



# Weiterbildung „Sensitive Coaching Compact“

Hochsensibilität als wertvolle Kompetenz professionell entfalten

mit Christian Schneider

**Die neuntägige Weiterbildung „Sensitive Coaching Compact“ wendet sich speziell an hochsensible Menschen, die in beratenden, therapeutischen, seelsorgerischen, medizinischen und heilenden Berufen tätig sind. Sie unterstützt sie dabei, sich ihrer Hochsensibilität bewusst zu werden und diese als besondere Kompetenz professionell in ihre Tätigkeit einfließen zu lassen.**

Ihre empathische Wahrnehmungsfähigkeit prädestiniert hochsensible Menschen geradezu dafür, in begleitenden Berufen tätig zu sein und hat mit Sicherheit großen Anteil an ihrem beruflichen Erfolg – häufig jedoch, ohne dass ihnen diese spezielle Qualität bewusst ist. Umso bedeutsamer ist es für sie, sowohl den Wert der ihnen eigenen Temperamentsausprägung „Hochsensibel“ zu verstehen und in der Gemeinschaft mit ähnlich empfindenden Menschen kennenzulernen als auch Methoden zu erproben, um diese Gabe professionell in ihre Arbeit zu integrieren.

## Warum „Sensitive Coaching Compact“?

Zahlreiche Klienten und Patienten, die bei Aurum Cordis von einem sich seiner Hochsensibilität bewussten Therapeuten oder Coach begleitet wurden oder werden, berichten, dass es insbesondere dessen sensitive Kompetenz ist, die dem Begleitungsprozess eine besondere Tiefe und Wirksamkeit gibt. Sie fühlen sich umfassend wahrgenommen und erfasst – eine für sie tief greifende Erfahrung, die ihnen völlig neue Perspektiven und Wege eröffnete.

Vor diesem Hintergrund hat Aurum Cordis die Weiterbildung „Sensitive Coaching Compact“ mit dem Anliegen entwickelt, hochsensible Begleiter darin zu unterstützen, ihre wertvolle Gabe in ihrer beruflichen Tätigkeit zu ihrem eigenen Wohl und dem ihrer Klienten, Kunden oder Patienten bewusst entfalten zu können.

Die Weiterbildung orientiert sich an drei Schwerpunkten:

- Grundlagen des erfolgreichen Coachings
- Prozesswahrnehmung im Coachinggespräch
- Die Besonderheiten im Coaching hochsensibler Klienten



## **Reflexion der eigenen Hochsensibilität**

Nur, wer sich selbst in den Facetten seines eigenen Erlebens von Hochsensibilität gut kennt, wird auch die Nutzung dieser Gabe als wesentliche Komponente seiner beruflichen Tätigkeit gut entwickeln können. Daher ist auch der Prozess, sich selbst als Hochsensibler besser kennen zu lernen, ein wichtiger Bestandteil der Weiterbildung.

Dazu gehören folgende Schwerpunkte:

- Klarheit über das eigene Erleben von Hochsensibilität gewinnen
- Bewusstsein über die eigenen Ressourcen aus der Hochsensibilität entwickeln
- Reflexion über die eigene Art der Gestaltung von beruflichen Beziehungen
- Eigene Grenzen erkennen und nicht überschreiten - Bewusstsein für „ palliatives Verhalten“ entwickeln

## **Die geschulte Prozesswahrnehmung**

Das entscheidende Qualitätsmerkmal des sensitiven Coaches, Beraters oder Therapeuten ist seine geschulte Prozesswahrnehmung. Ihr kommt im Begleitungsprozess eine herausragende Rolle zu. Sie ist insbesondere wichtig, um...

- ein klares Bewusstsein von den Signalen der eigenen Wahrnehmung zu erlangen, damit diese weiterführend im Prozess eingesetzt werden können.
- aus dem Wissen um Hochsensibilität einen förderlichen Umgang mit einem hochoerregbaren autonomen Nervensystem entwickeln zu können.
- bewusst die Gleichzeitigkeit zwischen raumgebender Absichtslosigkeit und fokussierter Fragetechnik herstellen zu können.
- eine Betrachtung aus der Meta-Ebene vornehmen zu können, sodass ein stärker integriertes Bild der Problemlage des Ratsuchenden entsteht.

Daher ist die Schulung der Prozesswahrnehmung ein wesentlicher Bestandteil der Weiterbildung „Sensitive Coaching Compact“.

## **Die Wirkung des sensitiven Begleitungsprozesses**

Die für klassische Coaching- und Begleitungsprozesse wichtige Auftragsklärung umfasst im sensitiven Begleitungsprozess weit mehr als die Lösung eines definierten Problems. Vielmehr öffnet der sensitive Begleitungsprozess aufgrund seiner Tiefe den Raum für die Integration diffuser, nicht klar zu benennender Anteile, die bislang möglicherweise dem Klienten bei der Realisierung seines Zieles im Wege gestanden haben.



Die tiefe, in der Person des Begleiters gespürte Resonanz gibt dem Ratsuchenden Sicherheit und schenkt ihm Vertrauen, sodass das Hinzunehmen bestimmter bisher nicht integrierter Anteile möglich wird und neue Schritte gewagt werden können. Damit eröffnet sich eine wichtige Möglichkeit zur weiteren Entwicklung auf einer anderen Ebene.

Ein begleitend tätiger Mensch mit dieser Haltung wird somit – ohne jegliche externe Aktion – zur wesentlichen Ressource für die Verbesserung der Selbstregulationsfähigkeit seiner Klienten – so wie es die Forschungsergebnisse in Bezug auf den Placeboeffekt eindrücklich beschreiben.

## **Inhalte der Weiterbildung:**

### **Block I: Sensitive Coaching Compact**

#### Tag 1 - Perspektivwechsel

- Grundlagen des sensitiven Coachings
- Einführung in den Dialograum
- Wirkweisen von Verstand, Emotionen und Gefühlen auf unser Handeln
- Erschaffung von wahrgenommener Realität
- Innere Antreiber und Glaubenssätze
- Zusammenhang Lebensvision (Drivers) und Lebensdrama (Barriers)
- Pacing und Rapport im Coachingprozess
- Die fünf Phasen des Coachingprozesses

#### Tag 2 - Wohlgeformte Ziele

- Verschiedene Formen des Feedbacks
- Wahrnehmung im Dialograum
- Zielorientierte Fragetechniken
- Die neun Kriterien der Zielformulierung

#### Tag 3 – Ressourcen-Arbeit

- Lösungsstrategien entwickeln
- Ressourcen aus dem Erfahrungswissen



- Ressourcen aus der Umwelt
- Ressourcen aus der Vision des Ziels
- Ressourcen aus dem Dialograum
- Verträglichkeit mit dem sozialen Umfeld überprüfen
- Die ersten Landungsschritte
- Tipps und Tricks

## **Block II: Hochsensibilität**

### Tag 4 - Vertiefung Hochsensibilität

- Forschungsstand zur Hochsensibilität
- Die Psychodynamik von Hochsensibilität
- Verstand und emotionales Erfahrungsgedächtnis
- Unterscheidung eigener und fremder Emotionen
- Hochsensible im Wertekonflikt
- Arbeit mit somatischen Markern
- Die Integration von Wahrnehmung nach dem SIBAMO-Modell
- Hochsensibilität und Kreativität

### Tag 5 - Hochsensibilität und Gesundheit

- Die Stress-Spirale im menschlichen Körper
- Die Gesundheitsressourcen hochsensibler Menschen
- Stressmanagement und Selbstfürsorge
- Die besondere Rolle von Werten und Bedürfnissen
- Die fünf Säulen des Wohlbefindens

### Tag 6 - Leitlinien für Coaches und Berater

- Familiencoaching: Die nonverbale Sprache der Kinder verstehen lernen



- Berufscoaching: Die Kraft der kreativen Spannung nutzen und Anschlussfähigkeit herstellen
- Gesundheitscoaching: Dem „weisen Herz“ vertrauen lernen

### **Block III: Veränderungsimpulse**

#### Tag 7 - Prozesswahrnehmung

- Kommunikationsmodelle nach Otto Scharmer
- Informationswissen, Erfahrungswissen und intuitives Wissen
- Kommunikationsformen in der professionellen Wahrnehmung
- Das Wirksamkeitsmodell zur Veränderung erlebter Realität
- Der Effekt „...und täglich grüßt das Murmeltier“
- Psychosomatik und der Placeboeffekt
- Harmonie- und Kohärenzgefühle
- Prozesswahrnehmung im Dialograum

#### Tag 8 - Veränderungsimpulse

- Wohlbefinden und Gesundheit in der positiven Psychologie
- Der neurologische Konflikt zwischen weiter Wahrnehmung und Fokussierung
- Veränderung von Bewertungsmustern
- Sinnerfahrungen als stärkste Ressource von Hochsensiblen
- Werteorientiertes Coachen
- Veränderungsimpulse im Dialograum

#### Tag 9 - Sensitive Coaching-Kompetenz

- Integrierte Live-Coaching-Übung
- Tipps und Tricks
- Informationen und Fakten über den Coachingmarkt
- Abschlussritual



## **Leitung der Weiterbildung**

Christian Schneider

Modul II: Christian Schneider und Jutta Böttcher

## **Voraussetzungen für die Teilnahme**

Diese Weiterbildung dient nicht der therapeutischen Selbsterfahrung. Daher sollten persönliche Klärungsprozesse bereits erfolgt sein oder andernorts in entsprechender Begleitung bearbeitet werden. Es sollten ein grundlegendes Verständnis und Interesse für ganzheitliche Zusammenhänge sowie persönliche Erfahrungen im Umgang mit der eigenen Empathie- und Wahrnehmungsfähigkeit vorhanden sein.

Vor der Anmeldung zu dieser Weiterbildung ist ein Kennenlern-Gespräch mit einem der beiden Weiterbildungsleiter notwendig. Bitte vereinbaren Sie bei Interesse dafür einen Termin.

## **Haltung der Weiterbildungsleiter**

Die Arbeit findet in einem offenen Vertrauensraum statt. Die Referenten achten auf einen respektvollen und wertschätzenden Umgang miteinander. Sie betrachten die Wahrheit jedes Teilnehmers als ebenso relativ und wirksam wie seine eigene. Daher gibt es für sie auch keine Wertung von richtig oder falsch. Sie begegnen den Teilnehmern stets auf Augenhöhe. Äußerungen aus ihrer Wahrnehmung wertschätzen sie als einen Einblick in ihre Sichtweise auf die Welt, aus der heraus ihre Realität entsteht.

## **Gebühr**

Die Gebühr für die Weiterbildung „Sensitive Coaching Compact“ beträgt 1.800,00 € inkl. MwSt. pro Person. Die Gebühren für Seminare, Trainings und Weiterbildungen werden mit der Anmeldung in Rechnung gestellt. Mit dem Ausgleich des Rechnungsbetrags ist der Teilnehmerplatz fest gebucht.

## **Organisatorische Hinweise**

- Die Inhalte können sich noch bis kurz vor Beginn der Weiterbildung ändern!
- In der Weiterbildungsgebühr sind die Unterlagen inklusive der Übungen enthalten.
- Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und etwas zu Schreiben mitbringen!
- Wasser, Kaffee, Tee, Obst und Gebäck sind im Seminarpreis enthalten.
- Warme Mahlzeiten sind im Seminarpreis nicht enthalten.

## **Teilnahmebestätigung**

Nach erfolgreichem Abschluss erhält jeder Teilnehmer eine Teilnahmebestätigung.



## **Anmeldung**

Die Teilnehmerzahl der Weiterbildung ist begrenzt. Frühes Anmelden lohnt sich.

Weitere Informationen und Anmeldung unter:

04183 - 79 19 06 oder [info@hakinem.de](mailto:info@hakinem.de)

04161 - 714 712 oder [info@aurum-cordis.de](mailto:info@aurum-cordis.de)

## **Termine**

### **Frühjahr 2018:**

Block I: Fr. 27.04. bis So. 29.04.2018

Block II: Fr. 25.05. bis So. 27.05.2018

Block III: Fr. 29.06. bis So. 01.07.2018

### **Herbst 2018:**

Block I: Fr. 31.08. bis So. 02.09.2018

Block II: Fr. 19.10. bis So. 21.10.2018

Block III: Fr. 09.11. bis So. 11.11.2018

## **Seminarzeiten**

Freitags: 11:00 – 19:00 Uhr

Samstags: 10:00 – 19:00 Uhr

Sonntags: 09:30 – 14:00 Uhr

## **Veranstaltungsort**

Aurum Cordis, Seminarraum 1, Stader Straße 32 , D-21614 Buxtehude (30 km südwestlich von Hamburg)

## **Widerrufsbelehrung**

Sie können Ihre Anmeldung innerhalb von zwei Wochen ohne Angaben von Gründen schriftlich widerrufen. Die Frist beginnt frühestens mit dem Erhalt dieser Belehrung. Zur Wahrung der Frist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Er ist zu richten an:

Aurum Cordis, Stader Straße 32, 21614 Buxtehude oder per E-Mail: [info@aurum-cordis.de](mailto:info@aurum-cordis.de). Nach Ablauf dieser Frist ist ein Widerruf nicht mehr möglich.

## **Allgemeine Geschäftsbedingungen**

Es gelten die AGB von Aurum Cordis.