

HEB Coaching® - Ausbildungen zum dipl. Coach/Berater HEB® für die Einzel- und Paarberatung

HEB Coaching®

Die HEB Coaching Fachschule bietet Ihnen exklusiv im deutschsprachigen Raum eine moderne und praxistaugliche Ausbildung in psychographisch-lösungsorientiertem Coaching®.

In abwechslungsreichen, persönlichen und angenehm gestalteten Seminaren eignen Sie sich in dieser ca. einjährigen, nebenberuflichen Ausbildung das Wissen und die Werkzeuge der **HEB Coaching-Methode** an. Die erforderlichen theoretischen und praktischen Inhalte wurden lerngerecht strukturiert, gut verständlich und praxisbezogen vermittelt (auch für Nicht-Akademiker gut machbar).

Wir bieten Ihnen mit unserer modular aufgebauten Ausbildung eine zuverlässige Konzeption, eine angenehme Lernkultur mit viel Praxis in den einzelnen Sitzungsformaten (ca. 40% der Seminarzeit) sowie fundierte theoretische Grundkenntnisse über wissenschaftliche Quellen und Entwicklung von HEB Coaching.

Vorteile einer HEB Coachingausbildung:

- ✚ Solide Grundausbildung mit Praxiswerkzeugen im überschaubaren Zeitrahmen
- ✚ Breite Anwendungs- und Einsatzmöglichkeiten im beruflichen u. selbstständigen Kontext
- ✚ Aus d. Praxis entwickelte Methode mit systemischen u. lösungsorientierten Werkzeugen
- ✚ Vielfältige Weiterbildungsmöglichkeiten
- ✚ Gutes Preis/Leistungsverhältnis
- ✚ Auch für Nichtakademiker gut erlernbar - *praxisnah*

Nach Abschluss der Ausbildung sind Sie in der Lage, lösungs- und ressourcenorientiert als dipl. Coach/ Berater HEB und markenrechtlich geschützt zu arbeiten.



Die Ausbildung wird vom Schweizer Fachverband für psychographisch lösungsorientiertes Coaching SFPLC anerkannt.

Was lernen Sie ?

- ✚ Lösungsorientierte Gesprächs- und Frage-techniken (praxiserprobt)
- ✚ Systemische und methodisch strukturierte Arbeitsformen
- ✚ Menschenkenntnis mit dem Basler Psychographie Modell und daraus hergeleitete Sitzungsformate mit Atemimpulsarbeit (u.a. mit NLP Techniken, systemischen Übungen, Systembrett)

HEB Coaching ist ein modernes Beratungskonzept.

Mit seiner **Fokussierung auf Lösungen**, seinem systemischen und pädagogischen Ansatz ermöglicht es schnelle und wirkungsvolle Unterstützung, um Klienten wieder handlungsfähig und flexibel machen zu können - ihre verborgenen Lösungsstrategien zu finden.

Dabei geht es um die Erarbeitung von realisierbaren, konkreten Strategien, welche die Klienten im eigenen Leben einsetzen können, um ihren gewünschten Zielen näher zu kommen und sie zu erreichen.

Ermöglicht wird dies durch die drei Grundkomponenten der HEB Coaching Methode:

- ✚ **Das Basler Psychographie Modell**
unser Denkmodell und Entwicklungs-Werkzeug
- ✚ **Psychographisch Lösungsorientiertes Coaching**
die systemische und psychographische Arbeitsweise
- ✚ **Psychographische Aufstellungsarbeit**
die erlebnisorientierte Potentialentwicklung

Das Basler Psychographie Modell - angewandte Menschenkenntnis

Das Denkmodell und Entwicklungswerkzeug

Gute Menschenkenntnis zu haben, ist für eine Beratungstätigkeit sehr wichtig.

Für ein psychographisch lösungsorientiertes Arbeiten war es daher notwendig, ein Denkmodell zu entwerfen, das einerseits den Blick auf die Strukturen unserer drei Lebensbereiche *Handeln, Erkennen, Beziehung* und ihrer Differenzierungen ermöglicht, andererseits aber keine inhaltlich-typologischen Vorgaben macht, welche individuelle Lösungs-Prozesse einschränken würden.

So ist das praxis- und anwendungsorientierte *Basler Psychographie Modell* mit den *sieben Potentialebenen* entstanden, das dem lösungsorientierten Grundanspruch und der der Forderung nach dem **Expertentum des Klienten** konsequent entspricht (die „Datenlage“ ist Sache des Klienten).

Die inhaltliche Ebene bleibt dabei immer in seiner Verantwortung. Dies ist eine Voraussetzung für eine wertschätzende und anerkennende Grundhaltung des Coachs und letztendlich auch Grundlage für Prozesse des Gelingens.

Psychographie und Menschenkenntnis mit Potential Ebenen

Das Basler Psychographie Modell ist ein **praxisfokussiertes Denkmodell**, um Vorgänge, Prozesse und Gesetzmässigkeiten der menschlichen Seele in den drei Lebensbereichen *Handeln, Erkennen, Beziehung* und ihrer *Verknüpfung mit der*

Emotionalität darstellen und erklären zu können.

Die verschiedenen psychischen Potential-Ebenen ermöglichen zusätzlich eine weitere und individuelle **Differenzierung** der Persönlichkeit mit ihren **Stärken und Schwächen**.

Die praktische Nutzung der daraus resultierenden Erkenntnisse und die Integration von Atmung und Körperwahrnehmungen ermöglicht **neue und ganzheitliche Coaching-konzeptionen**, die den Klienten in die Lage versetzen, einschränkende Fehlverhalten wieder neu zu bewerten und dann positiv zu verändern.

Potential Psychographie als Werkzeug - Anwendungen und Interventionen

Mit Hilfe des Basler Psychographie-Modells integrieren wir lösungsorientierte und systemische Arbeitsweisen in das ganzheitliche HEB Coaching-Konzept:

Alle HEB Beratungs- und Coachingtechniken (s. Seite 4) sind unter **Berücksichtigung der drei psychographischen Bereiche** - *Handeln, Erkennen und Beziehung* - und der zugehörigen sieben Potentialebenen konzipiert worden.

Auch die systemischen Arbeitsweisen für die Einzel- und Paarberatung sowie die integrierte Atemimpulsarbeit, sind von den Gesetzmässigkeiten dieses Denkmodells geprägt. Praxis- und anwendungsorientiert aktivieren sie die unterschiedlichen Ebenen und Potentiale der Persönlichkeit beim Klienten.

Die verschiedenen psychischen **Potential-Ebenen** ermöglichen es modellhaft, die Persönlichkeit des Menschen mit ihren Stärken und Schwächen individuell und differenziert anzuschauen.

Sie sind auch die **Verbindungsstelle zur praktischen Nutzung** in Arbeitstechniken und Sitzungsformaten.

Die Potential-Ebenen beschreiben z.B. unseren Umgang mit *Zeit und Zeiträumen*, unsere *Beziehungen* zu uns selbst, dem anderen oder der Gemeinschaft, aber auch welche *Steuerungsmechanismen* uns beeinflussen.

Am Beispiel der **Systemebene** wird deutlich, wie sich dies im *Handeln, dem Erkennen und im Beziehungsbereich* unterscheidet:

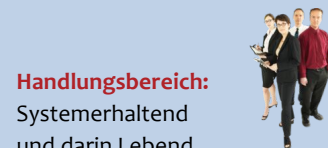
Beziehungsbereich:

Systembildend und Entwickelnd



Erkenntnisbereich:

Systemreflektierend und Hinterfragend



Handlungsbereich:

Systemerhaltend und darin Lebend

Die verschiedenen psychischen **Potential-Ebenen** ermöglichen es modellhaft, die Persönlichkeit des Menschen mit ihren Stärken und Schwächen individuell und passgenau anzuschauen.

(Persönlichkeits-Profilanalyse)

Psychographisch lösungsorientiertes Coaching PLC®

Die HEB Coaching Methode setzt mit dem psychographisch lösungsorientierten Coaching die **aktuellen und anerkannten Arbeitstechniken** der heutigen lösungsorientierten und systemischen Schulen in den konzeptionellen Rahmen des Basler Psychographie Modells und passt sie für die Anwendungen in der Coachingpraxis an.

Im HEB Konzept kommen lösungsorientierte Gesprächswerkzeuge (und Fragetechnik) ebenso zum Einsatz wie NLP Techniken, systemische Arbeitsweisen und neuartige, eigens entwickelte Aufstellungsmodelle.

Lösungsorientierter Ansatz

Um in komplexen Situationen und Systemen erfolgreich zu sein, ist es nicht immer sinnvoll und wirksam, sie zu analysieren und verstehen zu wollen - vielmehr ist es oft hilfreicher, einfach zu beobachten, **wie Dinge funktionieren**, gelingen, um dann in kleinen Schritten **mehr davon zu tun** und daran zu wachsen.

Mit dieser Sichtweise ist es möglich, die Ressourcen und positiven Möglichkeiten des Klienten zu aktivieren und die Kraft und Wirkung des Problembereichs stark zu vermindern. Es ist bedeutend wohlthuender **Lösungen zu erforschen**, als Probleme zu analysieren.

Die lösungsfokussierten Kurztherapie nach S. de Shazer und I.K. Berg u.a. verbreitete sich in den letzten Jahren auch in anderen Bereichen wie Coaching, Pädagogik, Management und lösungsorientierter Beratung.

Im HEB Coaching ist dies die Basis für das **Selbstverständnis des Coachs** (Grundhaltung) und alle entwickelten **Sitzungsformate**.

Systemische Arbeitsweisen und Atemimpuls-Arbeit

Menschen sind einerseits Individuen mit ganz persönlichen Anteilen. Sie leben aber andererseits immer in einem familiären oder gesellschaftlichen Umfeld - *in einem System*.

Dieses stellt mit seinen individuellen Wechselwirkungen wieder ein Ganzes dar und muss auch als solches betrachtet werden.

In der Psychologie und dem Coaching haben diese Beobachtungen und Erkenntnisse zu spezifischen systemischen-lösungsorientierten Arbeitstechniken geführt.

Die systemischen Arbeitsweisen werden mit **strukturierten Gesprächs- und Übungsabläufen** für jene Persönlichkeits-Ebenen eingesetzt, die eher emotional, beziehungsbezogen und nicht rational erschlossen werden können.



Die Integration all dieser Aspekte in das Basler Psychographie Modell bilden zusammengenommen die HEB Coaching Methode - psychographisch lösungsorientiertes Coaching in einem Guss.

Nicht Vielfalt der Methoden, sondern Vielfalt in einer Methode!

NLP Werkzeuge

NLP Werkzeuge werden in der HEB Coachingmethode ganzheitlich mit Bewegung, Wahrnehmungsanteilen und Körperimpulsen erweitert. So werden intensive und nachhaltige Veränderungen durch eigenes Erleben und emotionales Wahrnehmen gefördert.



PIA System® - Systemaufstellung

Im HEB Coaching kommen neuartige psychographische Systemaufstellungstechniken zum Einsatz, die Klarheit über bestimmte Verhalten, Interaktionen und emotionale Grundhaltungen schaffen können (Diagnose) und so eine Lösungsfindung oder Zielvorstellung sehr beschleunigen.

Atemimpulsarbeit

Atem strukturiert unseren Lebensalltag in einem immerwährenden aber veränderlichen Rhythmus.

Er ist ein untrügliches Feedback unseres jeweiligen Gefühlszustandes.



Im HEB Coaching nutzen wir unsere **Atemwahrnehmung und Atemimpulse als Intervention**, um Veränderungsprozesse auch körperlich zu begleiten und damit ganzheitliche und systemische Wirkungen zu erzielen.

Alles auf einen Blick

Lernziele und Inhalt

Die theoretischen Teile werden im Seminar immer im Wechsel mit praktischer Coachingerfahrung vermittelt. In der lockeren und humorvollen Atmosphäre und durch die Vernetzung mit der Praxis lernen Sie **angenehm und nachhaltig**.

HEB Coaching Seminare sind abwechslungsreich und machen Spass.

Die erlernten Interventionen oder Gesprächstechniken werden immer auch **real und praktisch geübt**. Fragestellungen, die dabei entstehen, können so unmittelbar beantwortet werden.

Die **Übungs-Sitzungen werden** von uns **hospitiert**, so dass jederzeit Hilfeleistung möglich ist (learning by doing). Eventuelle „Fehler“ werden so zu Lernressourcen.

Das lernen Sie in der HEB Coachingausbildung:



Theorie und Hintergrundwissen - gut erlernbar aufbereitet:

- ✚ Lösungsorientierte/fokussierte Kurztherapie
- ✚ Systemisches Coaching, Systemtheorie
- ✚ Grundkenntnisse Transaktionsanalyse (Ich-Modell, Muster/Scripts)
- ✚ Techniken aus dem NLP (Neuro Linguistisches Programmieren)
- ✚ Menschenkenntnis mit dem Basler Psychographie Modell
- ✚ Atemheilkunde (Atem-Impuls-Arbeit)
- ✚ Aktuelle Erkenntnisse aus der Hirnforschung
- ✚ Zirkuläre Prozessarbeit, Räumlichkeit des Denkens
- ✚ Systemische Aufstellungsarbeit + HEB Psychographie Aufstellung



Praxis mit Struktur - für Ihre Coachingtätigkeit:

- ✚ Sitzungsformate für Lösungsorientierte Einzel- und Paarberatung
- ✚ Veränderungsarbeit von unerwünschten Mustern und Verhaltensformen in unterstützende Einstellungen, Verhalten und Denkweisen
- ✚ Verschiedene Systemische Sitzungsstrukturen
- ✚ PIA System - psychographische Aufstellungstechnik
- ✚ Autonomie- und Potentialtraining PAT (mit Aufstellungsarbeit)
- ✚ Einsatz von Atemimpulsarbeit
- ✚ Professionelle Grundhaltungen als Coach/Berater (Selbstverständnis)

Diplomarbeit und Lernkontrolle, Gruppen- u. Einzelarbeit



Die Theorie wird im Wechsel mit praktischer Arbeit im Seminar vermittelt und durch Gruppenarbeit und erwachsenengerechte Lernüberprüfungen gefestigt.

Zwischen den Seminarblöcken vertiefen Sie das Gelernte in Übungsgruppen und vernetzen sich gleichzeitig.

Ausbildungsdaten, Orte

Ausbildungen in:

Basel, Bern, Zürich

Termine siehe sep. Info-Blatt
1-jährig, berufsbegleitend
8 Module
je Fr 14.00 Uhr - So 17.00 Uhr

Ausbildungsaufwand:

Seminar: 8 Module: 168 Std.
Eigenstudium + Diplomarbeit,
Lerngruppen: ca. 50 - 70 Std.

Kosten der Ausbildung :

Preise und Konditionen siehe aktuelles Info-Blatt
inklusive ausführliches **Kurshandbuch**, Arbeitsmaterial, Prüfungsgebühren
(exkl. Literatur, Aufstellungsset)



Aufbau und Inhalt der HEB Coaching® Ausbildung

<p>Grundlagen der Lösungsorientierten Beratung 1</p> <p>Theorie Lösungsorientierte Kurztherapie und Gesprächstechnik Das Basler Psychographie Modell, HEB Potential-Psychographie, Kompetenzen des Handlungs-, Erkenntnis- und Beziehungsbereichs, lösungsfokussierte Fragetechnik</p>	<p>Modul 1</p> 
<p>Grundlagen der Lösungsorientierten Beratung 2</p> <p>Systemisch erweiterte Zielarbeitstechniken, zirkuläre Prozessarbeit, sekundäre Interventionen, Grundlagen-Technik der Atemimpulsarbeit</p>	<p>Modul 2</p> 
<p>Systemisches Arbeiten im Coaching</p> <p>Entwicklung und History systemischer Therapieformen, systemische Anwendungen im HEB Coaching, Reframing- und Integrationstechniken, Atmung und Emotionen, HEB Psychographie und Potentialebenen</p>	<p>Modul 3</p> 
<p>Beliefs und Verhaltensänderung</p> <p>Scripts und Muster in der Transaktionsanalyse, NLP Hintergründe und Anwendungen im HEB Coaching, Glaubenssysteme, Programme zur Verhaltensänderung, Psychographie und Wahrnehmung</p>	<p>Modul 4</p> 
<p>Potentialeentwicklung und Autonomie, HEB Psychographie Aufstellung</p> <p>Potentiale - Ressourcen - Kompetenzen, wissenschaftliche Denkmodelle zur Selbstorganisation, das Selbstverständnis des Coachs, Hintergründe Aufstellungsarbeit, HEB Psychographie Aufstellung</p>	<p>Modul 5</p> 
<p>Organisation von Coachings und Coachingsettings, Praxismodul</p> <p>Anwendungsbezogener Kontext, Settingplanung, Standortbestimmungen, Intervention, Ressourcenarbeit. HEB Potential-Psychographie als Grundlage für gelingende Prozesse</p>	<p>Modul 6</p> 
<p>Abschluss- und Testingmodul</p> <p>Testings von Sitzungsformaten, Präsentation der Diplomarbeiten (fakultativ), Psychographie und Anwendungsfelder, Perspektiven als dipl. Coach/Berater HEB (Weiterbildung,</p>	<p>Modul 7</p> 
<p>Praxis- und Übungsmodul</p> <p>Nach dem Ausbildungsabschluss: Übung aller Sitzungsformate mit Feedback, Vernetzung mit Coaches aus anderen HEB Ausbildungen (z.B. Team-Coaching) und früheren Ausbildungsjahrgängen, Vortrag mit Schwerpunktthema Coachingpraxis, Diplomverleihung, Vorstellung des Verbandes SFPLC</p>	<p>Modul 8</p> 
<p>HEB Coachingausbildung Basic, Organisatorisches:</p> <p>8 Module, 168 Seminarstunden, Eigenstudium, und Lerngruppen ca. 50 - 70 Stunden</p> <ul style="list-style-type: none">  Erwachsengerechte Lernüberprüfung, Diplomarbeit  In jedem Modul werden anwendungsorientierte Sitzungsformate für Einzel- und Paar-Coaching erlernt und praktisch in Klein-Gruppen geübt (Unterstützung durch die Dozenten).  Übungsgruppen zwischen den Modulen vertiefen die Ausbildungsinhalte. 	

Berufliche Perspektiven

HEB Coaching® ist ein neues aber erprobtes Verfahren mit vielseitigen Anwendungsmöglichkeiten z.B. in der Sozialarbeit, Pädagogik, psychologischen Beratung oder als Ergänzung zu schulmedizinischen und komplementären Methoden, aber auch im Business u.a. HR, Management oder anderen Tätigkeiten und Bereichen, in denen Sie mit Menschen zu tun haben.

Mit der HEB Coaching Basic Ausbildung können Sie aber auch einen Grundstock für die Selbständigkeit in der eigenen Coachingpraxis anlegen.

Fachliche Kompetenz

Die Basisausbildung zum dipl. Coach-/Berater HEB® ist modern, praxistauglich und ausbaufähig.

Sie bieten Ihren Klienten professionelle und zukunftsweisende Hilfestellungen, damit diese ihre Lösungswege z.B. im Beruf, in der Beziehung oder für ihre Gesundheit selbstbestimmt finden, realisieren und nutzen können.



Persönliche Entwicklung

Diese Ausbildung unterstützt viele Ausbildungsteilnehmer neben dem fachlichen Bereich gleichzeitig in ihrer **persönlichen Potentialentwicklung**. Sie entwickeln zum Beispiel stabile persönliche Haltungen, mit denen sie an ihren Aufgaben wachsen können und lernen auch, wie Sie mit schwierigen oder negativen Situationen konstruktiv umgehen können.

Einmal in der psychographisch-lösungsorientierten Sichtweise angekommen, lernen Sie Situationen anders zu bewerten und verlieren die *bisherige* Problemorientierung.

Das bedeutet nicht, dass Sie Probleme einfach wegschieben - man kann sie auch von einem **lösungsfokussierten Standpunkt** aus betrachten.

Sie sehen dann vielleicht ein „halb gefülltes und nicht ein halbleeres Glas“ vor sich stehen.

Zulassungsbedingungen

Für die HEB Coaching-Ausbildung sollten Sie eine abgeschlossene Berufsausbildung oder ein Studium haben, sowie ein ausgeprägtes Interesse an der Arbeit mit anderen Menschen.

Ein gutes Gespür für ethisches Verhalten und eine empathische Grundhaltung gegenüber den Menschen ist ebenso eine wichtige Voraussetzung.

Das Beherrschen der deutschen Sprache (evtl. auch das Verstehen der Schweizer Mundart) ist eine Basis, auf der HEB Coaching erst möglich ist, da viele Bereiche über Sprache vermittelt werden.

Diese Ausbildung steht grundsätzlich sowohl Akademikern als auch Nichtakademikern offen!

Sollten Sie sich nicht ganz sicher sein, ob Sie sich für eine HEB Coaching-Ausbildung eignen, stehen wir Ihnen gern für ein Beratungsgespräch in unserer Praxis oder telefonisch zur Verfügung.

Wir nehmen uns Zeit für Sie.

**Rufen Sie uns einfach an ...
Tel.: 061 482 06 07**

Ergänzende Schulangebote sind:

Praxisvertiefungen, Supervision, themenspezifische Workshops u. Weiterbildungen in verschiedenen Fachbereichen **z.B. HEB Coaching für Teams und Führungskräfte, Paar- u. Familienberatung, Arbeit mit Kindern und Jugendlichen, Persönlichkeits-Profilanalyse etc.**

So werden Sie auch nach der Ausbildung weiter betreut und im Netzwerk informiert.

Entwicklungsgeschichte der HEB Coaching Methode



Die Entwickler des HEB Coaching® kommen ursprünglich aus ganz unterschiedlichen beruflichen Richtungen:

F. de Roche (Atemtherapeutin, Seminarleiterin) mit medizinischen und alternativen Ausbildungen und *A. Besteck* (Musiker) mit geisteswissenschaftlich-pädagogischem und handwerklichen Hintergrund.

Nach langjährigen Erfahrungen im Coaching und in der Erwachsenenbildung, haben sie 2005 die ILP Fachschule Schweiz aufgebaut und während 4 Jahren mit annähernd 200 Ausbildungsteilnehmern erfolgreich geführt.

Persönliche Differenzen mit Dr. D. Friedmann (Entwickler der ILP) und zunehmend fachliche Bedenken gegenüber seiner Methode führten zur Beendigung der ILP Ausbildungstätigkeit.

Vor diesem Hintergrund und mit einem konsequent lösungsorientierten Anspruch haben de Roche und Besteck eine eigenständige und zeitgemässe Beratungs- und Coaching-Methode mit anerkannten und erprobten Arbeitsweisen für die professionelle Beratungs-Praxis entwickelt.

Hierbei konnten Sie ihre ca. 20 jährigen Erfahrungen aus der eigenen Praxis, ihrer Seminar- und Lehrtätigkeit, aber auch Feedbacks von Ausbildungsteilnehmern einfließen lassen.

Mit der Entwicklung der HEB Coaching Methode ist es ihnen gelungen, eine **ganzheitliche und neue Arbeitsweise** (Integration von Körper, Seele und Geist) des Coachings auf neuartiger **psychographischer Basis** zu schaffen.

Das Konzept HEB Coaching® baut auf bewährten Grundlagen auf. Die Methode HEB Coaching® ist neu, praxisnah, exklusiv und beinhaltet:

Basler Psychographiemodell

Diese Denkmodell ist die Basis der HEB Coaching Methode. Es dient einerseits als Verständnisgrundlage, andererseits als methodischer Entwicklungshintergrund des psychographisch lösungsorientierten Coachings

Psychographisch lösungsorientiertes Coaching®

Diese methodische Arbeitsweise ist für den Klienten immer nachvollziehbar, transparent und verständlich.

PIA System - psychographische Interventionen und Aufstellungen®

Mit diesen neuen und einzigartigen aktiven Arbeitsmethoden anerkennen wir den Klienten jederzeit als Experten, wenn es um die Beurteilung von Problem oder Lösung geht.



Die HEB Psychographie ist ein an den drei Lebensbereichen und ihren Potentialen orientiertes Modell.

So können sich Coach und Klient gemeinsam auf transparente *Lösungswege* begeben, die dem Klienten emotional und rational die Zugänge und Voraussetzungen zu seinen individuellen *Lösungsprozessen* bereitstellen.

Mit dieser Arbeitsweise wird es dem Klienten möglich gemacht, sich selbst und die eigenen Persönlichkeits-Prozesse zu erforschen, zu erkennen und gewinnbringend zu nutzen. Eine **zentrale Forderung der lösungsorientierten Kurztherapie** wird damit konsequent umgesetzt:

Der Klient ist der Experte seiner Probleme, Prozesse und Lösungen !