

THC



„TheraCoaching“ (THC)

„Professionelle Prozessbegleitung“

Zusatzausbildung
für

TherapeutInnen

Komplementärtherapie und Alternativmedizin

oder Fachkräfte aus anderen Gesundheitsberufen

**Information und
Anmeldung**

panOptimum GmbH
Monika Lanz, Studienleitung
Zürcherstrasse 45
5630 Muri AG

Kontakt

Mobile: +41 (0)76 341 99 78
E-Mail: monika.lanz@panoptimum.ch

Die beste Weise, sich um die Zukunft zu kümmern, besteht darin, sich sorgsam der Gegenwart zuzuwenden.

Thich Nhat Hanh, Frei sein, wo immer du bist

1. Ausgangslage

Jede Therapie in der Komplementärtherapie (KT) oder Alternativmedizin (AM) ist begleitet von verbalem ebenso wie non-verbalem Austausch, über die Anwendung der Methode hinaus:

Menschen bleiben gesund oder gesunden auch durch die Zuwendung und das unvoreingenommene offene Ohr, das die Therapeutin, der Therapeut ihnen schenkt. Inzwischen bestätigt auch die Wissenschaft mehrfach die grosse Wirkung von Wertschätzung (vgl. u.a. „Roseto-Studie“).

Therapeutinnen und Therapeuten KT oder AM (und andere Fachkräfte auf dem Gebiet, s. unten*¹) besitzen eine Grundausbildung in der jeweiligen Methode und in Fachthemen (z.B. „Tronc Commun“).

TheraCoaching (kurz „THC“) baut auf diesen Kompetenzen auf:

Es geht um eine wertvolle Erweiterung der Kenntnisse durch professionelle Instrumente und Techniken aus dem praktischen Coaching, eingebettet in breit gefasste Grundlagen, besonders die der Humanistischen Psychologie.

Es geht ebenso darum, die Prozessbegleitung vor, während und nach der rein methodischen Intervention zu ergänzen und zu vertiefen. THC verleiht TherapeutInnen KT, AM noch mehr Sicherheit und Professionalität über den gesamten Zeitraum der Begegnung mit den KlientInnen/PatientInnen hinweg.

2. Ziel der Zusatzausbildung

Zusätzliche Kompetenzen für KT- oder AM-TherapeutInnen u.a.

Sie kann zudem neue Berufsfelder eröffnen (z.B. Gesundheitsförderung in Betrieben u.a., s. aufbauende Weiterbildung)

(Ziel / Aussicht auf: EMR-Anerkennung, ca. 2021)

3. TheraCoaching in der Praxis

„TheraCoaching“ (THC) richtet sich grundsätzlich an „gesunde“ Personen. Ein Coaching kann ebenso angesagt sein, wenn der Klient/Patient im Nachgang zu einer Diagnose (z.B. nach einem Unfall oder bei chronischen Schmerzen) an den Punkt kommt, wo es gilt, mehr oder wieder Selbstverantwortung zu übernehmen.

TheraCoaching widmet sich also vorwiegend den Herausforderungen, die aus dem Leben als Ganzes heraus entstehen. Die KlientInnen/PatientInnen sind dann zwar nicht oder nicht mehr „krank“, andererseits auch nicht ganz frei und bei Kräften. Dort setzt „TheraCoaching“ an und ein, damit eine grössere Lebenskrise früh erkannt oder bestenfalls gar nicht erst ausbrechen muss.

Ziel ist ebenso die ganzheitliche Gesundheit resp. Gesunderhaltung der

¹ * im Folgenden wird der Einfachheit halber nur von TherapeutInnen KT und AM geschrieben; gemeint sind alle unter 7. erwähnten Fachrichtungen oder Interessierte

KlientInnen/PatientInnen durch Persönlichkeitsentwicklung und –entfaltung, was ohne entsprechendes Fachwissen aus dem TheraCoaching viel langsamer oder nicht in dem Masse geschehen würde.

Es geht darum, den Einzelnen (wieder) Vertrauen in sich selbst zu geben, Mut zu Authentizität, Zufriedenheit; darum, das „Self-Empowerment“ gezielt zu fördern resp. zu unterstützen.

4. Rolle der TheraCoachs

TheraCoachs übernehmen nebst oder zusätzlich zu der Therapie KT oder AM die professionelle Prozessbegleitung vor, während und nach der Behandlung. Sie stehen den KlientInnen/PatientInnen als verlässliche Partner zur Verfügung. Dies alles im humanistischen Sinne und mit eben dieser Gesinnung.

Nicht selten zeigen sich während, vor oder nach einer Therapiesitzung private Anliegen oder persönliche Schwierigkeiten.

Mit dem Wissen, den Fertigkeiten und der Haltung der TheraCoachs können TherapeutInnen KT/AM zusätzlich zur angewendeten Therapiemethode diese professionell ansprechen, beüben und möglichst Veränderungen einleiten. Was am besten ist, erkennen und entscheiden die betreffenden KlientInnen/PatientInnen selbst – das ist der Wert eines Coachings im Unterschied zu einer Beratung. „Ratschläge sind Schläge“; (nur) Selbst-Erkanntes ist der Schlüssel zu Kraft und persönlichen Ressourcen. TheraCoachs sind Wegbereiter dafür.

TheraCoaching-Sitzungen können als Einzelstunden gebucht werden, zeitlich getrennt von der therapeutischen Intervention.

5. Kompetenzen der TheraCoachs

- Während der gesamten Begegnung ein vertrauensvolles Klima und Umfeld schaffen und den Raum halten
- Prozessbegleitend Themen aufgreifen, welche bei KlientInnen/PatientInnen aktuell sind
- Immer wieder einen Bezug zum aktuellen Gesundheitsstand herstellen
- aus der Fülle der Ansätze, Methoden, Instrumente und Techniken des TheraCoachings für den Klienten/Patienten im richtigen Moment eine ansprechende Wahl treffen
- sich auf das Tempo der KlientInnen/PatientInnen einstellen resp. sie im passenden Moment auch einmal herausfordern
- ausgeprägtes Flair, aktiv zuzuhören
- ausgebildete Wahrnehmungs-, Reflexions- und Beziehungsfähigkeit
- mit den eigenen Ressourcen und Grenzen acht- und sorgsam umgehen

6. Leitidee des TheraCoaching

Der Mensch besitzt eine Selbstverwirklichungstendenz (vgl. humanistischer Ansatz). Persönlichkeitsentwicklung und –entfaltung seien immanent und fortdauernd.

Hierbei lassen sich gewisse „archetypische“ Themen und Phasen beobachten und auf alte Lehren wie die der tibetanischen Chakralehre zurückführen.

TheraCoaching folgt v.a. dem uralten Wissen über menschliche Entwicklungsstufen: beim Wurzelchakra beginnend, also von unten nach oben, zeigen sich beim Menschen immer wieder Fragen, die seiner Entwicklung dienen können.

TheraCoachs erkennen über den Körper und seine Symptomatik ebenso wie aus dem gezielten Beobachten und Gespräch mit den KlientInnen/PatientInnen, welche Lebensthemen im Vordergrund stehen könnten.

Die breite Palette der Instrumente und Techniken lassen sich als Besonderheit des THC gezielt zuordnen; somit können TheraCoachs präzise das Passende auswählen, vorschlagen, anwenden und dann evaluieren.

Der Ansatz ist in jedem Fall ressourcenorientiert und klientenzentriert. Die gezielt ausgesuchten Experimente oder Übungen zur Selbsterkenntnis zeigen nächste Schritte auf, unterstützen und fördern die Freude am Umsetzen, auch das Potenzial und die Fähigkeiten der KlientInnen/PatientInnen und verbessern die Bereitschaft zu Selbstverantwortung, da auf der Basis dieses Modells jede Sitzung resp. Intervention individuell und präzise auf den Moment und das Bedürfnis zugeschnitten sind.

7. Adressaten der Zusatzausbildung zum Thera-Coach

TherapeutInnen KT oder AM (kurz vor oder nach dem Abschluss);
Menschen aus Pflegeberufen, Spitex
Medizinische PraxisassistentInnen
HeilpädagogInnen u.a.

8. Voraussetzungen für Teilnehmende

Ausbildung in Therapie / Pflege oder anderem medizinischen Umfeld

(Bereitschaft zu) Selbst-Erfahrung

Bereitschaft / Offenheit für Neues/andere Richtungen; zu Veränderung

Bereitschaft, zwischen den Modulen regelmässig zu reflektieren und zu üben

(Meditationen anleiten etc.)

Aufnahme auch sur dossier und für einzelne Module möglich; besonders das *SVEB AdA Modul 3 kann einzeln besucht und auch abgeschlossen werden.*

9. Ausbildungsziele:

Die zertifizierten TheraCoachs können:

- die eigene Rolle und Aufgaben genau definieren und gegenüber anderen Fachgebieten abgrenzen / im Netzwerk arbeiten
- die Arbeit in den Zeitgeist einordnen

- mit der grossen Auswahl an Methoden und Techniken THC gezielt und patienten-/klientenzentriert umgehen
- *Im Rahmen der eidg. SVEB-Ausbildung (Modul 3): individuelle Lernprozesse unterstützen*
- Den Prozess fachgerecht und professionell erkennen, bearbeiten, abschliessen und evaluieren

10. Ausbildungsinhalte

Im Überblick:

- Grundhaltung, Leitideen und Modelle des THC
- Anwendung spezifischer Methoden und Techniken im THC
- *SVEB AdA Modul 3: "Individuelle Lernprozesse fördern"*
- Prozessbegleitung THC

Im Einzelnen:

1. Modul (4 Tage)

Basis und Grundhaltung des Thera-Coaching:

- Einführung in die Ausbildung:
Ziele – Inhalte – Struktur – Kompetenznachweise – Kontrakt
- Umschreibung – Grundfragen – Entwicklung - Abgrenzungen – Formen von Coaching
- Rolle – Aufgaben – Setting – Selbstverständnis – Anliegen, Ziel und Auftrag als Thera-Coach
- Leitideen und Modelle als Grundhaltung des THC:
Humanistische Psychologie – Salutogenese
- Umgang mit Ebenen des Bewusstseins – Arbeit mit Symbolen
- Wissen um die Energiezentren (Chakras) und –körper
- THC-spezifische Methode des Self-Focussing
- Erste praktische Anwendung:
Typologie im Umgang mit der Klientin/mit dem Klienten

2. Modul (4 Tage)

Methoden und Techniken des TheraCoaching:

- Tools zu den verschiedenen Phasen:
Zur Stabilisierung und Stärkung – Prävention Retraumatisierung - bei Übererregung - neueste Erkenntnisse zu Resilienz – Präsenz als TheraCoach – Empathie/Wertschätzung als Gesundheitsfaktor – Arbeit mit Imaginationen – Anleiten unterschiedlicher THC-Meditationen – Kraft der Worte in schwierigen Situationen – klare Zielfindung / Neuausrichtung - Transfer
- Kreative Tools, soziales Rollenspiel, Skulpturen, innere und äussere Dialoge

3. Modul (4Tage)

SVEB AdA Modul 3: TheraCoaching = Informieren – Beraten – Begleiten

- Entwicklung der Fach und Beratungskompetenz
- Beraten und Begleiten von KlientInnen nach Su Calley
- KlientInnen begleiten und informieren

4. Modul (4 Tage)

TheraCoaching als Prozess:

- Wertschätzender Umgang mit Widerständen und Blockaden
- Projektionen / Übertragungen / Abhängigkeiten
- Feld aufspannen – Feld halten
- Struktur – Prozess – Interaktionen
- Prozess beginnen – gestalten – abschliessen
- Beziehungsdynamik, Bziehungsnähe/-distanz, Wechsel/Dauer
- Prozesse reflektieren, Fallbearbeitungen, Praxisreflexionen mit Supervision

11. Ausbildungsmethode

Die Ausbildung ist praxibezogen und handlungsorientiert.

Gemeinsames Erarbeiten, Lernen und Mitverantwortung sind zentral: interaktive Theorie-Inputs, viel Selbsterfahrung und Praxis, Austausch in Gruppen und im Plenum; Fallbearbeitungen und –besprechung

Dies aufbauend auf der Bereitschaft zu regelmässiger Selbstreflexion und zur eigenen Entwicklung

12. Unterrichts- und Lernzeit

- | | |
|-----------------------------------|------|
| - Fachausbildung (Kontaktstunden) | 104h |
| 16 Tage à 6,5h | |
| - Selbststudium, Vorbereitung | 96h |

Total 200h

13. Abschluss / Kompetenznachweis

Zertifikat "TheraCoaching" und

SVEB Zertifikat AdA FA M3 Individuelle Lernprozesse unterstützen

(je 2-tägiger Abschluss mit Präsentation Fallbearbeitung und Fachfragen)

In Erarbeitung

aufbauende Weiterbildung/Vertiefung (ab 2020) in

- betrieblicher Gesundheitsförderung oder
- Meditationsbegleitung oder
- gesundheitsfördernder Bewegung

zusätzlich Total je 200h

14. Organisation

Fachgruppe und Ausbildungsleitung

Monika Lanz

Geschäftsleitung panOptimum GmbH und Praxis Neue Zeiten
Dipl. BioEnergie-Therapeutin, Thera-Coach in eigener Praxis
Zusatzausbildungen u.a. in manueller Lymphdrainage, Fussreflexmassage,
Weiterbildungszertifikat ISAP (Psychologie C.G. Jung)
Dozentin FH

Robert Wirz,

Schulleiter des Institutes für Integrative Heilpraxis, iih, KT-Yogatherapie, Luzern
Dipl. Psychologe (lic.phil.) und Dipl. Heilpädagoge,
Zusatzausbildung in Gestalttherapie,
Supervisor

Beat Hofer

Geschäftsleitung panOptimum GmbH
Beratung und Unternehmensentwicklung, EMBA
Karate 1. Dan
Dozent FH

Weitere FachreferentInnen je nach Thema / Bedarf

Anbieter und Ansprechperson

„*Neue Perspektiven*“: Das Schulungszentrum von
panOptimum GmbH
Verantwortung / Ansprechperson: Monika Lanz

Durchführung

Beginn 2x jährlich (Herbst und Frühling);
ev. laufender Einstieg (modular) möglich
Die Module sind auch einzeln belegbar
Beides nach persönlicher Rücksprache mit Leitung resp.
sur dossier

Tagesablauf

1Tag = 6,5 Lernstunden

08.30 – 10.00h / 10.20 – 11.50 / 13.10 - 16.40h

Wochentage Mo/Di alle 2 Wochen (gesamte Ausbildungszeit 5 - 6 Mte)

Kursort: Luzern, St. Karlstrasse 2 (Institut ikt)

Beginn und Schluss: Seminarhotel Riggi, Weggis

Gruppengrösse: Ab 8 TN – max. 16TN/Gruppe

Kosten

CHF 940.--/Modul (4 Kurstage)

Total Basisausbildung CHF 3740.-- plus

2 Tage Abschlusstage/Kompetenznachweis: CHF 470.--

Ratenzahlung möglich;

Einmal- und Sofortzahlung CHF 3600.— (470.- für Prüfung)

Hinzu kommen für Beginn und Abschluss

- 4 Tage Seminarhotel Rigi, Weggis: 4x Tagespauschale à CHF 67.--/Person

- Gewünschte Hotelübernachtungen selbständig zu buchen unter:

www.hotelrigi.ch

Seminar-Hotel Rigi am See

Herr Peter Rubi

Seestrasse 53/57

CH-6353 Weggis

Kontakt für Fragen und Anmeldung zur Zusatzausbildung TheraCoaching:

panOptimum GmbH, Schulungszentrum „*Neue Perspektiven*“

Studienleitung Monika Lanz

Zürcherstrasse 45

5630 Muri AG

Das Schulungszentrum „*Neue Perspektiven*“ von panOptimum GmbH freut sich auf Ihre Neuen Perspektiven dank „TheraCoaching (THC)“

Interessiert?

Rufen Sie an oder schreiben Sie uns noch heute für mehr Information und Anmeldung

Monika Lanz

Mobile:

+41 (0)76 341 99 78

e-mail:

monika.lanz@panoptimum.ch

intern

Aufbau / Weiterbildung nach Wahl		Ziel: erweiterter Tätigkeitsbereich als dipl. KT- resp. AM-Therapeut im beruflichen Umfeld Je 120 Präsenz und 80 Selbststudium 200 Lekt.
AUFBAUmodul 1 Zur Wahl	Thera-Coaching mit Vertiefung Gesundheitscoach	Abschluss: Diplom Thera-Coaching mit Vertiefung in beruflicher Gesundheitsförderung
AUFBAUmodul 2 Zur Wahl	Thera-Coaching mit Vertiefung Meditationsbegleitung	Abschluss: Diplom Thera-Coaching mit Vertiefung in Meditationsbegleitung
AUFBAUmodul 3 Zur Wahl	Thera-Coaching mit Vertiefung Bewegung	Abschluss: Diplom Thera-Coaching mit Vertiefung in gesundheitsfördernder Bewegung
Optionen im Gespräch	Thera-Coaching mit der Möglichkeit einer verkürzten Weiterbildung zum/zur betrieblichen Mentor/in	Die Stunden des Basis-Moduls werden angerechnet
	Thera-Coaching mit der Möglichkeit einer verkürzten Weiterbildung in Hypnosystemischem Coaching	dito

