



PRAXIS FÜR LÖSUNGS-IMPULSE AG

PLI COACHING®-AUSBILDUNG

UNSERE WERTE

Credo - so wollen wir sein



einzigartig, qualitätsbewusst, engagiert,
authentisch, korrekt und lösungsorientiert

AUSBILDUNGSORTE

Ausbildungsbeginn 2018 & 2019

Aarau, Februar 2019

Bern, Oktober 2018 & Juni 2019

Brugg, August 2019

Solothurn, November 2018 & Mai 2019

Sursee, November 2018 & November 2019

Zürich, Februar 2019

DIE SCHULLEITUNG



Marianne Flury

- ✓ dipl. Coach / Beraterin ILP® + PLI
- ✓ dipl. Master ILP
- ✓ dipl. Business Coach ILP
- ✓ dipl. Gesundheitscoach ILP
- ✓ Erwachsenenbildnerin SVEB 1
- ✓ Traumatherapeutin
- ✓ ADHS Coach, Burnout Coach
- ✓ Case Managerin
- ✓ Dolmetscherin



Rolf Flury

- ✓ dipl. Coach / Berater ILP® + PLI
- ✓ Job-, Burnout und ADHS-Coach
für Jugendliche und Erwachsene
- ✓ Case Manager
- ✓ Verhaltensorientierte Beratung
- ✓ Zertifizierter Sachbearbeiter Sozialversicherung
- ✓ Eidg. Dipl. Bankfachmann

PLI COACHING®-AUSBILDUNG

Eine praxisorientierte Ausbildung

Die Studierenden erwerben modernes und praxisbezogenes Wissen. Sie erleben ab dem 1. Modul an sich selber den Nutzen des lösungsorientierten Coachings. Das Erlernte kann unmittelbar nach Kursbeginn im persönlichen Alltag erfolgreich umgesetzt werden.



Inhalte der PLI Coaching®-Ausbildung

- ✓ Coaching-Grundhaltung
- ✓ Lösungs- und ressourcenorientiertes Coaching
- ✓ Systemisches Coaching
- ✓ Psychosoziale Neuorientierung (analog NLP)
- ✓ Weiterentwicklung der mentalen, emotionalen und praktischen Kompetenzen
- ✓ Menschenkenntnis (unterschiedliche Wesensarten)
- ✓ Krisen- und Konfliktmanagement, Psychospiele
- ✓ Psychosomatik
- ✓ Resilienz, Selbstregulation, Autonomie
- ✓ Mediation / Beziehungscoaching

Fachwissen

- ✓ Kompetenzorientiertes Stressmanagement, Ernährung, Bewegung, Tools zur Entspannung
- ✓ Kommunikation in Konfliktsituationen
- ✓ Burnoutprävention und -begleitung
- ✓ Mobbing
- ✓ Ganzheitliche Fallführung im Sinne von Case Management, Dossierführung, Marketing
- ✓ Grundwissen im Sozialversicherungswesen

AUSBILDUNGSÜBERSICHT

Praxisorientierte, 1- bis 1½-jährige Ausbildung zum Betrieblichen Mentor mit eidg. Fachausweis

- Modulare, mehrstufig aufgebaute Ausbildung.
Der 8-tägige Grundkurs (Modul 1-4) hilft Personen im privaten, persönlichen und beruflichen Umfeld schwierigen Situationen souverän zu begegnen und andere mit fundiertem und psychologischem Wissen zu begleiten (im Sinne von Hilfe zur Selbsthilfe). Nach Abschluss wird ein Zertifikat als Kursbestätigung abgegeben. Es erfolgen keine Prüfungen.
- Der 6-tägige Aufbaukurs (Modul 5-7) können nach Absolvierung des Grundkurses auf Anfrage auch einzeln gebucht werden.
- Beim Besuch der gesamten Ausbildung (14 Tage) erfolgt am Schluss eine schriftliche und eine praktische Prüfung. Bei Bestehen wird ein Diplom abgegeben.
- Praxisorientiert, Arbeit an eigenen Fallbeispielen der Studierenden, Arbeit an echten Fällen aus unserer Praxis, Erfahrungsaustausch im Plenum.
- Individuelle Begleitung durch die Ausbildung.
- Wissenschaftlich fundierte, theoretische Methoden und praktische Tools.
- Zielpublikum:

Grundkurs (8 Tage): Geeignet für Personen, die sich für das Begleiten und Beraten von Menschen interessieren. Für Personen, die oft um Hilfe angefragt werden und dazu auf einfache Art fundiertes Wissen und psychologische Grundkenntnisse erlangen möchten.

Grund- und Aufbaukurs (14 Tage): Führungskräfte, Geschäftsführer, HR-Verantwortliche, Pflegefachpersonal, Lehrpersonen, Berater und Coaches, Personen aus allen Berufsfeldern, Mütter und Hausfrauen.

Vorkurs Betrieblicher Mentor (11.5 Tage): Richtet sich an berufserfahrene Personen, welche ihre Begleitungs-kompetenz erweitern und vertiefen möchten. Der Fachausweis bestätigt, dass sie in der Lage sind, Einzelpersonen in deren Arbeits- und Berufsumfeld bei Lern-, Veränderungs- und Entwicklungsprozessen zu begleiten. Nach Absolvierung der PLI Coaching®-Ausbildung (Grund- und Aufbaukurs) oder einer anderen Coaching-Ausbildung kann der Vorkurs zum Betrieblichen Mentor absolviert werden.

GRUNDKURS (8 TAGE)

MODUL	INHALT	ANZAHL TAGE
1	Selbsterkenntnis – erfahren	2 Tage
2	Selbstentwicklung – erwirken	2 Tage
3	Selbstverantwortung – erleben	2 Tage
4	Burnoutprävention und –begleitung Kommunikation in Konfliktsituationen, Gesprächsführung	2 Tage

AUFBAUKURS (6 TAGE)

5	Resilienz, Selbstregulation und Autonomie	2 Tage
6	Mediation, Beziehungcoaching Kompetenzorientiertes Stressmanagement, Ernährung, Zeitmanagement in Beruf und Freizeit Psychische und physische Gesundheit, Psychosomatik	2 Tage
7	Change Management Mobbing, Psychospiele, Krisenmanagement Prüfung und Diplomabschluss	2 Tage

VORKURS ZUM BETRIEBLICHEN MENTOR (11.5 TAGE)

Betr. Mentor	Vorbereitung auf die Berufsprüfung Betrieblicher Mentor mit eidg. Fachausweis	11.5 Tage Inkl. 9 Sitzungen Lehrsupervision Gruppe oder einzeln
-----------------	---	--

Ein Direkteinstieg in den Aufbau- oder Vorkurs zum Betrieblichen Mentor ist nur nach Absprache mit der Schulleitung möglich.

ZUSÄTZLICH EINZELN BUCHBARE MODULE

	Ganzheitliche Fallführung / Case Management Sozialversicherungsgrundwissen	2 Tage
	Supervision, Marketing	2 Tage

MODULBESCHRIEB

GRUNKURS MODUL 1 – 4

Modul 1 Selbsterkenntnis (erfahren)

Konstruktivismus

Wir nehmen die Welt durch einen inneren Filter, entstanden durch eigene Erfahrungen, wahr. Dadurch gestalten wir unsere Realität – unsere Wirklichkeit – selber.

Coaching Grundhaltung

In der professionellen Arbeit begegnen wir unserem Gegenüber auf einer egalitären Ebene. Wir geben keine direkten Ratschläge, sondern unterstützen mit unserem Fachwissen den Klienten, seine Ressourcen zu aktivieren, seine Lösungen selber zu finden und seine Ziele zu erreichen.

Pacen

Mit dem Klienten in Rapport zu gehen, ihm auf seiner Wellenlänge begegnen, fördert sein Vertrauen in uns. Er kann sich öffnen und mitarbeiten. Zudem hilft es ihm, in seinen Entwicklungsbereich zu kommen und dort Lösungen im Erwachsenenleben zu finden.

Menschenkenntnis

Denken – Handeln – Fühlen. Warum sind nicht alle Menschen gleich? Wie bin ich, wie sind die andern? Einführung in die Welt der unterschiedlichen Wesensarten. Was sind meine Stärken? Warum werden mir diese in Stresssituationen zum Verhängnis? Was brauche ich stattdessen?

Psychosoziale Neuorientierung

Wenn wir uns in Stresssituationen befinden, werden alte Muster aus der Kindheit reaktiviert. Dabei handelt es sich um mentale Steuerungen (Glaubenssätze, Identitäten und Erwartungshaltungen). Dies sind ehemals erfolgreiche Lösungsstrategien, welche sich automatisiert haben (Autopilot: „Es macht einfach mit uns“). Sie sind im Erwachsenenleben oft einschränkend. Mittels spezieller Übungen können diese alten Programme überschrieben und stabil verändert werden.

Modelling

Ein tolles Werkzeug, um auf spielerische Art Veränderungen zu initiieren und diese zu leben.

Modul 2 Selbstentwicklung (erwirken)

Der Lösungsorientierte Ansatz

Die Lösungsorientierung kommt einem fundamentalen Paradigmenwechsel innerhalb der beratenden und helfenden Berufe gleich. Der Fokus liegt im Erarbeiten von Lösungswegen und nicht im Bewältigen von Problemen.

Die lösungsorientierte Beratung/Kurztherapie arbeitet mit sinnvollen und stimmigen Zielen in Richtung Zukunft (was will ich stattdessen?) und mit inneren Ressourcen, welche bei der Umsetzung helfen. (Ausnahme: Erfolge aus der Vergangenheit).

Was ist Stress? Was ist ein Problem? Wie entstehen Probleme? Wie generiere ich Lösungen? Wie definiere ich ein qualitativ hochwertiges Ziel? Wie erreiche ich meine Ziele? Das Problem-Dreieck / Das Lösungs-Dreieck

Lösungsorientierte, systemische Fragetechniken und Methoden, um bei sich selber und anderen Veränderungen zu initiieren und diese zu begleiten.

Viele Tools aus der lösungsorientierten Beratung. Die Wunderfrage.

Was sind die Voraussetzungen für erfolgreiches Handeln? Die Entwicklung der Handlungs- und Erfolgskompetenz.

Modul 3 Selbstverantwortung (erleben)

Der Systemische Ansatz

Die systemische Kurzberatung eröffnet neue Zugänge zum Thema Beziehung, zum Umgang mit uns selbst und anderen. Sie entzieht sich dem rationalen Denken, ist trotzdem sehr wirkungsvoll. Verhaltensweisen von anderen – unter denen wir leiden – deuten auf Bereiche, die wir selbst zu wenig leben. Insofern spiegelt unser Gegenüber unsere inneren Defizite. Die Erkenntnis, dass im Leid auch die Hilfsmittel für die Lösung liegen, bildet die Grundlage der systemischen Kurzberatung.

Modul 4 Burnout und Kommunikation

Burnoutprävention und –begleitung

Lernen Sie Klienten präventiv vor einem Burnout zu bewahren und sie professionell aus einem Burnout heraus zu begleiten. Sie als Coach kennen die unterschiedlichen Phasen genau. Sie wissen auch, was Sie dem Partner und dem Arbeitgeber unterstützend anbieten können.

Menschen, die ausbrennen, sind in zentralen Lebensbereichen mit sich und anderen nicht in einer gesunden Beziehung. Nach und nach verlieren sie den Kontakt zu sich selber. Hilflosigkeit gilt als einer der grössten Stressauslöser. Dieses Gefühl kann niemand lange aushalten.

Durch anhaltende Stressbelastung geht zunehmend Lebensqualität verloren. Man funktioniert, anstatt zu leben. Ein entscheidender Faktor ist die frühkindliche Prägung. Oft handelt es sich um negative Erfahrungen, die integriert wurden: „Du musst immer Leistung erbringen. Du darfst keine Fehler machen. Du musst immer stark sein, musst es anderen recht machen...“. Das Leben ist auf leistungsbezogenen Erfolg ausgerichtet und nicht auf Wohlbefinden und Glückseligkeit.

Kommunikation in Konfliktsituationen, Gesprächsführung

Die richtige Kommunikation kann darüber entscheiden, ob ein Konflikt eskaliert oder eine Einigung möglich ist. In der Ausbildung lernen Sie einige der wichtigsten Techniken zur Kommunikation im Konflikt.

Wissen: Was ist ein Konflikt? Wie entwickelt sich ein Konflikt? Welche Arten von Konflikten kennen wir?

Handlung: Welche Gesprächstechniken gibt es? Wie können wir diese einsetzen und damit Konflikte entschärfen?

Selbsterfahrung: Welches ist mein bevorzugter Konfliktstil? (Angriff, Rückzug?) Was bedeutet das für mich?

Im Dialog sein mit mir selber und mit anderen. Nur wer mit sich im Dialog ist, kann sich im Umfeld vertreten, für sich einstehen und bestehen. Verschiedene Arten der Kommunikation entwickeln: Verbale, nonverbale, energetische u.a., Kriseninterventionen.

AUFBAUKURS MODUL 5 – 7

Modul 5 Autonomietraining

Resilienz / Selbstregulation / Autonomie

Einige Menschen sind mit einer natürlichen Kraft und Gelassenheit versehen, die sie davor schützt, unnötig Energie zu verlieren. Was für ein Stresstyp bin ich?

Frusttoleranz heraufsetzen, sich auf das Wesentliche konzentrieren, motiviert bleiben. Der unerschütterliche Glaube an das Ziel. Niederlagen nicht auf sich persönlich beziehen.

Wie schaffen wir es, trotz Belastungen, wieder in einen inneren Ausgleich zu kommen, uns zu regulieren, unsere Energie fokussiert einzusetzen?

Gesunder Umgang mit Mustern aus der Vergangenheit (unsere Fallen wie Sorgen machen, Selbstzweifel, Abhängigkeit), welche uns immer wieder „zum Verhängnis“ werden, uns erlebnismässig immer wieder in die Vergangenheit zurückwerfen.

Modul 6 Mediation und Psychosomatik

Mediation, Beziehungcoaching

In der Mediation/dem Beziehungcoaching haben wir es mit zwei Personen mit unterschiedlichen Standpunkten, Bedürfnissen, Defiziten und Ängsten zu tun.

Die neutrale, wohlwollende Haltung des Mediators/Coachs ist hier besonders wichtig. Beide Parteien fühlen sich schlecht. Beide wollen, dass der Mediator/Coach ihnen Recht gibt. Der Mediator/Coach fungiert hier als eine Art Beziehungsdolmetscher. Er ist bestrebt, die unterschiedlichen Positionen einander näher zu bringen, verständlicher zu machen, um eine Annäherung oder Einigung zu erwirken. Der Mediator/Coach arbeitet hier auch mit seinem Wissen um die unterschiedlichen Wesensarten und bringt diese in die Sitzung mit ein.

Stressmanagement

Was passiert im Körper bei Stress? Im Gehirn? Wie schalte ich vom Autopilot zur Selbststeuerung um? Schnelle Regeneration, aktiver Stressabbau durch Bewegung, durch einfache „Entspannungs“-Techniken, mentale Übungen aus der Quantenphysik, dem Japanischen Heilströmen, EFT, Meridianklopftechnik.

Psychische und physische Gesundheit, Psychosomatik

Die Psychosomatik beschreibt die Wechselwirkung zwischen Psyche und Körper bzw. den Einfluss, den unser psychisches Empfinden mit unseren Gedanken und Gefühlen auf unseren Körper ausübt.

Diese Wechselwirkung ist in der Schulmedizin schon lange bekannt, trotzdem behandeln viele Ärzte ihre Patienten immer noch isoliert – spezifisch auf ihr Fachgebiet ausgerichtet. Überforderungssituationen werden mit der Zeit zunehmend von der Psyche auf den Körper abgeschoben. Damit wird die Krankheit zur Lösung. Durch das Erkennen dieser Zusammenhänge können gesunde Lösungen angestrebt werden.

Ernährung

Was für ein Esstyp bin ich in Stresssituationen? Was braucht unser Körper bei Stress? Was schadet ihm?

Zeitmanagement in Beruf und Freizeit

Adäquate Nutzung von Handy/IPad, Soziale Beziehungen pflegen, nährnde Beziehungen auch in Stresssituationen aufrechterhalten, Kennenlernen und Nutzen der prozessorientierten Ich-, Du- und Wir-Kompetenz

Modul 7 Change Management und Krisenmanagement

Persönlichkeitsentwicklung für Fortgeschrittene, Change Management

Eigene Grenzen überwinden, sich den eigenen „Dämonen“ stellen. Widerstände überwinden.

Sich auf eine Heldenreise begeben. Altes Terrain zu verlassen, verunsichert. Nur wer es wagt, sich auf neue Wege zu begeben, kommt weiter.

Mobbing, Psychospiele, Krisenmanagement

Wie erlebt sich jemand, der in einer Krise steckt? Wie hole ich jemanden ab, der sich in einer Krise befindet? Auf was ist zu achten?

Mobbing ist vielerorts zum ernstesten und nahezu alltäglichen Problem geworden. Wie kann dem schnell und nachhaltig entgegengewirkt werden? Auf der persönlichen und/oder auf der betrieblichen Ebene?

Grenzen setzen und respektieren, Sozialkompetenz, Psychospiele

Praktische Prüfung und Diplomabschluss

VORKURS ZUM BETRIEBLICHEN MENTOR

Effiziente Prüfungsvorbereitung, Erweiterung der persönlichen Methodenvielfalt, Professionalisierung der eigenen Coachingtätigkeit.

Dieser Kurs wird durch Krebs & Partner AG, Münsingen, durchgeführt.

Verbandstitel SCA:

Nach bestandener Berufsprüfung wird der Verbandstitel dipl. Coach SCA von der Swiss Coaching Association verliehen.

ZUSÄTZLICH EINZELN BUCHBARE MODULE

Sozialversicherungswesen:

In diesem Modul lernen Sie die wichtigsten Unterstützungs – und Integrationsmassnahmen der einzelnen Sozialversicherungen kennen, können diese bei Bedarf vernetzen und als Unterstützung des Coachings integrieren.

Anmeldungsprozedere / Fristen / Leistungen / Pflichten aber auch die Versicherungsfallen der folgenden Versicherungen (siehe unten) gehören zum Modulinhalt:

- Grundlagen des Sozialversicherungsrechts
- Invalidenversicherung (IV)
- Krankenversicherung (KV) (Krankenkassen / Krankentaggeld)
- Obligatorische Unfallversicherung (UV) Unfalltaggeld
- Arbeitslosenversicherung (ALV)
- Ergänzungsleistungen (EL)
- Berufliche Vorsorge (BV)

Ganzheitliche Fallführung / Case Management:

Case Management ist ein Handlungskonzept zur systematischen Gestaltung von Beratungs- und Unterstützungsprozessen für Menschen, die aufgrund ihrer komplexen Problemlage mehrere professionelle Dienste in Anspruch nehmen müssen. Case Manager übernehmen die Aufgabe der Prozesssteuerung und sorgen dafür, dass Hilfeleistungen im Einzelfall optimal zugänglich gemacht werden können.

Eine wirksame Anwendung von Case Management baut darauf auf, dass verschiedene Leistungsträger im Interesse einer optimalen Unterstützung der Klienten partnerschaftlich zusammenarbeiten. Über die Fallsteuerung hinaus nimmt Case Management Einfluss auf eine effiziente Angebotsplanung und -steuerung, damit die Weiterentwicklung einer kooperativen Zusammenarbeit mit passenden Diensten sichergestellt werden kann.

- Intake und Assessment: Zugangssteuerung und Erfassung der Ausgangslage
- Handlungsplanung und Linking: Zielorientierte Handlungsplanung und Kontrakt
- Motivierende Gesprächsführung
- Verhandlungsführung und Vermittlung in Konflikten
- Monitoring und Fallevaulation: Überprüfung des Handelns

SONSTIGES

Abgabe Zertifikat

Es erfolgt jeweils zu Beginn des Moduls eine Fragerunde als Repetition zum Inhalt des Vormoduls. Studierende der 4 Grundmodule (8 Tage) absolvieren keine Prüfung. Sie erhalten ein Zertifikat als Kursbestätigung.

Prüfungen

PLI Coaching®-Ausbildung

Studierende der Gesamtausbildung (14 Tage) absolvieren eine schriftliche und eine praktische Prüfung. Die schriftliche Arbeit erfolgt in Form einer Hausarbeit. Die praktische Prüfung erfolgt durch die Durchführung einer 90-minütigen Sitzung nach Vorgaben der Kursleitung. Bei Bestehen wird ein Diplom abgegeben. Absolventen der gesamten Ausbildung führen mit 2 Personen je 2 Sitzungen nach Vorgaben der Kursleitung durch und beschreiben diese. Zudem verfassen sie eine Selbstreflexion.

Betrieblicher Mentor mit eidg. Fachausweis

Detaillierte Informationen zu den Prüfungsanforderungen sowie die Prüfungsdaten sind unter <http://bp-mentor.ch/pruefungen/anmeldung/> ersichtlich.

Diplomarbeit

Die schriftliche Arbeit wird zusammen mit den Coachingbeschrieben 10 Tage vor der Prüfung digital und in Papierform gebunden abgegeben. (Schriftgrösse 11, pro Frage ½-1 Seite, Fliesstext).

Subvention durch Bund

Nach Abschluss der eidg. Berufsprüfung zum Betrieblichen Mentor erhalten die Studierenden – unabhängig vom Prüfungserfolg – **50 % der gesamten Ausbildungsgebühren** vom Bund zurückerstattet. Vorbehalten bleiben die Richtlinien vom Bund.

Weiteres

Treffen in Lerngruppen zum Üben sowie Erfahrungsaustausch.
Teilnahme an 3 jeweils 60-minütigen Eigencoaching-Sitzungen bei einem unserer Ausbilder.
Zweck: Diese dienen der persönlichen Erfahrung der Instrumente (in der Rolle des Klienten). Durch das eigene Erleben werden die theoretischen Inhalte verständlicher.

Weiterbildungen

Die Praxis für Lösungs-Impulse AG bietet im Anschluss an die Ausbildung diverse themenspezifische ein- oder mehrtägige Weiterbildungen an.
Wie mache ich mich selbständig, Schluss mit dem Beziehungsk(r)ampf (Paarcoaching), Meridianklopfttechnik EFT (Emotional Freedom Techniques) und Japanisches Heilströmen

Mögliche Seminare oder Kurse für Institutionen, Fachschulen, Unternehmen

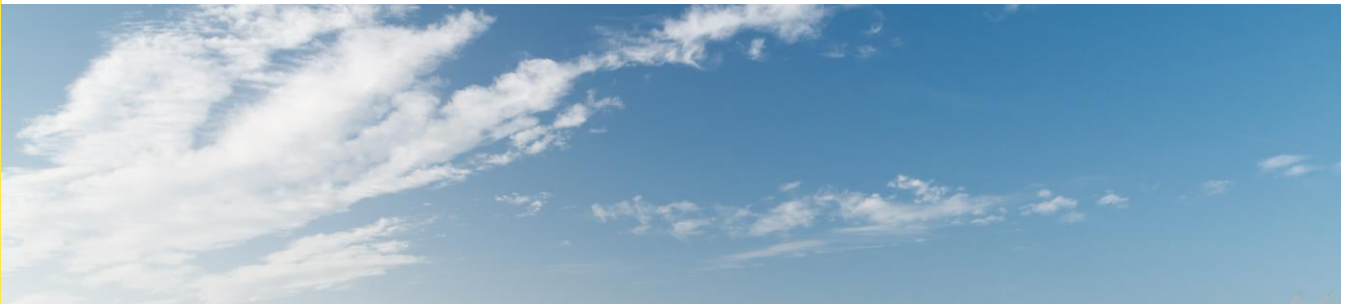
- Lösungsorientierte Gesprächsführung
- Motivationale Gesprächsführung
- Stressmanagement: Was ist Stress allgemein?
Was erlebe ich persönlich als Stress?
Was hat das mit meiner «Geschichte» zu tun?
Neuropsychologische Aspekte des Stresses
Wie erlange ich eine gute Selbstregulation als Vorbeugung gegen
«Stress»
Ernährung bei Stress
Bewegung
Zeitmanagement in Stresssituationen, inkl. Umgang mit Digitalisierung
- Burnoutprävention Begleitung am Arbeitsplatz
Individuell für sich selber
- Resilienz, Autonomie, Selbstregulation auf der individualen Ebene
- Basiswissen in Sozialversicherungswesen und Case Management
- Change Management, erfolgreicher Umgang mit Veränderungen
- Unterschiedliche Wesensarten: Die Mitarbeiter wesensgerecht abholen und fördern

Zu all diesen Themen bieten wir auch Workshops und Vorträge an.

KONTAKTDATEN

Telefon 032 530 33 61

E-Mail info@loesungs-impulse.ch



Adresse Praxis für Lösungs-Impulse AG
Hans Huber-Strasse 38
4500 Solothurn

Homepage www.loesungs-impulse.ch

Facebook Praxis für Lösungs-Impulse AG

Falls Sie weitere Informationen wünschen, dürfen Sie uns gerne per E-Mail oder Telefon kontaktieren.
Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme!

Ihr Praxis-Team