Achtsamkeitscoach – Psychologischer Berater (SGD)

Kurzbeschreibung

Diese Online-Weiterbildung zeigt dir, wie du als Achtsamkeitscoach Menschen dabei unterstützt, Stress abzubauen und mehr innere Balance zu finden – für mehr Gelassenheit im Alltag und Beruf.

Kursinhalte

Psychologische Beratung

- Coaching: Verfahren, Definition, Abgrenzung
- Kommunikation für Coaches
- Probleme und Ziele
- Modelle der Selbst- und Weltwahrnehmung, Persönlichkeit und Identität
- Mentale Metaprogramme, Arbeit mit Glaubenssätzen
- Traum und Trance im Coaching
- Hypnose im Coaching
- Partnerschaft und Familie
- Gesundheit
- Beruf, Teamkompetenz
- Systemische Beratung, Organisationsberatung, Psychodrama
- Glauben und Spiritualität
- Angst
- Krisenintervention
- Konfliktarbeit, Systemische Fragetechnik, Mediation
- Positive Psychologie, Vergebungs- und Biografiearbeit



Auf einen Blick

Vollzeit: 7,6 Monate

Teilzeit: 13,4 Monate

Abschluss: Abschlusszeugnis, Zertifikat

Copyright © 2026 | Klett Corporate Education

- Methodenintegration
- Berufliche Praxis

Achtsamkeitscoaching

- Einführung in die Achtsamkeitspraxis
- Achtsamkeit auf Ebene des Körpers (Wohlbefinden und Gesundheit)
- Achtsamkeit auf Ebene des Geistes (Umgang mit Gedanken und Gefühlen)
- Achtsamkeit am Arbeitsplatz
- Achtsamkeit in zwischenmenschlichen Beziehungen
- Achtsamkeit in der Gesellschaft

Voraussetzungen

Berufliche Nutzung als Coach

- Mindestalter: 23 Jahre
- Mindestens mittlerer Schulabschluss
- Psychische Gesundheit
- Falls aktuell in psychologischer Behandlung: Bestätigung des Therapeuten erforderlich

Technische Voraussetzungen

- Zugang zum Internet (Computer oder Mobilgerät)
- Nutzung des SGD-OnlineCampus
- Abspielen von Lernvideos erforderlich
- Empfohlene Kombination: SGD-App (Handy) mit PC, Laptop oder Tablet

Materialien

Copyright © 2026 | Klett Corporate Education

Studienmappe mit Arbeitsmaterial

- 1 Begleitheft
- 24 Studienhefte
- Begleitbuch „Abenteuer Achtsamkeit“ von Jon Kabat-Zinn mit Audio-Übungsanleitungen
- 10 Lernvideos mit beispielhaften Coaching-Situationen

Zertifizierte Qualität

Alle unsere Weiterbildungen sind durch die **Zentralstelle für Fernunterricht (ZFU)** zugelassen und nach **AZAV zertifiziert**. Damit erfüllen sie die hohen Standards an das Online-Lernen.

ZFU-Nummer: 7529225

AZAV-Nummer: 415/0157/26

Copyright © 2026 | Klett Corporate Education