IN HOPE
Kistlerhofstr. 170
81379 München

Verwaltung
Tel.: 089/30 28 58
lindenberg@psycho-holistik.de

Internetpräsenz
www.psycho-holistik.de

IN HOPE
Praxis & Ausbildungsinstitut für
PSYCHO-HOLISTIK®
Anne Lindenberg & Team

Die Kompakt-Ausbildung in Psycho-Holistik

Inhalt | Seite

Historisches	2
Ein innovatives Konzept	3
Warum zweijährig?	4
Durchgehend präsente Themen	5
Die Seminarthemen	6
Weitere Aspekte der Ausbildung	11
Abschlüsse	12
Struktur und Zyklus	15
Ausbildungskultur	17
Ausbildungsleitung und Team	18
Für welche Ziele und Menschen?	19
Teilnahmevoraussetzungen	20
Häufig gestellte Fragen (FAQ)	21

Historisches

Die Ausbildung in Holistischer Psychotherapie gibt es seit **1998**;
jedes Jahr begannen im Durchschnitt 22 Teilnehmer.
Besonders stolz sind wir auf unsere Abbrecher-Quote, die, von der allerersten Ausbildung abgesehen, im Durchschnit bei knapp 9.1 Prozent (zwei Teilnehmer pro Durchgang) lag.
(Für Ausbildungen in aufdeckenden Psychotherapie-Methoden wird mit einer Abbrecherquote von bis zu 30 Prozent gerechnet!)
Viele Teilnehmer legten die Überprüfung beim Gesundheitsamt ab, für den Voll-Heilpraktiker oder für den Heilpraktiker Psychotherapie.

Nach neun Jahren und Durchgängen mit über 180 Teilnehmern wurden die Erfahrungen mit der Ausbildung in Holistischer Psychotherapie gründlich ausgewertet und das Konzept modernisiert. Im Mai 2007 startete die erste Kompakt-Ausbildung in Psycho-Holistik.

„Kompakt" heißt sie,

- ➜ weil nur vier An- und Abreisen im Jahr nötig sind
- ➜ weil in jedem der acht fünftägigen Seminare ein großes Lebensfeld und die Arbeit mit Anliegen daraus kompakt und ohne Ballast-Wissen vermittelt wird.

Ein innovatives Konzept

Menschen, die Begleitung oder Hilfe suchen, wollen ihre Ziele klären und erreichen oder ihre Probleme lösen. Dafür möchten sie nicht in erster Linie mit einer bestimmten Methode "behandelt" werden, sondern suchen einen Menschen, der sie wohlwollend, kompetent, einfühlsam und vielseitig begleitet.

Dementsprechend hat die Kompakt-Ausbildung zwei Schwerpunkte:

1. Die Ausbildung der fachlichen und persönlichen Kompetenz und der Fähigkeit zur Betreuung der Entwicklungsverläufe der Klienten.

2. Die Vermittlung effektiver Möglichkeiten für die Arbeit mit den häufigsten Anliegen aus den großen Lebensbereichen.

Das befähigt die AbsolventInnen, mit innerer Sicherheit, begeistert und vielseitig mit Menschen zu arbeiten. Dieses solide Fundament können sie je nach dem Bedarf ihrer Klienten mit Fortbildungen, Vertiefungen und Spezialisierungen erweitern.

Die vermittelten Lehrinhalte können gleichermaßen für Beratung, Coaching und Psychotherapie angewendet werden.

Dieses praxisorientierte Konzept ist einzigartig in der unüberschaubaren Landschaft der Ausbildungsangebote in freier Psychotherapie.

Warum zweijährig?

Der zeitliche Umfang der Ausbildungsangebote wird im Durchschnitt immer kürzer, da sich die kurzen und damit preiswerten Angebote vermeintlich besser vermarkten lassen. Einjährige und sogar sechsmonatige "Ausbildungen" beherrschen den Markt. Unserer Erfahrung nach mag das - vielleicht - knapp reichen für die amtliche Heilerlaubnis, aber eher nicht dafür, sich zügig einen guten Ruf und damit eine florierende Praxis aufzubauen.
Denn Klienten suchen Sie **nicht** auf, weil Sie so schnell und billig zu Ihrer Heilerlaubnis gekommen sind, sondern weil sie sich eine erfahrene, sichere und vertrauenswürdige Begleitung wünschen, die ihnen wirklich etwas bringt - dann empfehlen sie Sie auch gern weiter.
Der Ausbau der persönlichen und fachlichen Kompetenz benötigt Zeit, in der die neuen Erkenntnisse und Erlebnisse in das Gesamtselbst integriert werden und damit auch zuverlässig für den praktischen Einsatz zur Verfügung stehen.
Von einer soliden und seriösen umfassenden Grundausbildung in Psychotherapie, Coaching und Beratung kann unserer Meinung nach erst ab einem wenigstens zweijährigen Umfang gesprochen werden.

Dabei unterstützt besonders die kontinuierliche Arbeit in einer geschlossenen Ausbildungsgruppe, in der sich die Teilnehmer gegenseitig tiefgehend kennenlernen, die persönliche und fachliche Entwicklung.

Die Zeit der Ausbildung kann natürlich schon fruchtbar genutzt werden, um zum Beispiel parallel dazu die Prüfungsvorbereitung zu besuchen oder im Rahmen einer Beratungspraxis und unter Supervision schon mit Klienten zu arbeiten.

Viele andere Kollegen sind den Weg gegangen, mehrere kleinere Methoden-Ausbildungen hintereinander zu absolvieren, um sich den vielfältigen Arbeitsstil anzueignen, den sie für ihre Klienten benötigen.
Dadurch wird die Gesamt-Ausbildungszeit allerdings eher länger als zwei Jahre....

Durchgehend präsente Themen

- In allen Ausbildungsseminaren wird der persönliche Erfahrungshintergrund der Teilnehmer mit einbezogen und genutzt.

- Ihre Lebensgeschichte und ihre Persönlichkeit sind genau so wichtig wie ihre Entwicklungsprozesse.

- Die entstehende Gruppendynamik wird dabei durchgängig reflektiert und damit einhergehend die Erkundung der Aktivierung eigener Themen durch andere Ausbildungsteilnehmer, der Übertragungen, Gegenübertragungen und Projektionen.

- Entwicklung gesunder Empathie und gesunder Abgrenzung.

- Fragen, die zwischen den Ausbildungsseminaren aufgetaucht sind, werden natürlich ausgiebig beantwortet.

- Die "Basics" der Arbeit mit Menschen werden im Laufe der zwei Jahre immer deutlicher, und der sichere und selbstverständliche Umgang damit wächst von Seminar zu Seminar.

- Die Zuständigkeitsgrenzen und die klinischen Störungen, also die Grenzen nichtärztlicher Begleitung werden in Bezug auf das jeweilige Seminarthema durchgehend aufgezeigt.
  So fühlen sich die Teilnehmer dann in der Prüfungsvorbereitung im Vokabular und in der Systematik der Psychopathologie schon ganz Zuhause und können zügig und mit gutem Erfolg auf die Prüfung hin lernen.
  Natürlich ermöglicht das Wissen um die Zuständigkeitsgrenzen auch in der praktischen Arbeit, zum Beispiel im Rahmen einer Beratungspraxis ohne Heilgenehmigung, ein sicheres Gefühl und seriöses Arbeiten.

Die Seminarthemen

Den großen Lebensbereichen, aus denen rat- und hilfesuchende Klienten ihre Anliegen mitbringen, widmen wir jeweils ein Ausbildungs-Seminar.

Die Teilnehmer lernen die typischen Probleme, Fragestellungen und deren Hintergründe kennen. Die wichtigsten Interventionen für diesen Lebensbereich werden vorgestellt, demonstriert und praktisch geübt.
In den Fragerunden haben auch die Theorie und der praktische Erfahrungshintergrund der Ausbildungsleiter ihren Raum.

Überblick über die Seminarthemen:

Ausbildungsseminar 1
Gesprächs- und Kontaktgestaltung
Gelingende und misslingende Verständigung

Ausbildungsseminar 2
Persönliche Entwicklung
Muster - Fallen - Sackgassen

Ausbildungsseminar 3
Lebensgrundgefühl
Menschentypen und Lebenseinstellungen

Ausbildungssseminar 4
Trauer- und Traumakunde
Schicksalsschläge und ihre Folgen

Ausbildungsseminar 5
Single - Paar - Familie
Privates Leben und was es so mit sich bringt

Ausbildungsseminar 6
Körperliche Verfassung
Gesundheit und Krankheit

Ausbildungsseminar 7
Lebenssinn
Beruf - Berufung - Ziele - Werte - Ethik - Spiritualität

Ausbildungsseminar 8
Moderne Zeiten
Change Management

Näheres zu den Seminarinhalten:

1. Gesprächs- und Kontaktgestaltung
Gelingende und misslingende Verständigung

"Sie hört einfach nicht zu." - "Mein Chef versteht einfach nicht, was ich ihm sagen will." - "Wir reden immer aneinander vorbei."
Solche Klagen sind weit verbreitet. Besonders frustrierend zu beobachten ist, wenn bei allen Beteiligten guter Wille, Bemühen und gute Absicht spürbar sind, aber die Vorgehensweise im Gespräch einfach nicht zueinander und zu wachsendem Verständnis für einander führt, sondern zur Machtkämpfen, Konflikten und oder Trennung im Zorn. Hinzu kommt, dass viele Menschen in ihrer Vorstellungswelt leben und Schwierigkeiten haben, die Sichtweise des anderen probeweise einzunehmen.
In Beratung und Therapie ist das gelingende und Kontakt schaffende Gespräch die Basis für alle weiteren Entwicklungen. Berater/Therapeuten brauchen also mehrere gute Möglichkeiten, mit denen sie gelingende Gespräche gestalten.
Und oft genug brauchen auch die Klienten nachvollziehbare und umsetzbare Anleitungen dafür, wie sie selbst gute Gespräche führen können, gerade auch in angespannten Situationen.
In diesem Seminar wird der Beginn einer Therapie, Vereinbarung über Sitzungen, Vertrauensaufbau, Kontakt- und Therapieverlaufs-Gestaltung durch Gesprächs-Ansätze vermittelt.

Methodische Elemente, Interventionen und praktische Übungen:
- Klientzentrierte Grundhaltung
- Raum geben und Spiegeltechniken
- Vier-Ohren-Modell und Gewaltfreie Kommunikation I - Grundlagen
- Maltherapie: Dialoge des Unbewussten von Klient und Begleiter

2. Persönliche Entwicklung
Muster - Fallen - Sackgassen

Sie kennen sicherlich Menschen, bei denen Sie sich fragen, wo sie stehen geblieben sind. Immer wieder dieselben Entscheidungen werden getroffen, obwohl sie ins Leiden führen; immer wieder dieselben Verhaltensmuster werden angewendet, die zu immer wieder ähnlichen Problemen führen.
Themenschwerpunkte des Seminars:
- Welche verbreiteten Lebensgrundhaltungen, Muster und Sackgassen gibt es?
- Der psychologische Hintergrund
- Aus Sackgassen und Mustern ins "freie Fahrwasser"
- Glaubenssatzsysteme, innere Konflikte und Schutzhaltungen
- Übertragung, Gegenübertragung und Projektion

Methodische Elemente, Interventionen und praktische Übungen:
- Vertiefung der Begleitung der Selbstexploration (Selbsterkundung) im Gespräch
- Rollenspiele
- NLP / NLS
- Provokative Therapie
- Arbeit mit inneren Systemen

3. Lebensgrundgefühl
Menschentypen und Lebenseinstellungen

Bestimmte Bedingungen in der Kindheit prägen bestimmte Bewältigungsstrategien.
Auch das grundsätzliche Lebensgefühl wird in der Kindheit angelegt.
Daher vertiefen wir in diesem Seminar die Entwicklungspsychologie und die Diagnostik:
- Stresskunde I
- Wie kann von den heutigen Problemen, den Reaktionen und der Ausstrahlung des Klienten auf die lebensgeschichtlichen Ursachen geschlussfolgert werden?
- Wie kann das oft eher enge Spektrum an Möglichkeiten mit den Klienten ganz individuell und im angemessenen Tempo erweitert werden?
- Wie kann die "Aufarbeitung der Kindheit" kompetent und individuell begleitet werden?

Methodische Elemente, Interventionen und praktische Übungen:
- Bioenergetik für die Charakterstrukturen
- Nachbeelterung und biodynamische nährende Berührungsarbeit
- Ressourcenkultur I
- Hakomi
- Maltherapie
- Transaktionsanalyse
- Arbeit mit Selbstbild und Selbstwert
- Arbeit mit symbolischen Gegenständen

Bei der Arbeit in diesem Bereich zeigen sich Themen aus:

4. Trauer- und Traumakunde
Schicksalsschläge und ihre Folgen

Viele Menschen versuchen, schlimme Geschehnisse in ihrer persönlichen oder familiären Vergangenheit durch Ignorieren zu überwinden: "Das ist doch schon so lange her" - "Man muss vorwärts schauen" - "Das Leben geht weiter" sind die Sätze, die dieses Bemühen kennzeichnen. Doch jede erlebte Todesangst, jeder Schicksalsschlag, der das Nervensystem überforderte, bleibt eingraviert in das Körpergedächtnis. Das Leben geht zwar weiter, aber wenn die damalige Überlastung nicht den Weg hinaus aus dem Organismus findet, muss viel Kraft aufgewendet werden, um sie in sich aufzuheben.

Oft hat der verständnisvolle Halt durch einen anderen, zentrierten Menschen gefehlt, um das Geschehen verarbeiten zu können.
Dementsprechend setzen sich diese alten Überladungen oft in Bewegung, wenn in Beratung oder Therapie endlich solch ein zuverlässiger Halt gefunden wird.
In diesem Seminar stehen im Mittelpunkt:
- Stresskunde II
- Trauerkunde
- Bewältigung von einschneidenden Veränderungen und Verlusten
- Grundlagen der Traumakunde und der ressourcenbetonten Traumalösung im Wohlfühlbereich

Methodische Elemente, Interventionen und praktische Übungen:
- Focusing
- Ressourcenkultur II
- Imagination (innere Bilder und Reisen) I

5. Single - Paar - Familie
Privates Leben und was es so mit sich bringt

Die Persönlichkeit eines Menschen prägt seine Beziehungen zu anderen. Nachdem wir in den vorhergehenden Seminaren die Grundlagen der Arbeit mit der Persönlichkeit erkundet haben, wenden wir uns hier den Beziehungen zu.
Partnerschaftliche und familiäre Themen nehmen einen großen, vielleicht den größten Raum in Beratung und Therapie ein. Wie das geschilderte Problem in seinen Bezügen erforscht wird und wie die Persönlichkeit sich in Partnerschaft und Familie zeigt sowie bewährte und oft benötigte Vorgehensweisen sind die Themen dieses Seminars:
- Freiwilliges und unfreiwilliges Single-Dasein
- Grundlagen der Paardynamik
- Die Auflösung überlebter Bindungen
- Die Fähigkeit, Bindungen auf gute Weise einzugehen
- Mit Kindern leben, Kinder begleiten und Elternkompetenz stärken

Am Sonntag dieses Seminars sind die Partner der Teilnehmerinnen herzlich eingeladen, als Gäste dabei zu sein, die Referenten kennenzulernen und Fragen zu stellen. Auch die Single-Teilnehmer profitieren von den Grundlagen der Paararbeit, die an diesem Tag vorgestellt wird.

Methodische Elemente, Interventionen und praktische Übungen:
- Systemische Aufstellungen
- Strukturierte Gesprächsdyade
- Gewaltfreie Kommunikation II - Selbstempathie und Empathie in Stress-Situationen
- Schreibtherapie
- Themenzentrierte Interaktion
- Gestaltdialog

6. Körperliche Verfassung
Gesundheit und Krankheit

Die Persönlichkeit gestaltet Beziehungen, und Beziehungen wirken wiederum auf die körperlich-seelische Verfassung ein.
Körperliche Symptome, Schmerzen, Unfälle, Erkrankungen stellen die nächste große Gruppe von Anliegen dar, mit denen Klienten kommen.
Themen dieses Seminars:
- Unter welchen Bedingungen können und dürfen wir mit Körpersymptomen arbeiten?
- Wann müssen wir auf ärztliche Behandlung weiter verweisen?
- Stresskunde III
- Einführung in die Salutogenese und psychosomatische Medizin
- Entschlüsselung des Symbolgehaltes von Symptomen, Erkrankungen und Unfällen
- Grundlagen der heilsamen Arbeit mit Körpersymptomen

Methodische Elemente, Interventionen und praktische Übungen:

- Symbolkunde & Symbolentschlüsselung
- Imagination II - Innere Reisen zur Transformation von Emotionen, Life-Events und Körpersymptomen
- Tanztherapie

7. Lebenssinn:
Beruf - Berufung - Ziele - Werte - Ethik - Spiritualität

Wer sich als Kind sein Selbstgefühl und seine Selbstregulation nicht bewahren konnte, wird auch später eher von außen bestimmt bleiben. Die Seele oder innere Weisheit gibt jedoch keine Ruhe. Und wer sich in berufliche Umstände begeben hat, die ihm nicht entsprechen, bekommt irgendwann mit einiger Wahrscheinlichkeit Schwierigkeiten darin. Dementsprechend bilden berufliche und Lebenssinn-Fragen ebenfalls eine große Gruppe an Anliegen, mit denen Klienten uns aufsuchen.
Die Themen des Seminars:
- Symbolgehalt der gewählten Tätigkeit
- Klärung von Eignung, Wünschen und Zielen
- Kompetente Begleitung von Entscheidungen
- Behutsames Erweitern der inneren Möglichkeiten
- Berufliches und persönliches Coaching für das Erreichen definierter Ziele
- Erkundung und Vertiefung des individuellen spirituellen Rückhaltes
- Umgang mit Lebenssinn-Fragen

Methodische Elemente, Interventionen und praktische Übungen:
- Systematischer Aufbau von Coaching

- Psychodrama
- Systemisch-spirituelle Arbeit
- Ethik-Reflektion für Helfer

8. Moderne Zeiten:
Change Management

Fachleute aus den Bereichen Psychologie, Pädagogik und Gesellschaftskunde beklagen die schnellen Veränderungen, die zur Zeit unsere Gesellschaft prägen.
Es hat etwas geradezu Fiebriges, wie Anforderungen wachsen, Maßstäbe sich ändern, immer neue Fähigkeiten gebildet werden müssen, Wohnorte, berufliche Tätigkeiten und Partner gewechselt werden. Die menschlichen Bedürfnisse nach Kontinuität, Sicherheit, Kraft sparen durch Routine und Weiterentwicklung im persönlich angemessenen Tempo leiden darunter. Das macht hektisch und führt zur Zunahme von Angststörungen und Burn Out.
Im beruflichen Feld sind es besonders immer neue Nachschulungen, Nachqualifizierungen und Prüfungen, die bestanden werden müssen von denen, die mithalten wollen.
Und immer, wenn etwas Neues eintritt, muss auch etwas Gewohntes verabschiedet werden.
Die Themen dieses letzten Seminars sind also:
- "Wachstumsschmerzen": die Bewältigung von Veränderungen
- Prüfungen bestehen (was für viele Teilnehmer der nächste Schritt sein wird)
- Abschied nehmen - auch, wie eine Therapie oder Beratung beendet wird und mit dem Klienten Abschied gestaltet werden kann,

<u>Methodische Elemente, Interventionen und praktische Übungen:</u>
- Ritualkunde, Arbeit mit Ritualen
- Strukturiertes Abschiednehmen
- Ressourcenkultur III

Weitere Aspekte der Ausbildung

In der Ausbildung spielen die eigentlichen Ausbildungsinhalte natürlich eine tragende Rolle, genauso wichtig sind jedoch auch folgende Aspekte:

- **Implizites Lernen am Vorbild:**
  Wie die Ausbildungsleiter mit konkreten Problemstellungen arbeiten und was sie an Kommentaren und persönlichen Reaktionen zeigen, bietet Modelle und Beispiele für die beraterische und therapeutische Haltung.

- **Synergieeffekte:**
  Von Seminar zu Seminar vernetzt sich das bereits Gelernte miteinander sowie mit der wachsenden Sicherheit und Selbstkenntnis und eröffnet zunehmende neue Dimensionen beraterischer und therapeutischer Möglichkeiten, die weit über die Lehrinhalte hinausgehen.

- **Kreativ und geschmeidig mit Menschen arbeiten:**
  Das Kennenlernen und praktische Üben von Elementen aus etwa 30 unterschiedlichen Methoden ermöglicht das wirklich individuell angepasste Vorgehen mit Klienten; die Intuition bekommt einen vielfältigen Erfahrungspool, auf den sie zurückgreifen kann. Viele Elemente können auch miteinander kombiniert werden, so dass ganz neue, vielleicht nur dieses eine Mal verwendete Interventionen entstehen können - das ist das eigentliche freie, kreative und methodenunabhängige, ganz dem Klienten und seinem Prozess folgende Psycho-Holistische Arbeiten!

Abschlüsse

Sie haben vor Ausbildungsbeginn die Wahl, ob Sie die Ausbildung mit der Bescheinigung oder mit dem Zertifikat abschließen möchten.

1. Die Bescheinigung

- Wenn Sie (vorerst) keine amtliche Heilerlaubnis anstreben
- Wenn Sie bereits eine (eingeschränkte oder uneingeschränkte) Heilerlaubnis besitzen
- Wenn Sie die Kompaktausbildung nutzen möchten, um die Berufe Berater, Coach oder Therapeut gut kennen zu lernen
- Wenn Sie bereits fachliche und persönliche Kompetenzen gebildet haben und die Kompakt-Ausbidung nutzen möchten, um diese zu erweitern (zum Beispiel nach einer bereits absolvierten methodenzentrierten Ausbildung)
- Wenn Sie vorerst eine Beratungspraxis eröffnen möchten
- Wenn Sie weiterhin in Ihrem Herkunftsberuf arbeiten und dafür durch die Ausbildung mehr Know-How bekommen möchten,

dann nehmen Sie lediglich an den acht Ausbildungsseminaren teil und zahlen auch nur diese. Für Ihre Teilnahme bekommen Sie zum Abschluss der Ausbildung eine Bescheinigung ausgestellt, die eine detaillierte Beschreibung und Auflistung der Ausbildungsinhalte enthält. Versäumte Ausbildungsinhalte können wir leider nicht bescheinigen.
Ein Recht auf das Nachholen versäumter Ausbildungsinhalte besteht nicht.

2. Das Zertifikat

Mit dem Ausbildungs-Zertifikat bestätigen wir Ihnen, dass Sie die Ausbildung erfolgreich absolviert haben und dass wir Sie für fähig halten, mit Klienten eigenverantwortlich und selbständig psychotherapeutisch zu arbeiten.
Das setzt auch voraus, dass Sie sich persönlich während der Ausbildungszeit entwickeln, eigene Themen und Ihren lebensgeschichtlichen Hintergrund bearbeitet und Ihre Übertragungs- und Projektionsmuster kennen gelernt haben. Kurz: Dass Sie selbst durch den therapeutischen Prozess gegangen sind und eine stabile, kompetente "Therapeuten-Persönlichkeit" entwickelt haben.
Das Zertifikat ist also ein hochwertiges Zeugnis, dass Ihnen therapeutische Eignung bestätigt. Für spätere Bewerbungen und Anträge, zum Beispiel in einer Klinik, einer Beratungsstelle oder in einem Berufsverband ist es für Sie nützlich, weil damit Ihre Qualifikationen detailliert und aussagefähig dokumentiert sind.
Um dieses Zertifikat ausstellen zu können, brauchen wir die Sicherheit

- dass Sie in einem bestimmten Umfang Erfahrungen in Eigentherapie und Übungstherapie/Übungsberatung mit Klienten gesammelt haben
- dass Sie Ihre Übungstherapien supervisorisch haben begleiten lassen
- dass Sie den Lernstoff zwischen den Ausbildungs-Einheiten übend vertieft haben und zur Beendigung der Ausbildung beherrschen.

Wurden Unterrichts-Inhalte von Teilnehmern im Zertifizierungsgang versäumt, behält sich die Leitung die Prüfung des Einzelfalls vor.

a. Voraussetzungen

1. Peergroups
2. Übungssitzungen
3. Falldokumentation
4. Supervision
5. Dokumentation der eigenen Entwicklung
6. Reguläre Eigentherapie

Zu 1. Peergroups

Sie vertiefen nach jedem Ausbildungsseminar das Gelernte praktisch und theoretisch in Peergroups (übende Teilnehmergruppe mit je ca. vier Teilnehmern).
Die Peergroups dokumentieren ihre Arbeit miteinander. Das Protokoll bringt die Peergroup mit zur Supervision vor dem nächsten Ausbildungsseminar.
Die Arbeitstreffen finden mindestens einmal zwischen den Ausbildungseinhalten statt, insgesamt mindestens sieben Treffen in den zwei Jahren. Der Gesamtumfang für die Arbeit in der Peergroup beträgt mindestens 28 Stunden.
Die Übungsstunden in der Peergroup werden im Zertifikat aufgeführt und bescheinigt.

Zu 2. Übungssitzungen

Während der Ausbildung nehmen und geben Sie Übungssitzungen mit je einem anderen Teilnehmer und protokollieren diese Arbeit.
Die Übungstherapie hat in den zwei Jahren einen Gesamt-Umfang von mindestens 20 Stunden als Klient und 20 Stunden als Berater/Therapeut.
Die Übungssitzungen werden im Zertifikat aufgeführt und bescheinigt.

Zu 3. Falldokumentation

Sie fertigen eine schriftliche Falldarstellung zu Ihrer Übungstherapie an. Die Inhalte und der Verlauf der Therapie und die Entwicklung Ihres Klienten werden von Ihnen schriftlich dargestellt in einem Umfang von 10 bis 15 Seiten.
Diese Falldokumentation wird im Zertifikat aufgeführt und bescheinigt.

Zu 4. Supervision

Für die Arbeit in Ihrer Peergroup und für Ihre Arbeit als Übungstherapeut/Übungsberater nehmen Sie Supervision.
Der Supervisionstag (Umfang vier Stunden) findet am Donnerstag-Vormittag vor dem Programm des Ausbildungsseminars statt.
Die Supervision hat einen Umfang von 28 Stunden.
Die Supervision wird im Zertifikat mit Stundenumfang und Inhalten aufgeführt und bescheinigt

Zu 5. Dokumentation der eigenen Entwicklung

Sie dokumentieren Ihre eigene Entwicklung während der Ausbildung und geben diese Dokumentation zwei Wochen vor Beginn des letzten Ausbildungsseminars in der Verwaltung ab.

Zu 6. Reguläre Eigentherapie

Sie weisen bis zwei Wochen vor Beginn des letzten Ausbildungsseminars 20 Stunden

Eigentherapie oder Selbsterfahrung bei einer / einem psycho-holitisch arbeitenden TherapeutIn/en nach, in Gruppen- oder Einzeltherapie.

Ihre Eigentherapie-Stunden werden im Zertifikat aufgeführt und bescheinigt.

Wenn Sie diese Erfordernisse nachweislich erfüllen, stellt das IN HOPE Ihnen Ihr Zertifikat zur Ausbildung in Psycho-Holistik aus.

b. Nachträgliche Zertifizierung
Wenn Sie die Ausbildung vorerst mit der Bescheinigung abschließen und nachträglich das Zertifikat erwerben möchten, dann sammeln Sie nach der Kompaktausbildung die nötigen Voraussetzungen in dem Tempo, dass Ihnen angenehm ist. Wenn Sie alle Voraussetzungen belegen können, reichen Sie sie in unserem Büro ein. Nach Prüfung auf Gültigkeit und Vollständigkeit stellen wir Ihnen dann das Zertifikat aus.
Für die nachträgliche Prüfung und Ausstellung wird eine Gebühr in Höhe von € 100, - erhoben.

c. Zertifikats-Erweiterungen
1. Absolvierung von Fortbildungen im IN HOPE
Jede Fortbildung und weitere Ausbildung, die Sie am IN HOPE absolvieren, können Sie in Ihrem Zertifikat eintragen lassen. Dafür stellt das IN HOPE Zertifikats-Erweiterungen aus mit genauer Beschreibung von Umfang und Inhalten der Fortbildung
Für die Ausstellung von Zertifikats-Erweiterungen wird eine Gebühr von jeweils € 30, - erhoben

2. Assistenz bei der Kompaktausbildung und bei Fortbildungen das IN HOPE
Wenn Sie Ihre bisherigen Erfahrungen durch Assistenz vertiefen möchten, können Sie sich für die Veranstaltungen bewerben, die Sie bereits als Teilnehmer/in absolviert haben.
Sie übernehmen einige Aufgaben und profitieren dafür von den Besprechungen mit der Leitung und können am ganzen Ausbildungsprogramm noch einmal aus einer anderen Perspektive teilnehmen.

Außerdem sammeln Sie Erfahrungen in der Gruppenleitung, indem Sie einige Übungen anleiten. Dadurch erweitern Sie Ihre Kompetenz.
Die Assistenz ist kostenfrei; wir erwarten dafür, dass Sie die Assistenz-Vereinbarung einhalten und zum Beispiel lückenlos anwesend sein werden.
Über Anträge zur Assistenz entscheidet das IN HOPE; ein Recht auf Assistenz besteht nicht.
Auch die Assistenz können Sie als Zertifikats-Erweiterung dokumentieren lassen.
Dafür wird eine Gebühr von jeweils € 30, - erhoben.

Struktur und Zyklus

Die Ausbildung startet jedes Jahr im Oktober und endet im Juli zwei Jahre später.

Urlaubstage
Die Struktur der Kontakt-Ausbildung ermöglicht Ihnen die Teilnahme auch, wenn Sie von weit her anreisen.
Wenn Sie aus München oder der Region kommen, benötigen Sie pro Jahr acht Tage Urlaub.
Sie haben also nur vier An- und Abreisen im Jahr.

Zusätzliche Gebühren für die Zertifizierung

Supervision: 28 Stunden à 60 Minuten	€ 700,-
Bearbeitung der Abschlussarbeit und Ausstellung des Zertifikats	€ 150,-
Reguläre ausbildungsbegleitende Eigentherapie: 20 Sitzungen	€ 1.800,-

Zahlweisen, Ermäßigungen

Ihr Vorteil: Keine Anmeldegebühr, keine Anzahlung!
Andere Teilzahlungen sind nach Absprache möglich.

Ratenzahlung:	20 monatliche Raten à	€ 280,-
Mit Supervision:	20 monatliche Raten à	€ 320,-
Zwei Raten:	Zu Beginn des 1. und des 2. Jahres je	€ 2.400,-
Mit Supervision:	Zu Beginn des 1. und des 2. Jahres je	€ 2.750,-

Rabatte durch Empfehlung:
Empfehlen Sie uns und sparen Sie Geld!
Jeder Teilnehmer, der auf Ihre Empfehlung
hin den Ausbildungsvertrag unterschreibt,
bringt Ihnen einen Rabatt ein von € 100,-
den Sie für eine andere Veranstaltung des IN HOPE
einlösen können, auch für Einzel- oder Gruppensitzungen.

Ausbildungskultur

- Sie lernen detailliert, welche Varianten der Interventionen Sie als Berater und welche Sie als Therapeut anwenden dürfen.

- Zu jedem Themenfeld vermitteln wir den theoretischen Hintergrund.

- Sie sehen Life-Demonstrationen der praktischen Arbeit in dem jeweiligen Themenfeld (von den Ausbildungsleitern mit Teilnehmern durchgeführt).

- Sie üben die Interventionen in der Teilnehmergruppe im wechselnden Rollenspiel als Klient, Therapeut/Berater und als Supervisor.

- Sie lernen zu jedem Themenfeld, bis wohin Sie arbeiten dürfen, in welchen Fällen Ihr Klient zusätzliche (zum Beispiel ärztliche) Behandlung oder Betreuung (zum Beispiel durch eine Behörde) benötigt und wie Sie das erkennen.

- Sie bekommen in jeder Ausbildungseinheit ein ausführliches Skript (in den Ausbildungsgebühren enthalten) und eine Bücherliste, wobei die Bücher im Unterricht vorgestellt und besprochen werden.

- Anne Lindenberg und alle Assistenten /Co-Leiter bringen ausgiebige und gründliche ^ Ausbildungen, Eigentherapie und langjährige praktische, professionelle Erfahrung im beraterischen, Coaching- und psychotherapeutischen Feld mit. Vor dem Hintergrund unseres Erfahrungsschatzes wurde diese praxisbetonte Kompakt-Ausbildung entwickelt, in der die Teilnehmer lernen, was sie zum erfolgreichen Arbeiten brauchen, ohne Ballast-Wissen bezahlen zu müssen.

- Wir schätzen Humor, lachen oft und arbeiten engagiert und mit Begeisterung. Damit stecken wir die Teilnehmer gern an.

- Unser Arbeitsstil ist stabilisierend, achtsam, wohlwollend, wertschätzend, behutsam, die Selbstbestimmung der Klienten und Teilnehmer fördernd und ressourcenorientiert. Die Wahrnehmung für sich selbst und für andere Menschen zu vertiefen und mit diesen Wahrnehmungen heilsam, fruchtbar und wertschätzend umzugehen, ist uns sehr wichtig. Unser Anliegen ist es, diese Haltung zu lehren und zu vermitteln.

- Wir sehen die TeilnehmerInnen mit uns menschlich auf gleicher Augenhöhe und in Gleichwürdigkeit.

- Wir arbeiten bestmöglich innerhalb sicherer und geschützter Grenzen und respektieren und unterstützen die Selbstbestimmung und Selbstregulation der Teilnehmer.

- Wir berücksichtigen die biologischen Aufmerksamkeits- und Spannungskurven, so dass die Ausbildung abwechslungsreich, ohne Überforderung, angenehm und anregend verläuft. Aktive, spielerische, rezeptive (aufnehmende), erholsame und theoretische Phasen wechseln einander ab.

- Die persönliche Entwicklung der Teilnehmer bewirkt Veränderungen in ihrem Umfeld. Dies berücksichtigen wir und arbeiten dementsprechend bestmöglich paar- und familienerhaltend.

- Jede Glaubenshaltung, Religion und ethische Haltung wird von uns respektiert und akzeptiert, soweit sie die Würde des Menschen und sein Recht auf Selbstbestimmung uneingeschränkt achtet.

- Wir legen Wert darauf, dass Sie und wir uns persönlich miteinander bekannt machen, bevor Sie sich für die Teilnahme an der Kompakt-Ausbildung entscheiden.
  Dafür haben wir die Info-Abende, die Vorträge, die Schnuppertage und das Grundlagenjahr in Psycho-Holistik eingerichtet.

Ausbildungsleitung und Team

- **Anne Lindenberg,** München, Ausbildungsleitung
- **wechselnde AssistentInnen und Co-LeiterInnen**

Zu den Qualifikationen der Leitung und der Assistenz Co-Leitung erfahren Sie mehr auf unserer Webseite
www.psycho-holsitik.de unter "Wir stellen uns vor".

Für welche Ziele und Menschen?

1. Ihr Ziel ist es, eine **Praxis für Beratung, Coaching und / oder Psychotherapie** eröffnen und erfolgreich führen zu können. Dafür suchen Sie eine solide, fundierte Grundausbildung, nach deren Abschluss Sie kompetent und sicher in Ihrem neuen Beruf sind.

2. Sie möchten nach Aus- oder Fortbildungen Ihre **Kompetenz für die häufigsten Anliegen erweitern**.

3. Sie sind bereits als **Heilpraktiker/in, Berater/in, Therapeut/in, Masseur/in, Physiotherapeut/in** tätig und möchten noch sicherer, flexibler, klientenzentrierter und fruchtbarer mit den Anliegen Ihrer Klienten umgehen.

4. Sie arbeiten als **Coach, Trainer, in der Personal- oder Teamentwicklung, als Seminarleiter/in**, möchten Ihre bereits vorhandenen Kompetenzen im psychologischen Bereich vertiefen und vielleicht Ihrem Klientel auch, wenn sinnvoll, therapeutische Begleitung anbieten können.

5. Sie arbeiten im **Sozialwesen** als Sozialarbeiter/in, Sozialpädagoge/in, Bewährungshelfer/in, im Sozialamt als Sachbearbeiter/in o. ä., kennen also die häufigsten Lebensprobleme und möchten Ihre Arbeit erweitern und erfolgreicher gestalten.

6. Sie arbeiten im **Erziehungswesen** als Pädagoge/in, Lehrkraft, Vertrauenslehrer/in Erzieher/in oder engagieren sich als Elternteil im Kindertagesstätten- oder Schulwesen und möchten schwierige Situationen oder Kinder / Eltern / Lehrer mit ihren Anliegen und Problemen besser verstehen und sicherer und fruchtbarer damit umgehen.

7. Sie arbeiten in der **Erwachsenenbildung** als Lehrkraft, Dozent/in, Aus- oder Fortbilder/in oder Kursleiter/in und möchten für Ihre Teilnehmer ein/e kompetente/r Berater/in sein, wenn diese sich mit Problemen an Sie wenden. Vielleicht möchten Sie Ihr Tätigkeitsfeld auch um eine Beratungs- oder Therapiepraxis erweitern.

8. Sie arbeiten fest angestellt im **Gesundheitsbereich** als Pflegekraft, Klinik-Therapeut/in o.ä. und möchten Ihre Patienten und deren Angehörige mit kompetenter Gesprächsführung unterstützen. Vielleicht spielen Sie auch mit dem Gedanken, Ihr Tätigkeitsfeld um eine eigene Beratungs- oder Therapiepraxis zu erweitern.

9. Sie arbeiten als **Telefonseelsorger oder für eine Kirche als Seelsorger, oder als Trauerbegleiter** und möchten den fachlichen Hintergrund Ihrer Tätigkeit vertiefen, um wirksamer und gezielter helfen zu können. Dafür legen Sie Wert auf eine ideologieneutrale, nicht manipulierende Leitung.

10. Sie haben bereits **Eigenerfahrung im therapeutischen Prozess**, möchten mehr Hintergrundwissen für Ihre Erfahrungen und dieses vielleicht auch nach Abschluss der Ausbildung anderen Menschen zur Verfügung stellen.

Teilnahmevoraussetzungen

Mindestalter	23 Jahre
Gesundheitsattest	Gesundheitsattest von einem Arzt, nicht älter als drei Monate vor Ausbildungsbeginn, in dem normale körperliche und seelische Belastbarkeit bescheinigt wird.
Lebenslauf	Bisheriger beruflicher Hintergrund, Erfahrungen in der Arbeit mit sich selbst oder mit anderen Menschen.
Motivation	Ausführliche Beschreibung der Erwartungen an die Ausbildung.
Fragebogen	Der ausgefüllte Fragebogen ist beizufügen.
Spielregeln	Schriftliche Einverständniserklärung mit den Spielregeln des IN HOPE

Näheres dazu finden Sie in den beiliegenden Anträgen und Formularen.

Häufig gestellte Fragen (FAQ)

➜ **Ist die Kompakt-Ausbildung in Psycho-Holistik von den prüfenden Amtsärzten als Verfahren anerkannt?**

Den Amtsärzten in München Stadt und Landkreis sowie den benachbarten Landkreisen ist der Begriff "Holistische Psychotherapie" durch über 100 Prüfungskandidaten bestens bekannt.
In der Überprüfung zählt für die Amtsärzte nicht so sehr das Verfahren, sondern ob die angewendete Arbeitsmethode die psychotherapeutischen Grundanforderungen erfüllt.
Das sind zum Beispiel:

- Sicheres Eingrenzen des Zuständigkeitsbereiches, zum Beispiel Verbot von invasiven (die Körpergrenzen überschreitenden) Maßnahmen jeder Art; Verschreibungsverbot etc.
- Sichere Diagnostik, insbesondere auch von ausschließenden Störungen
- Sichere Kenntnisse im Bereich Übertragung, Gegenübertragung und Projektion
- Frühzeitiges Erkennen von Destabilisation, Krise und Suizidalität
- Fundierte Kenntnisse über andere Hilfemöglichkeiten, die im Einzelfall angebrachter sein können als Psychotherapie (Kur, Beratungsstelle, Behörde, Arzt, Klinik, Selbsthilfegruppe etc.)
- Genaue Kenntnis der Kapazität des angewendeten Verfahrens: Zielgruppe, behandelbare Störungen, Schwerpunkte

All diese Punkte werden von der Komapkt-Ausbildung in Psycho-Holistik bestens erfüllt.
Sie kann für die Überprüfung sowohl im vorher eingereichten Lebenslauf als auch in der mündlichen Selbstdarstellung hervorragend beschrieben und dargestellt werden.

➜ **Für welche Menschen ist die Kompakt-Ausbildung nicht geeignet?**

- Menschen, für die es sehr wichtig ist, sich in der Arbeit an einen genauen Plan, ein Programm oder eine Technik zu halten, und die daran auch nichts ändern möchten, fühlen sich möglicherweise in einer Ausbildung wohler, in der auf die Bildung einer sicheren Intuition nicht so viel Wert gelegt wird.
- Menschen, die nur nach naturwissenschaftlich erwiesenen Prämissen arbeiten möchten, können ihren Weg wohl besser "durch die Instanzen" gehen, also nach einem Studium die mehrjährige Ausbildung in Psychoanalyse, tiefenpsychologisch fundierter Psychologie oder Verhaltenstherapie absolvieren.
- Menschen, die einen von den gesetzlichen Krankenkassen erstattungsfähigen Status (= Approbation) anstreben: Für sie gilt das Gleiche wie im vorigen Punkt.
- Für Menschen, die ausschließlich andere Menschen behandeln möchten und nicht bereit sind, ihren eigenen Entwicklungsprozess innerhalb der Ausbildungsgruppe zu thematisieren und auch nicht selbst an praktischen Übungen als Klient teilnehmen wollen, ist die Kompakt-Ausbildung nicht die richtige Form.
- Menschen, die selbst in ihrem Leben aktuell besonders große Belastungen tragen oder Patientenstatus haben (regelmäßige Einnahme von Psychopharmaka, Beta-Blockern, Beruhigungs- oder Schmerzmitteln),

- oder die nicht bereit sind, die Abstinzenregel einzuhalten (während der Seminartage weitgehender Verzicht auf Alkohol und kompletter Verzicht auf andere bewusstseinswirksame Substanzen mit Ausnahme von Nikotin), sind in der Kompakt-Ausbildung dann willkommen, wenn sie gesund und stabil geworden sind.

➜ Warum werden für das Zertifikat 20 Stunden Eigentherapie verlangt?

Die Eigentherapie stellt ein wichtiges Kapital für die spätere Arbeit mit Menschen dar. Nur wer selbst erlebt hat, was Therapie, Beratung, Selbsterfahrung und Coaching bewirkt, in welche Dynamiken man gerät und was einem weiterhilft und was eher nicht, kann ein Einschätzungsvermögen dafür entwickeln, was er seinen Klienten zumuten kann, soll und nicht darf.
Außerdem besteht ohne Selbsterfahrung und Eigentherapie das Risiko, mit den Klienten, gerade in der Psychotherapie, heikle Themen zu meiden oder zuzudecken, die man mit dem Klienten gemeinsam hat, von denen man aber vielleicht noch nichts weiß (Blinde Flecken und Kollusion).
Aus diesen Gründen wird von offiziellen und seriösen Institutionen ein Zertifikat in diesem Bereich nur ernst genommen, wenn darin genügend Eigentherapie belegt wird.
Bei dem geforderten Umfang von 20 Stunden handelt es sich um das Minimum.
Wir erwarten von unseren Teilnehmern, dass sie ihren Bedarf an regulärer Eigentherapie während der Ausbildung selbst einschätzen und ihn selbstverantwortlich auch decken. Das Ausbildungsteam gibt gern Einschätzungen und Empfehlungen im Einzelfall!
Übrigens zählen Gruppenstunden im vollen Umfang, da wir meinen, dass auch als "involvierter Zeuge" der eigene Prozess angeschoben wird.

➜ Warum empfiehlt das IN HOPE für Eigentherapie Psycho-Holistische Therapeuten?

Am sichersten als Coach, Berater und Therapeut arbeiten Sie mit den Ansätzen, die Sie aus eigener Erfahrung kennen. Diese Art und diese Interventionen, von denen Sie genau wissen, wie sie wirken, werden Sie auch ehesten anwenden. Aus diesem Grund wird auch in methodenzentrierten Ausbildungen die Eigentherapie in dieser Methode gefordert.

➜ Wenn meine Umstände sich ändern oder mir die Ausbildung zu schwer wird, kann ich sie dann abbrechen?

Da es sich um eine geschlossene Gruppe handelt, ist ein "Aussteiger" für alle Beteiligten schwierig zu verkraften. Wir legen Wert darauf, dass sich nur Menschen für die Ausbildung bewerben, die eine sehr hohe Motivation haben und die die zwei Jahre in privater, beruflicher und finanzieller Hinsicht überschauen. Nur in ganz bestimmten Ausnahmefällen ist daher ein vorzeitiges Verlassen der Ausbildung im gegenseitigen Einverständnis möglich (Härtefälle).

➜ Was ist, wenn ich während oder sogar zu Beginn der Ausbildung schwanger werde?

Damit hat das Ausbildungsteam reichhaltige Erfahrungen. Die Teilnahme als Schwangere wird modifiziert, indem möglicherweise anstrengende Übungen nur beobachtet werden. Die Leitung betreut Schwangere besonders sorgsam und rücksichtsvoll. Etliche schwangere Frauen haben bereits mit gutem Erfolg die Ausbildung absolviert. Sie empfanden die Unterstützung durch die Großgruppe und ihre Kleingruppe als besonders haltgebend, nährend und wertvoll.

Mit dem "neuen" Baby findet sich in den meisten Fällen eine gute Lösung.
(Es ist schon vorgekommen, dass eine "frische" Zwillingsmutter, die auch noch weit weg zog, für ein Jahr pausierte und dann zur Halbzeit in die nächste Ausbildungsgruppe eintrat. Das war mit beiden Ausbildungsgruppen sorgfältig abgestimmt und ging sehr gut.)

➜ **Kommt in der Ausbildung nicht zu viel seelisch Gehaltenes ins Bewusstsein? Wie gefährlich kann die Ausbildung werden?**

Da die Inhalte systematisch aufeinander aufbauen und im Vorfeld angekündigt werden, kann die Seele sich jeweils gut vorbereiten. Die Selbstregulation der Teilnehmer wird nachdrücklich gefördert; beispielsweise werden die Teilnehmer niemals zu Übungen und Spielen überredet oder genötigt. Natürlich können bisher gehaltene Themen auftauchen, die bestmöglich betreut werden. Dabei ist die Gruppe selbst durchaus sehr schützend und tragend.
Da die Ausbildung selbst keine Therapie ist und eine solche auch nicht ersetzen kann, sind auch die Inputs nicht pushend oder widerstandsbrechend, sondern werden behutsam und im Übungsmodus durchgeführt.

➜ **Wenn ich Elemente aus so vielen Methoden lerne, habe ich dann hinterher nicht vielleicht nur ein Sammelsurium? Kann ich damit nach der Ausbildung wirklich effektiv mit Klienten arbeiten?**

Hier das Zitat eines Absolventen, der die Ausbildung zweimal, davon einmal als Assistent mitgemacht hat und mit gutem Erfolg seit etlichen Jahren in eigener psychotherapeutischer Praxis als Holistischer Therapeut arbeitet:
"Die Ausbildung ist wie eine lange, sehr vielfältige Strecke, die ich zurücklege. Gegen Ende hin schließt die Strecke sich zum Kreis, alles fällt an seinen Platz und ergibt ein Ganzes. Die zurükkgelegte Strecke umfasst nun einen weiten Raum, in dem ich mich gut auskenne und mich sicher bewegen kann."

Ja, besser kann es nicht beschrieben werden!

© und Urheberrecht für Texte, Grafiken und Bilder:
Anne Lindenberg