |
|-----------------------------|---|
| Do, 15.01./<br>Fr, 16.01.26 | <b>Hochsensibel &amp; Psychosomatik</b><br><b>Die Sprache des Körpers</b><br>Einblicke in eine ganzheitliche Sichtweise der Psychosomatik, Sprache des Körpers verstehen lernen, Veränderungsarbeit, Stressprävention und Stressbewältigungsstrategien, Umgang mit Ressourcen, Achtsamkeit und Meditationstechniken   |
| Di 20.01/<br>Mi, 21.01.26   | <b>Seelenzentriertes Coaching</b><br><b>Spirituelle Entwicklung, Persönlichkeitsentfaltung und Hochsensibilität</b><br>Du lernst in diesem Modul, dein inneres Selbst zu entdecken und wie du durch deine Intuition erfüllt deine Ziele manifestierst. Du erfährst wie Seelenzentriertes Coaching stattfinden kann. Ebenso begegnest du Tools und systemischen Methoden wie du mit den Himmels- und Erdkräften arbeiten und wirken kannst. Dieses Modul behandelt ebenso die 7 geistigen Gesetze und Energiearbeit mit Hochsensiblen, um Blockaden nachhaltig aufzulösen und Glaubenssätze zu transformieren.   |
| Fr, 20.02./<br>Sa, 21.02.26 | <b>Hochsensibilität und deine innere Welt</b><br><b>Die verschiedenen Formen der Hochsensibilität</b><br>Dieses Modul zeigt dir, wie du tiefsitzende Blockaden und negative Glaubenssätze bei dir und anderen erkennen und souverän überwinden kannst. Du stärkst den Kontakt zu deinem inneren Kind, gestaltest dein starkes Selbstbild bewusst und lernst, auf Hochsensible spezialisiertes mentales Training zur Lebensgestaltung zu nutzen.   |
| Di, 03.03./<br>Mi, 04.03.26 | <b>Hochsensible Kinder und Jugendliche begleiten</b><br>Hochsensible Kinder und Jugendliche, die durch ihr empfindlicher ausgeprägtes Nervensystem viele Reize zu verarbeiten haben, stellen die Geduld der Erwachsenen oftmals auf die Probe. Da diesen gefühlsstarken Kindern schnell alles zu viel wird, was sich in regelmäßigen Wutausbrüchen oder auch Rückzug äußern kann, brauchen sie viel Verständnis. Wichtig sind jedoch auch klar vorgegebene Strukturen von Seiten der Erwachsenen, da diese ihnen Sicherheit und Halt bieten.  |
| Di, 14.04./<br>Mi, 15.05.26 | <b>Hochsensibel das Leben meistern</b><br><b>„GoldSpur“ – eine Kunstvolle Reise zu mir Selbst</b><br><b>Mein wahres Wesen als hochsensible Person entdecken</b><br>Zu Beginn von diesem Seminar führt uns eine SeelenReise in die Tiefen der Seele. Wir schaffen dort einen Raum, wo wir unser innersten Gewahrsein berühren. Wir erfahren Begegnungen mit dem Unbewussten und nehmen all diese Elemente mit in unser Bewusstsein, um es dort kreativ in einem Bild sichtbar werden zu lassen. Mit der transpersonalen Malerei gestaltet jeder Teilnehmer sein eigenes Bild auf dem Weg zu sich selbst. Mit verschiedenen Techniken erleben wir die Welt der Farben und Formen und geben dem bisher im Herzen Getragenen eine Gestalt und Kontur. |
| Di, 12.05./<br>Mi, 13.05.26 | <b>Märchen für hochsensible Menschen</b><br><b>Die Kunst, kreativ ICH zu sein.</b><br>Durch Märchen und Geschichten können wir in eine Welt eintauchen, wo alles erlaubt ist, wo alles möglich ist. Mit Märchen können Werte wie Mut, Einzigartigkeit, Kostbarkeit, Wertschätzung und Achtsamkeit vermittelt werden.  |



**Weiter Blick. Klarer Geist. Erfülltes Herz.**

Seminare. Lehrgänge. Aus- und Weiterbildungen.  
 Ganzheitlich systemische Arbeit.  
 Individuelle Pädagogik.  
 Neurowissenschaftliche Potentialentfaltung.

| Termin                      | Inhalt  |
|-----------------------------|---|
| Di, 09.06./<br>Mi, 10.06.26 | <b>ICH-SELBST-Coaching</b><br><b>Die Tiefenpsychologie nach C. G. Jung</b><br><b>Transpersonale Prozessarbeit für hochsensible Menschen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>🌍 Die Wirklichkeit der Seele, die Psychologie des menschlichen Geistes – Basiswissen und Einführung in die Transpersonale Prozessarbeit und Tiefenpsychologie</li> <li>🌍 Meinem inneren Lied lauschen</li> <li>🌍 Mit Hochsensibilität zu leben, wagen und die Ressourcen lebendig werden lassen.</li> <li>🌍 Übungen und Methoden, um dir deiner inneren Kraft und Weisheit bewusst zu werden.</li> <li>🌍 Verbindung von deinem Ich und deinem Selbst – deinem göttlichen Teil in dir</li> <li>🌍 ICH BIN. ES IST. Der Verbundenheit von Ganzheit begegnen und die Erfahrung von tiefem Gewahrsein in seinem Herzen spüren.</li> <li>🌍 Systemische Aufstellungsarbeit</li> </ul> |
| Fr, 26.06.26                | <b>Abschlussseminar</b><br><b>Präsentation der Abschlussarbeiten und Reflexionen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>🌍 Vorstellung der einzelnen Arbeiten</li> <li>🌍 Abschlussritual für deinen Herzensweg</li> <li>🌍 Übergabe der Diplome</li> </ul>  |

**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!**