

Lehrgangsübersicht

LG_2_27_A

LG_2_27_A	Datum	Inhalt	Zeit		Dozent	Kursort
Modul 1	Sa. 27. Februar 2027	Begrüssung und Lehrgangsbeginn, Grundlagen Burnout, Grundlagen Stress	08:30 – 12:30	13:30 – 17:00	JS	Sab-p
Modul 2	Sa. 20. März 2027	Kennenlernen, Grundkenntnisse Kommunikation, Refl. u. wie gehen wir auf den Weg.	08:30 – 12:30		JS	Zoom-Meeting Input
Modul 3	Sa. 17. April 2027	Grundlagen Entspannung		13:30 – 16:00	JS	Zoom-Meeting Input
Modul 4	Sa. 22. Mai 2027	Achtsamkeitstraining – auf dem Weg zu sich selbst, welchen Zugang finden wir in der Achtsamkeit innerhalb der Burnout-Prophylaxe?	05:00 – 15:30		JM/NL	Outdoor, Besammlung bei Sab-p
Sommerpause						
Modul 5	Sa. 21. August 2027	Resilienz in der Burnout-Prophylaxe/ «Die Widerstandskraft, die uns stark macht.»	08:30 – 11:30		JS	Zoom-Meeting
Modul 6	Sa. 11. September 2027	Ernährung und Bewegung: «Energielieferanten in der Burnout-Prophylaxe»	08:30 – 12:30		IS	Zoom-Meeting
Modul 7	Sa. 23. Oktober 2027	Zeitmanagement, Konfliktmanagement und Krisenprophylaxe; «Phasen der Krisen und welche Chancen sie beinhalten», Test AVEM	08:30 – 12:30	13:30 – 17:00	JS	Sab-p
Modul 8	Sa. 13. November 2027	Kognitives- und Instrumentelles Stressmanagement, Stressdiagnostik AVEM in das eigene Konzept einfließen lassen, Besprechung AVEM	08:30 – 12:30	13:30 – 17:00	JS	Sab-p

Modul 9	Sa. 11. Dezember 2027	Start des Coachingteils: Was ist Coaching? Systemisch-konstruktivistisches Denken als Grundlage / Praxisnachweis / Auswahl der Vertiefungsmodule (VT Ordner mitnehmen)	08:30 – 12:30	13:30 – 15:00	JS	Sab-p
Modul 10	Sa. 8. Januar 2028	Coaching – Gesprächsablauf / Coaching und deren Rahmenbedingungen; systemische Fragetypen / Einführung – Mein persönliches Coaching-Konzept	08:30 – 11:30		JS	Zoom-Meeting
Praxisnachweise erarbeiten und per Post bis zum 15. April 2028 (Poststempel) einsenden; Durchführung bis 15. März 2028						
Modul 11	Sa. 5. Februar 2028	Lösungsorientierte Kurzzeitberatung Marte Meo	08:30 – 11:00		JM	Zoom-Meeting
Modul 12	Sa. 4. März 2028	Teil 1, Modelle des Coachings in der Praxis – mein persönliches Begleitkonzept; Beginn Diplomarbeit und Entwicklungsprozess	08:30 – 12:30	13:30 – 17:00	JS	Sab-p
Modul 13	Sa. 1. April 2028	Teil 2, Modelle des Coachings in der Praxis – mein persönliches Begleitkonzept	08:30 – 10:00		JS	Zoom- Meeting
Mein persönliches Begleitkonzept / Coaching-Konzept einreichen bis 5. Mai 2028						
Modul 14	Sa. 6. Mai 2028	Präsentation des eigenen Praxisnachweises / Präsentation des eigenen Begleitkonzepts (Coaching-Konzept)	08:30 – 12:30	13:30 – 16:00	JS	Sab-p
Einreichen der eigenen Diplomarbeit, Poststempel spätestens vom 15. Mai 2028						
Modul 15	Sa. 10. Juni 2028	Präsentation des eigenen Entwicklungsprozesses VM/Präsentation der eigenen Themenarbeit mit anschliessender Feier und Übergabe der Dipl. Arbeit NM	09:00 – 12:30	13:30 – 17:00	JM/IS/JS	Sab-p

Vertiefungsmodule / Extrabausteine (min. wählen, denn 2 inkl. von VT 1-4)

VT_EB_2_3_27	Datum	Inhalt	Zeit		Dozent	Kursort
VT 1	Sa. 15. Januar 2028	Psychohygiene, Kommunikation und Transaktionsanalyse; «Meine eigenen Werte in der Burnout-Prophylaxe»	08:30 – 12:30	13:30 – 17:00	JS	Sab-p
VT 2	Sa. 12. Februar 2028	Zielarbeit – mit Start des eigenen Praxisnachweises, dein Konzept für deinen Praxisnachweis steht und ist abgesegnet	08:30 – 12:30	13:30 – 17:00	JS	Sab-p
VT 3	Sa. 11. März 2028	Coaching-Konzept	08:30 – 12:30	13:30 – 17:00	JS	Sab-p
VT 4	Sa. 13. Mai 2028	Trainerkompetenzen, Moderation, Workshopplanung	08:30 – 12:30	13:30 – 17:00	JS	Sab-p

Dozenten:

JM Jennifer Morf

NL Nicole Luchsinger

IS Dr. med. Iris Schwarzfischer

JS Joana Schön

Module zum Aufbau der Selbstständigkeit (freiwillig)

ST_EB_2_3_27	Datum	Inhalt	Zeit		Dozent	Kursort	Kosten
Angebot 1	Datum folgt; Zeitraum November 27	Dein starker Markenauftritt! Herausragen und überzeugen – mit deinem Premium Branding. Markenentwicklung, Design und Kommunikation.	09:00 – 11:00		MS	Sab-p	kostenfrei
Angebot 2	Datum folgt; Zeitraum Januar 28	Businessinput mit unserem Positionierungsexperten Bernhard Seiffert. Bitte melde dich bis zum 20. Dezember an, ich komme nochmals auf euch zu.	09:00 – 12:00	13:30 – 17:00	BS	Zoom	kostenfrei
Angebot 3	Datum folgt; Zeitraum Februar 28	Lerne die wichtigsten Grundlagen für deine Webseite kennen, die beiden Profis Melanie Marti und Erik Sanchez stehen dir mit all ihrem Wissen und ihren besten Tipps und Tricks zur Seite. Du erhältst von ihnen ein exklusives Angebot für deine Webseite als Schüler:in der Akademie.	09:00 – 11:00		MM & ES	Sab-p	kostenfrei
Angebot 4	Datum folgt; Zeitraum Februar 28	SocialMedia Workshop; sicher in der digitalen Präsenz auf unterschiedlichen Plattformen. Lerne die Kunst der Sichtbarkeit kennen und nutzen.		13:30 – 17:30	SM	Sab-p	Fr. 280.- inkl. MWST

ST_EB_2_3_27	Datum	Inhalt	Zeit		Dozent	Kursort	Kosten
Angebot 5	Datum folgt; Zeitraum Februar 28	Wege in die Selbstständigkeit – Wie baue ich mir ein Unternehmen auf? Wir bauen gemeinsam deinen Businessplan auf und richten dein Mindset auf Erfolg.	09:30 – 12:30	13:30 – 18:00	JS & FM	Sab-p	Fr. 400.- inkl. MWST
Angebot 6	Datum folgt; Zeitraum April/Mai 28	Das Fotoshooting für dein Personal Branding , das dir eine Basis an hochprofessionellen Fotos gibt, die du dann für deinen Gesamtauftritt verwenden darfst. Fabienne Felder erwartet dich bei uns in der Akademie für In- und Outdoorfotos.		13:30 – 17:00	FF	Sab-p	Dein Investment variiert von Fr. 500.- bis Fr. 850.- und hängt von der Teilnehmerzahl ab.

Dozenten:

JS Joana Schön

Gastdozenten:

FM Frédéric Mathier

FF Fabienne Felder

BS Bernhard Seiffert

MS Michèle Spitaleri

MM Melanie Marti

ES Erick Sanchez

SM Stefan Märki