



Ausbildung zum AchtsamkeitsCoach

Balance von achtsamer Begleitung und Selbstfürsorge erfolgreich praktizieren

entspanntundkreativ - Achtsamkeitspraxis und Präsenztraining zeigt Ihnen, wie Sie innere Balance und achtsame Präsenz für ihre Klienten verwirklichen. In unserer Ausbildung zum **AchtsamkeitsCoach** arbeiten wir gemeinsam daran, dass Sie zukünftig als AchtsamkeitsCoach professionell arbeiten können.

Wenn Sie **authentisch die Praxis der Achtsamkeit** leben, ziehen Sie erfolgreich Klienten an und begleiten diese bei der **Entfaltung ihrer Potentiale**. Wir stellen Ihnen unseren reichhaltigen Erfahrungs- und Wissensschatz, methodisch-didaktisches Fachwissen sowie gezielte Lernmaterialien zur Verfügung. Starten Sie direkt in die Praxis der Achtsamkeit - kostenlose Datei zum Download "**Der Achtsame Tag**"

Im "NICHTWISSEN" ruhen und dem "ENTSTEHEN" vertrauen.

Aus diesem Raum der Offenheit die Klienten mitfühlend begleiten ist die grundlegende Haltung, die in dieser Ausbildung vermittelt wird. Dies spiegelt sich auch in dem folgenden Text wider.

Ein Schüler bittet seinen Meister:

"Erklärt mir wie man Erleuchtung erlangt."

"Dazu macht ihr genau das, was ihr jeden Morgen tut, um die Sonne aufgehen zu lassen" antwortet der Meister.

Der Schüler denkt lange über die Antwort nach und kommt zu dem Schluss, dass er nicht das Geringste dazu tut.

"Warum studieren wir dann Kalligraphie, Karate, Kendo, Bogenschießen und Blumenbinden? Wozu soll das gut sein?" fragt er den Meister.

Dieser antwortete: " genau dazu, dass eure Augen weit offen sind, wenn die Sonne aufgeht."

aus dem Buch "NICHTS" von Paul Kohtes, Seite 73, GU-Verlag



Ziele und Ablauf der Ausbildung zum AchtsamkeitsCoach

Ziel ist es, befähigt zu werden AchtsamkeitsCoaching professionell anbieten zu können. Die Voraussetzung hierfür ist, dass die Teilnehmenden "PRAKTIZIERENDE" werden und die Praxis der Achtsamkeit in das eigene Leben und in die Berufspraxis als AchtsamkeitsCoach erfolgreich integrieren.

Die Balance einer gesunden Selbstfürsorge seitens des Coaches und der achtsamen Begleitung von Klienten sind hierbei Kernaspekte dieser Ausbildung.

Ablauf

Vor einer Teilnahme an der Ausbildung gibt es mit dem Ausbildungsleiter ein ausführliches Beratung- und Kennenlerngespräch. Hiernach wird beidseitig festgelegt ob die Aufnahme in die Ausbildung erfolgt.

Im Rahmen der Ausbildung wechseln die Vertiefung der eigenen Achtsamkeitspraxis sowie das Einüben der Praxis im Coachingkontext kontinuierlich ab. In Rollenspielen wird der achtsame Coaching Prozess immer wieder eingeübt.

Im Vorfeld des siebten Ausbildungsmoduls haben die Auszubildenden mit min. einem Klienten ein achtsamkeitsbasiertes Coaching (3-5 Einheiten) durchgeführt und dokumentiert. Die praktischen Erfahrungen werden in der Gruppe vorgestellt und intensiv reflektiert.

Nach Absolvierung aller Ausbildungsmodule erhalten Sie das Zertifikat

"Zertifizierter AchtsamkeitsCoach"

Fehltage können in der nächsten Ausbildungsgruppe nachgeholt werden.

2 Supervisionsstunden mit dem Ausbildungsleiter sind ebenfalls Bestandteil der Ausbildung sowie Handouts zu allen Ausbildungsmodulen und Audiodateien.



Berufsgruppen für die diese Ausbildung besonders wertvoll ist

Diese berufsbegleitende Ausbildung zum **Achtsamkeitscoach**

richtet sich an Interessenten, die als Therapeuten, systemischer Berater, Coaches usw. ihre wertvollen Praxiserfahrungen um den Bereich der Achtsamkeit erweitern und diese in ihre berufliche Praxis für sich und in die Arbeit mit den Klienten einsetzen möchten.

Des Weiteren ist die Ausbildung insbesondere geeignet für Achtsamkeitstrainer, Entspannungspädagogen und allen die über eine intensive Praxis in den Bereichen Meditation und Achtsamkeit verfügen und nun ihr Arbeitsfeld um den Bereich der Einzelbegleitung von Klienten erweitern wollen.

- Dipl.-Sozialpädagogen*innen / Dipl.-Pädagogen*innen
- Dipl.-Psychologen *innen / Psychotherapeuten*innen
- Heilpraktiker*innen / Heilpraktiker - Psychotherapie*innen
- Ärzte*innen / Gesundheitsmanager*innen
- Körpertherapeuten*innen
- Lehrer*innen / Erzieher*innen
- Business-Coach*innen / Resilienztrainer*innen
- Physiotherapeut*innen / Ergotherapeuten*innen
- Entspannungspädagogen*innen
- sowie für Interessenten*innen mit Meditationserfahrung

in Achtsamkeitsmeditation (MBSR) / Zen-Meditation / Vipassana

Weiterhin für Quereinsteiger, welche diese Ausbildung in Ihrem beruflichen Kontext einsetzen können und sich persönlich weiter entwickeln wollen.



Tätigkeitsfelder

Integration in die eigene therapeutischen bzw. beratenden Tätigkeit

Achtsamkeits-Coachings für Führungskräfte in Firmen

Achtsamkeits-Coaching als Freiberufler

Achtsamkeits-Coaching als Ergänzung eigener Seminarangebote

Termine - Kosten - Anmeldung

Termine Ausbildung Start 26. März 2022

Veranstaltungsort - Dore Jacobs Haus Essen

26.03.- 27.03.22 / 31.04 - 01.05.22 / 28.05 - 29.05.22 / 25.06 - 26.06.22 /
13.08 - 14.08.22 / 24.09 - 25.09.22 / 22.10 - 23.10.22 / 26.11 - 27.11.22

Seminarzeiten jeweils:

Samstags von 10:00 - 17:30 Uhr und sonntags von 9:30 - 16:15 Uhr

Ausbildungskosten

Die Ausbildungskosten betragen insgesamt **2450,-€**

(Ratenzahlung ist möglich siehe Ausbildungsvertrag)

500,-€ Ersparnis bei Einreichung eines Bildungsscheck bzw. Bildungsprämie - Gesamtkosten dann: 1950,-€

Diese können in Raten gezahlt werden - siehe Ausbildungsvertrag.

In den Ausbildungskosten sind 8 Ausbildungswochenenden, 2 Supervisionsstunden und Handouts enthalten



folgende Fördermöglichkeiten gibt es:

Kostenübernahme durch Arbeitgeber

Die Kosten für diese zertifizierten Ausbildung werden von einigen Arbeitgebern komplett oder teilweise übernommen. Sprechen Sie ihren Arbeitgeber darauf an - schließlich erwerben sie Qualifikationen, die diesem auch zugutekommen.

Aktuell gibt es immer häufiger Arbeitgeber, die einen Teil der Kosten übernehmen!

Bildungsscheck / Bildungsprämie:

Eine Förderung über 500,-€ wieder möglich.

Wichtig: Der Bildungsscheck muss bei Vertragsabschluss beim Ausbildungsleiter eingereicht werden.

Informationen und Bedingungen klicken Sie auf folgende Links:

[Informationen zum Bildungsscheck NRW](#)

[Informationen zu den Beratungsstellen, die den Bildungsscheck NRW ausstellen](#)

[Informationen Bildungsprämie](#)

Anmeldung - Ausbildungsvertrag

Anmeldung ab Februar 2020 möglich.

Für eine verbindliche Anmeldung müssen Sie

den Anmeldebogen ausfüllt zusenden an info@entspanntundkreativ.de

oder den ausgefüllten Ausbildungsvertrag ausgefüllt und unterschrieben postalisch senden an:

Jürgen Kalweit - Simsonstrasse 37 - 45147 Essen

[Anmeldebogen](#)

[Ausbildungsvertrag - 2022](#)



Bewerbungsverfahren

Die Ausbildung zum AchtsamkeitsCoach hat viele Farben und Facetten. Deshalb ist es uns wichtig, dass wir uns vor Beginn der Weiterbildung persönlich kennenlernen. Dieses Gespräch ist Entscheidungshilfe für Sie. Für mich und meine Dozentinnen ist die Möglichkeit zur Feststellung der persönlichen Eignung.

Wie können Sie sich auf das Gespräch vorbereiten?

Die folgenden 5 Punkte zeigen den roten Faden auf an dem wir uns orientieren:

- Persönliche Vorstellung und kurzer Abriss der beruflichen Laufbahn
- Austausch über AchtsamkeitsCoaching sowie eigene Erfahrungen im bisherigen beruflichen Umfeld
- Ihre innere Motivation
- Mögliche Ziele für diese Weiterbildung
- Offene Fragen zu Struktur und Inhalten der Ausbildung sowie zu den Referenten*innen

So vorbereitet führen wir ca. ein 1-stündiges Gespräch. Innerhalb einer Woche erhalten Sie Nachricht, ob Sie in der nächsten Ausbildung aufgenommen sind.

In diesem Jahr werden auch noch mehrere - Achtsamkeitspraxis-Seminare zum Kennenlernen stattfinden - sowie eine anschließende Infoveranstaltung zur Ausbildung. Die Termine werden in Kürze bekanntgegeben.



Zertifizierte Ausbildung zum AchtsamkeitsCoach

Die Ausbildungen finden in Zusammenarbeit mit der Akademie der Kulturen NRW Freie Akademie für ganzheitliche Entwicklung statt.

Staatl. anerkannt vom Land NRW. Zertifiziert im Gütesiegelverbund NRW



Ausbildungsort

Dore Jacobs Haus Stadtwald
Leveringstraße 30, 45134 Essen
www.djhaus.de
kontakt@djhaus.de
Tel: 0201 25775



Ausbildungsleiter

über mich...

Mein Name ist Jürgen Kalweit



"Präsenz - Kompetenz - Wertschätzung und Innovation"

Die Begleitung zur Entfaltung Ihrer Potentiale ist mein besonderes Anliegen.

Hierbei ist mir besonders wichtig die wertvolle Praxis der Achtsamkeit als Basis für Coaching-Prozesse zu vermitteln.

Die Balance einer gesunden Selbstfürsorge seitens des Coaches und der achtsamen Begleitung von Klienten sind hierbei Kernaspekte dieser Ausbildung.

Dipl. Sozialpädagoge

Heilpraktiker - Psychotherapie

Zen- Executive Coach

Achtsamkeitslehrer (MBSR)

Körpertherapeut (Leibtherapie nach Graf Dürckheim)

Stressmanagementtrainer

Entspannungspädagoge

Lachyogalehrer

Meditations-und Achtsamkeitspraxis seit 41 Jahren – Schwerpunkt Zen-Meditation



Dozentinnen

Brigitte Germeroth



über mich...

Mein Name ist Brigitte Germeroth

Mein beruflicher Weg:

Seit 35 Jahren Seminartätigkeit in Einrichtungen der Erwachsenenbildung, Entwicklung und Durchführung eigener kreativer Seminarkonzepte. Wegbegleiterin für Menschen in Zeiten von Trauer- und Verlusterlebnissen - Leitung von Trauergruppen. Psychosozialer Dienst in einem stationären Hospiz seit 2007 - Koordination und Fortbildung ehrenamtlicher Mitarbeiter in der Sterbebegleitung.

Im Zentrum meines inzwischen umfangreichen Berufslebens stehen Angebote für Menschen, die in Zeiten des Wandels und bei Lebensübergängen Beratung und Begleitung benötigen. Ich unterstütze den Prozess der Entwicklung individueller Antworten zu Lebensfragen und Umsetzung neuer Lebensentwürfe mit Lebensfreude und Kreativität. Mein Lebens- und Schaffensraum ist geprägt von Wertschätzung und Vertrauen in die eigenen schöpferischen Kräfte.

Dipl. Sozialpädagogin

Heilpraktikerin - Psychotherapie

Kunsttherapeutin

Trauerbegleiterin

Klientenzentrierte Gesprächsführung nach C. Rogers

Psychodramatisches Rollenspiel nach Moreno

Meditations- und Achtsamkeitspraxis seit 26 Jahren

Ausbildungsmodul 6 und 7

Kreative Medien und Achtsamkeit / Praxisproben Achtsamkeit



Esther Wolff



über mich

ich bin im Ruhrgebiet aufgewachsen und hier verwurzelt...

Als systemische Beraterin und systemische Therapeutin im psychosozialen Sektor liegen meine Schwerpunkte in der Arbeit mit Einzelpersonen, Paaren und Gruppen in verschiedenen Lebenswelten und unterschiedlichen Settings sowohl im ambulanten, als auch im teilstationären und stationären Klinik Bereich.

Leitungserfahrung sowie Referententätigkeit im Bereich der Prävention und betrieblichen Gesundheitsförderung runden mein Profil ab. Meine Passion ist es Menschen bei ihrem Prozess ihrer Ressourcen- und Potentialentfaltung ein Stück weit zu begleiten.

Ich arbeite nach einem ganzheitlichen, ressourcen-, personenzentrierten und lösungsorientierten Konzept. Der Zusammenhang von Körper und Psyche vor dem Hintergrund bspw. des Embodiments und die gesundheitsfördernde Wirkung der Achtsamkeitspraxis prägen mich persönlich und meinen Arbeitsstil.

Diplom Sozialpädagogin

Systemische Therapeutin (DGSF)/Systemische Supervisorin (ifs)

Systemische Traumatherapeutin

SAFE®Mentorin

Trainerin für Stressmanagement/Entspannungsverfahren (HAG/AHAB)

Achtsamkeitspraxis (MBSR)

Betriebliche Gesundheitsmanagerin (i.A.)

Ausbildungsmodul 5

Systemischer Ansatz und Achtsamkeit