

**Bildung**

kontakt@delosis.ch  
www.delosis.ch

**Beratung**

karin-schuepbach@delosis.ch  
www.delosis.ch

**Telefon**

+41 62 293 63 56

**Büro**

Solothurnerstrasse 1  
CH-4600 Olten

**Atelier**

«Casa edera»  
Baslerstrasse 27  
4600 Olten

## Wegleitung Kompassbegleiter/-in

### Persönlichkeits- und Coachingausbildung für Halt, Beweglichkeit und Lebensfreude im Wandel

Für Menschen, die berufliche und private Herausforderungen und Veränderungen bewusst und fachkundig für sich und mit anderen gestalten wollen.



*«Wenn der Wind des Wandels weht, bauen die einen Mauern und die anderen Windmühlen.»*

*Chinesisches Sprichwort*



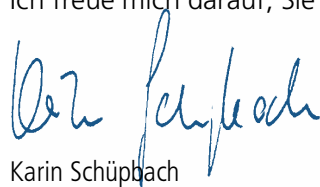
## Herzlich willkommen

Im Wandel auf- und abbauender Kräfte bringt das Leben beruflich und privat viel Freude – aber auch immer wieder Begrenzungen oder Herausforderungen. Je nachdem fühlen wir uns mit dem Leben verbunden und dankbar – oder aber wir fühlen uns empfindlich getrennt vom "Lebensnerv" und sehen gerade nicht weiter. Der Wunsch nach Klarheit, Lösung, Entspannung, Verbundenheit und Liebe wird dann zur Triebfeder für Veränderungen. Neue Wege und Chancen eröffnen sich, unser Leben wird aufs Neue bereichert - wenn wir uns bereitwillig darauf einlassen.

Sich trotz aller Lebensstürme und Windböen aufgehoben zu fühlen und dabei Gelassenheit und Humor zu bewahren, ist keine Selbstverständlichkeit. Vielmehr ist dies eine lebenslange Aufgabe, die der Aufmerksamkeit und Pflege sowie der mitfühlenden Unterstützung Anderer bedarf. Nicht nur sogenannte professionelle Helfende begleiten Menschen in Veränderungen oder in anspruchsvollen Lebenssituationen. Wir alle tun das täglich in der Begegnung und Begleitung von Menschen zu Hause, am Arbeitsplatz, im Verein oder beispielsweise bei einer ehrenamtlichen Tätigkeit. Mit meinem Ausbildungsangebot "Kompassbegleiter/-in" biete ich einerseits einen lebensbejahenden Raum, der Sie in Ihrer persönlichen Präsenz, in Ihrem Unterwegssein und in Ihrer Verbundenheit mit sich und anderen Menschen stärkt. Andererseits gebe ich Ihnen Anleitungen, wie Sie gestärkt aus Ihrer Mitte anderen Menschen und Situationen des normalen Alltags fachkundig begegnen und sie begleiten können.

Danke für Ihr Interesse.

Ich freue mich darauf, Sie kennenzulernen und gemeinsam mit Ihnen eine Wegstrecke zu gehen.

  
Karin Schüpbach



<b>Wozu einen Kompass?</b> .....	<b>3</b>
<b>Die Ausbildung zur «Kompassbegleiter/-in»</b> .....	<b>5</b>
Ziele .....	5
Adressaten .....	5
Aufbau .....	6
Methode .....	7
Die einzelnen Ausbildungsmodule .....	8
<b>Allgemeine Informationen</b> .....	<b>12</b>
Termine 2019 .....	12
Durchführungsortlichkeiten .....	12
Teilnehmeranzahl .....	12
Anmeldung .....	12
Zertifikat «Kompassbegleiter/-in» .....	13
Kosten .....	13
Finanzkraft abhängiges Kursgeld-Modell .....	14
Allgemeine Grundsätze für die Nutzung von Bildungsangeboten .....	15

# Wozu einen Kompass?

---

## Leben ist Bewegung, ist Veränderung

*gerade jetzt kräftig zustimmen*

Das Beständige ist der Wandel (nach Heraklit) – das gilt sowohl im beruflichen wie auch im privaten Umfeld. Persönliche Veränderungen sind manchmal Folge innerer Entwicklungsimpulse, oftmals sind es unsere Umgebung oder das Schicksal, die eine Veränderung bei uns anregen oder Anpassungen verlangen. Die aktuell wirksamen Veränderungskräfte in Gesellschaft, Wirtschaft und Umwelt stellen für viele Menschen, Familien und Organisationen zusätzlich existentielle Herausforderungen dar. Sie bieten Chancen, können aber auch Anlass für ernsthafte Krisen sein.

## Unsere Freiheit besteht darin, Wandel zu gestalten

*mutig neue Vorstellungs- und Erfahrungsräume erschliessen*

Wir können uns dem Werden und Vergehen der Dinge nicht entziehen. Aber wir können diese Bewegungen mitgestalten und uns dabei neue Lebens- und Erfahrungswirklichkeiten erschliessen sowie tiefe, nährende Einsichten in Lebensrealitäten erlangen. Das bedeutet, immer wieder den besten Weg für uns selber und unsere Umgebung zu finden, dabei Chancen zu nutzen, Schranken zu überwinden und Grenzen zu respektieren.

## Gelungene Veränderungen fördern Vitalität und Lebensfreude

*gelassen, mit Humor neuen Herausforderung entgegen*

Wer in einem achtsamen, aufrichtigen Kontakt mit sich selber ist, wer sich verbunden mit seiner inneren Weisheit fühlt und sich seiner tragenden Wurzeln bewusst ist, bleibt im Kräftespiel von Veränderungen standsicher und beweglich zugleich. Veränderungen werden so zu einer bereichernden, sinnerfüllten Herausforderung und abermals Ausgangspunkt für Lebensfreude.

## Im Wandel brauchen wir Halt, Beweglichkeit, Richtung...

*achtsam, präsent und entschieden konkrete Schritte tun*

In Zeiten der Instabilität ist die Verankerung in uns selbst um ein Vielfaches bedeutsamer und anspruchsvoller, als wenn die Ziele und Wege klar vor uns liegen. Veränderungen verunsichern und sind unberechenbar. Wenn der innere Halt fehlt, fühlen wir uns mehr oder weniger getrieben, einsam, abgetrennt vom Leben, sind unzufrieden, verhalten uns freudlos und unfriedlich oder werden krank. Dann sind wir besonders eingeladen, Boden zurückzugewinnen und alte wie neue Orientierungspunkte zu finden, um mutig neue Schritte zu wagen.

## ...und einen Kompass in der Tasche

### *sich und andere begleiten*

In unwegsamem Gelände, bei nebelgetrübter Sicht oder beim Gefühl, das Ziel aus den Augen verloren zu haben, ist es von vitalem Nutzen, eine Landkarte und einen Kompass mit sich zu tragen. Da-zu müssen wir stehen bleiben, Landkarte und Kompass auspacken und sehen, in welche Richtung die Nadel weist. Im Wissen, wohin wir wollen, können wir nun unsere Wanderung – unserem Proviant und unserer Kraft angemessen – fortsetzen. Magnet- oder Anziehungspunkt auf unserem Lebensweg sind unsere Herzensanliegen, die wir – gerade durch Veränderungen angeregt – überprüfen und neu verwirklichen können. Für Veränderungen sind wir mit Kompass-Kompetenzen in der Tasche und einer Begleitperson an der Seite optimal gerüstet. Beide ermutigen zu neuen Schritten und helfen dabei, Klarheit über die aktuelle Situation zu erlangen, auf Herzensanliegen zu horchen und sich auf Stärken, Fähigkeiten und Grenzen zu besinnen, Beharrlichkeit und Geduld im Ausloten von unbekanntem Handlungsspielraum zu finden und innere Begrenzungen zu überwinden.

### Die sieben «Kompasskompetenzen»

#### *Achtsamkeit*

Absichtslos bejahendes Wahrnehmen von geistigen, psychischen und physischen Prozessen

#### *Bewusstsein*

Verstehendes Erkennen und Annehmen dessen, was sich zeigt und was uns bewegt

#### *Gelassene Beharrlichkeit*

Aus Entschiedenheit und wohlwollender Selbstverpflichtung Kraft schöpfen

#### *Präsenz*

Gegenwärtig, standfest und beweglich Da-Sein

#### *Ausdruckskraft*

Sich selbstverantwortlich zum Ausdruck bringen

#### *Kommunikation*

In Verbundenheit mit sich und anderen angemessene Worte finden

#### *Begleitung*

Einfühlsam, klar und abgegrenzt andere Menschen (an)leiten und begleiten

# Die Ausbildung zur «Kompassbegleiter-/in»

---

*Ein lebendiger Weg, sich und anderen "Kompass" zu sein*

## Ziele

Das intensive Persönlichkeits- und Coachingtraining stärkt die persönliche Präsenz und befähigt Teilnehmende, andere Menschen in Ihrer alltäglichen Umgebung zu begleiten. Die Ausbildung

- ▶ fördert den lebensfreundlichen, bejahenden Umgang mit anspruchsvollen Situationen und Veränderungen, sei es bei sich selbst oder im Kontakt mit anderen Menschen
- ▶ führt die Teilnehmenden in die Erfahrung und den Kontakt mit sich selbst, als Ausgangspunkt für die eigene bewusste und sinnerfüllte Lebensgestaltung und allen Handelns
- ▶ fördert und bildet "Kompasskompetenzen"
- ▶ unterstützt und befähigt die Teilnehmenden, anderen Menschen aus dem beruflichen oder privaten Alltag achtsam zu begegnen und sie in Wandlungsprozessen zu begleiten

## Adressaten

Die Ausbildung eignet sich für Menschen aus unterschiedlichen Kontexten (beruflich, privat) und in unterschiedlichen Rollen (Partner-/in, Elternteil, Führungsperson, Mitarbeiter-/in, Lehrperson, Politiker-/in, Unternehmer-/in, Vorstandsmitglied etc.).

## Sie wollen

- ▶ etwas für sich tun und sich in Ihrem privaten und beruflichen Alltag gestärkt einbringen
- ▶ mehr über die konstruktive Gestaltung von Veränderungsprozessen erfahren
- ▶ alltägliche Herausforderungen und Veränderungsprozesse achtsam und fachkundig gestalten; für sich und in der Begleitung anderer Menschen aus Ihrem privaten oder beruflichen Umfeld

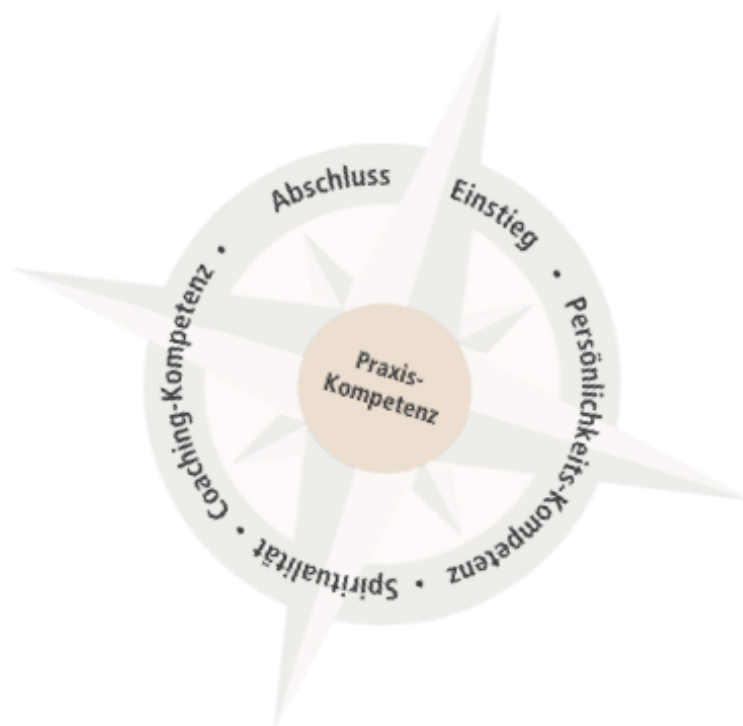
## Sie suchen

- ▶ eine kompakte, praxisorientierte Ausbildung, die sie persönlich berührt und anregt
- ▶ konkretes, alltagstaugliches Handwerkszeug

## Sie...

- ▶ ...sind bereit, sich auf einen Entwicklungsprozess einzulassen
- ▶ ...verfügen über eine solide psychische Verfassung. Die Ausbildung ersetzt keine Psychotherapie oder medizinische Unterstützung

## Aufbau



Die Ausbildung umfasst folgende Bereiche, kann nach Absprache, in Etappen absolviert werden und schliesst mit dem Zertifikat «Kompassbegleiter-/in» ab.

Insgesamt umfasst das Training 21 Ausbildungstage, Lerngruppentätigkeit (4 Halbtage), eine Praxisarbeit und Supervision (3 Sitzungen), Selbststudium

*Einstieg* Motivationscheck «Was möchte ich?»

*Persönlichkeits-Kompetenz* Sich auf der Spur bleiben «Wer bin ich - wie führe ich mich?»

*Spiritualität* Heimat finden «Was trennt mich - was verbindet mich?»

*Coaching-Kompetenz* Wirkungsvoll beraten «Wie kommuniziere & begleite ich?»

*Praxis-Kompetenz* Erfahrungen sammeln «Was ist meine Professionalität?»

*Abschluss* Ankern und feiern «Nächste Schritte wagen»

## Methode

Die Ausbildung baut auf Selbsterfahrung zur Entwicklung der "Kompass-Kompetenzen", vermittelt hilfreiches Wissen über das Wesen und die Gestaltung von Veränderungsprozessen sowie "Handwerk" für die alltagstaugliche Anwendung für sich und in der Begleitung von Menschen aus dem beruflichen oder privaten Umfeld. Sie baut im Wesentlichen auf folgenden vier Methodenformen auf:

### Achtsamkeitspraxis

Ausgangspunkt ist immer das Jetzt. Sie erfahren die stärkende Praxis von Achtsamkeitsübungen und erhalten Impulse und Anleitungen, diese in Ihrem Alltag zu verankern.

### Vermittlung des Methodenrepertoires

Jede Begleitung beginnt mit dem aktuellen Standort, dem Erkunden der Gegenwart, von Ressourcen und Begrenzungen aus der Vergangenheit und von Anliegen für die Zukunft. Sie erhalten das nötige Methodenrepertoire und Übungsmöglichkeiten, um konkrete, alltägliche Situationen ressourcen-, ziel- und veränderungsorientiert zu gestalten.

### Erfahrungslernen

Entwicklungsorientiertes Lernen basiert auf konkreten Erfahrungen. Sie erhalten Raum und Gelegenheit für Erfahrungen durch Impulse, Lernarrangements, die Kopf, Herz und Hand ansprechen. Dies im Austausch mit anderen und durch selbstständiges Ausprobieren (Vertiefungsaufgaben, Praxisübungen zwischen den Modulen).

### Praxisprojekt

Es gibt keine allgemeingültigen Konzepte im Umgang mit Wandel. Wichtig ist es, für sich angemessene Wege zu finden. Sie bündeln Ihre Kenntnisse und Erfahrungen zu einem für Sie ermöglichenden, selbstverpflichtenden Leitbild, welches Ihre Achtsamkeitspraxis und die Form Ihrer Begleitung von Menschen praxiswirksam in Ihrem bestehenden oder einem neuen Lebenskontext verankert.

#### *Fragen im Wandel*

- Wo und wie bin ich unterwegs?
- Wonach strebe ich?
- Was hindert mich?
- Was und wie viel brauche ich?
- Wie bin ich eingebunden?
- Wer und wie viele bin ich?
- Worauf kann ich bauen?
- Woraus schöpfe ich?
- Wie bringe ich mich ein?
- Was tue oder lasse ich als nächstes?

## Die einzelnen Ausbildungsmodule

### Einstiegsmodalitäten «was möchte ich?»

Ziel: Motivationsklärung und Ausbildungsvereinbarung. Wahlweise:

#### Seminar «Auszeit mit Kraft» (3 Tage) & individuelles Vorgespräch

##### *Persönliche Standortbestimmung*

In Veränderungsprozessen geht es immer wieder darum, sich des eigenen Standortes bewusst zu sein. Das heisst innezuhalten und mit sich und dem Geschehenen in Kontakt zu kommen. Das Seminar dient einer umfassenden persönlichen Standortbestimmung und als Entscheidungsgrundlage für die Ausbildung "Kompassbegleiter/-in". Im Seminar erkunden Sie Ihren aktuellen Standort, erkennen, wie Sie unterwegs sind (Körper, Geist, Gefühle), werden sich Ihrer vielfältigen Ressourcen, Grenzen und Möglichkeiten bewusst, würdigen getätigte Spuren und kommen in Kontakt mit Ihrem Herzenswunsch. Sie lernen die Kompass-Kompetenzen und das Wesen von Veränderungsprozessen kennen und erhalten Informationen zum Curriculum „Kompassbegleiter/-in“. Im Vorgespräch werden Motivation und Ausbildungsmodalitäten geklärt.

#### Impulsveranstaltung (2½ Std.) & individuelles Vorgespräch

##### *Information und Einblick*

Sie lernen das Ausbildungscurriculum kennen, erhalten vertieftes Informationsmaterial und haben Gelegenheit Fragen zu klären. Für Ihre Motivationsklärung und um Einblick in die Art der Kursgestaltung und Zusammenarbeit zu erhalten, werden Sie sich in Ihre persönlichen „Herzensanliegen“ vertiefen. Im Vorgespräch werden Motivation und Ausbildungsmodalitäten geklärt.

Weitere Einstiegsmöglichkeiten nach Absprache.

### Persönlichkeits-Kompetenz «wer bin ich -wie führe ich mich?»

Ziel: Sich in der Einzigartigkeit schätzen lernen, Selbstkontakt stärken, sich auf der Spur bleiben.

#### Bilder (2 ½ Tage)

##### *Selbsterkenntnis, Rollenvielfalt und Rollenverhalten*

Nur zu oft schöpfen Menschen allein Kraft aus ihrer Rolle, nicht aber aus ihrer Mitte – und verkennen dabei ihr innerstes Wesen. Wenn Rollen in Frage gestellt sind oder ganz wegfallen, verlieren viele den Boden unter den Füßen. So schwächen nicht vorrangig äussere Geschehnisse, sondern Bilder über sich selbst oder eine Situation. Bilder und Denkweisen prägen das Verständnis und Verhalten, sie ermöglichen aber auch und schränken ein.

Ankommen in der Ausbildung und in der Gruppe. Sie werden sich Ihrer Wahrnehmung und Denkweise, Ihrer inneren Überzeugungen über sich selber, Ihrer Rollenvielfalt und Ihres Rollenverhaltens bewusst. Dabei erkennen Sie Ermöglichendes und Einschränkendes, nähern sich Ihrem ursprünglichen Wesen, gewinnen mehr innere Freiheit und damit Raum für neue Perspektiven und Handlungsmöglichkeiten.



## Ressourcen & Grenzen (2 ½ Tage)

### *Möglichkeiten und Begrenzungen*

Für einen achtsamen Umgang mit sich ist es wichtig, sich der eigenen Mächtigkeit, Stärken, Fähigkeiten, materiellen und sozialen Ressourcen, Gefühle und Bedürfnisse bewusst zu sein, um Grenzen zu erkennen und zu weiten. Auch eine konkrete Situation gilt es auf ihre Stärken, Schwächen, Möglichkeiten und Grenzen hin klar zu erfassen, um prioritären Handlungsbedarf zu erkennen.

Mittels Reflexionen und Übungen werden Sie sich Ihrer persönlichen Ressourcen und Begrenzungen bewusst, entwickeln neue Sichtweisen und erlernen den achtsamen Umgang mit Ihren Möglichkeiten und Grenzen.

## Muster und Prägungen (2 ½ Tage)

### *Biografische Anteile*

Früh Erlerntes prägt unser Denken, Erleben, Empfinden, Verhalten und Kommunizieren. Sich der eigenen Prägungen bewusst zu sein und diese bejahend in unsere Lebenswirklichkeit zu integrieren, ist die Grundlage für Mitgefühl uns und unseren Mitmenschen gegenüber. Gerade in Veränderungen werden Prägungen besonders aktiviert – sie wirken ermöglichend, können aber auch blockieren.

Sie schauen zurück auf biografische Aspekte, die Sie zu der Person geformt haben, die Sie heute sind. Sie lernen Ihre "Engels- und Teufelskreisläufe", Ihre entwickelten und noch schlummernden Kräfte und Potentiale kennen und erfahren, dass Sie mehr sind als das, was Sie einst geformt hat.

## Spiritualität «wo ist meine Heimat, was trennt mich – was verbindet mich?»

Ziel: Verbundenheit in allen Lebensbezügen stärken.

## Vom Wandel (1 Tag)

### *Wesen von Wandel kennen und gestalten*

Wir können uns dem Werden und Vergehen der Dinge nicht entziehen. Wir können diese Bewegungen jedoch mitgestalten, uns dabei neue Erfahrungsräume erschliessen sowie tiefe Einsichten in Lebensrealitäten erlangen. Das bedeutet, neugierig und mit staunendem Blick Veränderungen zu begegnen und stets den besten Weg für uns selber und unsere Umgebung zu finden, dabei Chancen zu nutzen, Schranken zu überwinden und Grenzen zu respektieren.

Sie nehmen Einblick in das Wesen und die Bedeutung von Veränderungsprozessen in allen Phänomenen des Daseins. Im Fokus stehen dabei menschliches Verhalten und Erleben, typische Phasen und Verhaltensmuster in Veränderungsprozessen sowie individuelle Tiefenverständnisse von Wandel.

## Verbundenheit - zwischen Licht und Schatten (2 ½ Tage) + «Sommersonnenwende» (1 Tag)

### *Wesen und Umgang mit Verbunden- und Getrenntsein*

Standhaftigkeit in Veränderungen bei sich oder in der Begleitung anderer erwächst aus einem starken Verbundenheitsgefühl. Verbundenheit äussert sich mannigfaltig: Im wohlwollenden Kontakt mit sich selbst und einer vertrauensvollen Anbindung an die allgegenwärtige Lebensquelle; darin, sich eingebunden zu fühlen in einer Gemeinschaft sowie in der Vernetzung mit anderen Menschen.

Sie erforschen Ihre Beziehungslandschaften und Lebensgemeinschaften auf Kraftquellen, grundlegende Bedürfnisse und Grenzen hin. Im Spiegel der Natur, der Seminargemeinschaft und von Übungsanlagen erkunden und stärken Sie Ihre persönliche "religio" (lat. Rückbindung) resp. Ihre metaphysisch-spirituelle Anbindung.

## Coaching-Kompetenzen «wie kommuniziere und begleite ich?»

Ziel: Wirkungsvoll beraten, Menschen kompetent begleiten.

### Kommunikations-Kompetenz (2 ½ Tage)

#### *Kommunikative Wirkungskraft*

Kommunikation ist das, was wir sagen und das, was wir nicht sagen. Sie steht am Anfang und am Ende jedes sozialen Kontaktes, schafft zwischenmenschliche Verbindung, Abgrenzung und Trennung. Klare, mitfühlende Kommunikation baut auf innerer Klarheit auf, schafft Verbundenheit mit sich und in der Gemeinschaft und ist das zentrale Instrument im Gestalten von Veränderungen.

Sie reflektieren Ihr eigenes Kommunikationsverhalten, erhalten Feedbacks auf Ihre Wirkung und lernen Instrumente konstruktiver Kommunikation kennen. Sie stärken Ihre Wirksamkeit im non-verbalen und verbalen Ausdruck.

### Die Kunst des (Nicht)-Helfens (2 ½ Tage)

#### *Rollenbewusst, konstruktiv Gespräche führen*

Helfen, jemanden beraten oder begleiten, hat viel mehr mit Hinhören zu tun als mit Ratschlägen. Ratschläge ermutigen manchmal, oft wirken sie jedoch mehr als "Schläge" und hinterlassen Ratlosigkeit. Menschen im ganz normalen Alltag fachkundig zu (beg-)leiten bedeutet, sich seiner Rolle bewusst zu sein und dabei präsent, zielfokussiert und abgegrenzt Gespräche zu führen. Es bedeutet auch, kreative Impulse zu setzen und dabei selber in der Kraft zu bleiben.

Sie lernen Grundlagen und Vorgehen für alltagstaugliche Begleitgespräche kennen und anzuwenden. Sie erfahren auch, wie Sie dabei mitfühlend und abgegrenzt mit Emotionen umgehen und sich rollenbewusst, präsent einbringen können. Sie lernen Ihren persönlichen Gesprächsstil kennen und fühlen sich ermutigt, Menschen in Ihrer Umgebung stärkend und selbstverantwortlich zu begegnen und sie zu (beg-)leiten.

### Mediative-Kompetenz (2 ½ Tage)

#### *Vermitteln im Konflikt*

Das bis dahin gelernte Beratungshandwerk fließt in die komplexere Form der Begleitung von mehreren Parteien. Mediatives Handeln öffnet den Blick für unterschiedliche Positionen, Interessen und Bedürfnisse zwischen Konfliktparteien. Dadurch können Konfliktspannungen abgebaut, gegenseitiges Verstehen gestärkt und die Perspektiven für neue Wege der Konfliktbeilegung erhöht werden.

Sie lernen zwischen Personen, bei Unterschieden, Spannungen und Konflikte mediativ, vermittelnd zu moderieren resp. sich einzubringen und das angeeignete „Coachinghandwerk“ integrierend anzuwenden.

## Praxis-Kompetenz «was ist meine Professionalität?»

Ziel: Erfahrungen sammeln und Verankerung der Professionalität als Beratende im Wandel.

### Praxisarbeit

#### *Leitbild erstellen und realisieren*

Sie planen ein konkretes Praxisprojekt in dem Sie Erfahrungen und Erkenntnisse im Zusammenhang mit Lerninhalten machen können. Daraus entwickeln Sie ihr eigenes «Beratungsleitbild» (wozu, wen, wie etc.), ihre eigenen Kompassqualitäten resp. Handlungsleitlinien und planen (weitere) konkrete Anwendungsfelder. Das Leitbild ist verschriftlicht, die Ergebnisse werden im Abschlussmodul der Gruppe vorgestellt, Sie erhalten Feedbacks. Hilfreiche Empfehlungen für die Praxisarbeit, wie auch eine begrenzte Betreuung durch die Ausbildungsleitung unterstützen Sie im selbstverantwortlichen Lernen.

## **Lerngruppentätigkeit (4 Halbtage)**

### *Erfahrungsaustausch und Stoffvertiefung*

Zwischen den Präsenzmodulen üben und reflektieren Sie in selbstorganisierten Lerngruppen Lerninhalte, u.a. aufgrund von Lernimpulsen und Anregungen aus den Präsenzmodulen.

## **Supervision (3 Sitzungen)**

### *Qualifizierte Einzelreflexion von Praxiserfahrungen*

Supervision dient der Selbsterfahrung mit Veränderungsprozessen. In vier Einzelsitzungen mit einer qualifizierten Beratungsperson (freie Wahl, in Rücksprache mit der Ausbildungsleitung) reflektieren Sie konkrete Fragestellungen aus Ihrer Coachingpraxis oder der Gestaltung von persönlichen Veränderungsprozessen.

## **Abschluss «nächste Schritte wagen»**

Ziel: Selbstverbindlichkeit stärken, Ausbildungsweg würdigen

## **Ankommen und aufbrechen (1 ½ Tage)**

### *präsentieren, abschliessen, feiern*

Gewonnene Erkenntnisse und Wissen sind dann nachhaltig, wenn sie in die Tat umgesetzt werden. Aus den vielen Erfahrungen, Anregungen und Inputs gilt es, die eigene Essenz zu destillieren. Das heisst, es gilt Erkenntnisse zu bündeln, das jeweils eigene Konzentrat zu finden und dieses vorausschauend – im bestehenden oder einem späteren Handlungskontext – zu verankern.

Wir feiern unseren gemeinsamen Weg. Gemeinsam halten wir inne, schauen zurück und in die Zukunft. Sie präsentieren Ihre Praxisarbeit und erhalten Feedbacks, um ermutigt Ihnen Wesentliches im Alltag realisieren und weiter entwickeln zu können.

# Allgemeine Informationen

---

## Termine 2019

### Einstiegsmöglichkeiten in die Ausbildung

26. – 28.10.2018	Seminar „Auszeit mit Kraft“ und Vorgespräch	Weitere Einstiegsmöglichkeiten nach Absprache
24. od. 25.08.2018 oder 14. od. 15.9.2018 siehe delosis.ch/kurskalender	Impulsveranstaltung und Vorgespräch	

Ausbildung	Termine	Module	Bemerkungen
Persönlichkeits-Kompetenz	15.-17.02.2019	«Bilder»	Bereits zu einem früheren Zeitpunkt besuchte Schwerpunkteinheiten und einzelne Module können nach Absprache angerechnet werden.
	29.-31.03.2019	«Ressourcen und Grenzen»	
	03.-05.05.2019	«Muster und Prägungen»	
Spiritualität	21.06.2019	«Vom Wandel»	
	22.06.2019	«Sommersonnenwende»	
	12.-14.07.2019	«Verbundenheit»	
Coaching-Kompetenz	23.-25.08.2019	«Kommunikations-Kompetenz»	
	27.-28.09.2019	«Kunst des (Nicht-)Helfens»	
	01.-03.11.2019	«Mediative-Kompetenz»	
Abschluss	07.-08.12.2019	«Ankommen & aufbrechen»	
Praxis-Kompetenz	Nach Absprache	Lerngruppe und Supervision	

## Durchführungsortlichkeiten

Atelier delosis «casa edera» in Olten und Seminarhotel Mittelland CH oder Südschwarzwald D

## Teilnehmeranzahl

Kerngruppe "Kompassbegleiter/-in" ca. 5 bis max. 12 Personen. Die Ausbildungsgruppe kann durch weitere Teilnehmer oder Probanden für Einzelmodule bis auf max. 16 Teilnehmende ergänzt werden.

## Anmeldung

Anmeldung bitte schriftlich per Mail oder [www.delosis.ch/Anmeldung](http://www.delosis.ch/Anmeldung).

# Zertifikat «Kompassbegleiter-/in»

## Bedeutung, Erlangung und Kriterien

Mit der Zertifikatabgabe wird der persönliche Lern- und Entwicklungsweg, der die Teilnehmerin resp. der Teilnehmer mit der Ausbildung gegangen ist, gewürdigt und gefeiert. Das Zertifikat bestätigt die umfassende Teilnahme und das Engagement der Teilnehmenden. Für die Erlangung des Zertifikats gelten folgende Kriterien:

Ausbildungseinheit	Umfang/Dauer	Zertifizierungskriterien	Bestätigt durch
<b>Einstieg</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Seminar Auszeit mit Kraft (3 Tage) oder Impulsveranstaltung (2.5 Std.)</li> <li>▶ Individuelles Vorgespräch (1 Std.)</li> </ul>		Mindestens Teilnahme an einer Impulsveranstaltung und am individuellen Vorgespräch	Ausbildungsleitung
<b>Ausbildungsmodule</b>			
Persönlichkeits-Kompetenz	3 Module: 3 x 2 ½ Tage	Die Präsenz beträgt minimal 17 Tage, wobei jede Moduleinheit (10 Moduleinheiten) zu mindesten 80% besucht sein muss.	Ausbildungs- resp. Seminarleitung
Spiritualität	3 Module: 1 Tag + 2 ½ + 1 Tag		
Coaching-Kompetenz	3 Module: 3 x 2 ½ Tage		
Abschluss	1 Modul: 1 ½ Tage		
<b>Praxiskompetenz</b>			
Praxisarbeit	Realisierung eines Praxisprojektes. Entwicklung und Präsentation eigenes Beratungsleitbild mit Transfer in Anwendungsfelder entlang der „Praxisarbeit“-Empfehlungen	Selbstverantwortliche Entwicklung, Verschriftlichung und Präsentation eines eigenen Beratungsleitbildes aufgrund von Praxiserfahrungen entlang der „Praxisarbeit“-Empfehlungen.	Ausbildungsleitung mit Feedback durch die Teilnehmenden
Lerngruppenarbeit	4 Halbtage	3 Halbtage	Präsenzliste
Supervision	3 Sitzungen	Minimum 3 Sitzungen à 1 Stunde	Bestätigung durch Supervisor/in

Nicht absolvierte Moduleinheiten können nach Absprache und Möglichkeit zu einem späteren Zeitpunkt nachgeholt werden. Es besteht kein genereller Anspruch auf Nachholen von Ausbildungseinheiten resp. auf nachträgliche Erlangung des Zertifikats.

## Kosten

### Einstiegskosten

- ▶ Seminar «Auszeit mit Kraft» & Vorgespräch, je nach Finanzkraft CHF 810 / 915 / 1'050
- ▶ Impulsveranstaltung & Vorgespräch CHF 200

### Ausbildungskosten

- "Kompassbegleiter-/in", je nach Finanzkraft CHF 5'250 / 5'880 / 6'720
- ▶ Inkl. Seminarunterlagen und 1.5 Stunden individuelle Begleitung bei der Realisierung der Praxisarbeit
  - ▶ zzgl. Supervisionskosten je nach Coach ca. CHF 170 – 200 / Stunde
  - ▶ zzgl. Unterkunft und Verpflegung. 8-10 Übernachtungen/HP in vorgegebenem Bildungshaus (+/- 200 Nacht)

### Zahlungsweise

Einstiegsmodule je nach Wahl, jeweils vor Kursbeginn

Ausbildungskosten:

- ▶ Frühbuchrabatt CHF 150 bei Anmeldung bis 15.09.2018
- ▶ Bezahlmodus in drei Raten jeweils 1/3 der Kosten zahlbar bis 15. Februar 2019 / 15. Juni 2019 / 15. September 2019

## Finanzkraft abhängiges Kursgeld-Modell

Die Bedeutung von und der Umgang mit Geld ist für Menschen und Organisationen sehr unterschiedlich. Wir verdienen unterschiedlich viel Geld und geben es für Unterschiedliches aus. Manche sind Selbstzahlende, andere erhalten Kurse vom Betrieb bezahlt. Die Lebenshaltungskosten sind unterschiedlich. Manche verfügen über grosse, manche über gar keine Geldreserven. Die einen wählen Teilzeitarbeit, andere können nicht anders. Diesen Gegebenheiten und Selbstverständnissen möchten wir mit einem Kursgeldmodell Rechnung tragen, das die Finanzkraft der Teilnehmenden berücksichtigt.

**Sie wählen einen der drei vorgegebenen Preise.**

**Ihre Selbsteinschätzung bedarf keiner Erklärung.**

Leitgrösse für Ihre Selbsteinschätzung und Wahl der Kursgebühr ist Ihre Finanzkraft. Diese ergibt sich aus Investitionsbereitschaft – Stimmigkeit – Investitionsmöglichkeit. Eine objektive Richtgrösse ist dabei das (potentielle) Jahreseinkommen.

Unterer Preis	Mittlerer Preis	Oberer Preis
Untere Finanzkraft	Mittlere Finanzkraft	Obere Finanzkraft
Bis CHF 75'000 Jahreseinkommen bei hochgerechneter Vollzeittätigkeit	CHF 80'000 - 110'000 Jahreseinkommen bei hochgerechneter Vollzeittätigkeit	Ab CHF 115'000 Jahreseinkommen bei hochgerechneter Vollzeittätigkeit

**«Dem Wesen von Geld auf die Spur zu kommen ist ein Abenteuer – eine Reflexion»**

*Geld unterliegt dem steten Wandel wie alle Phänomene dieser Welt. Geld ist nichts Absolutes: es verliert und gewinnt an Wert, zerrinnt zwischen unseren Händen, gibt uns heute Befriedigung und Sicherheit und morgen bereitet es uns Sorgen und stürzt uns in Existenzängste. Die Bedeutung von Geld hat in unserer Gesellschaft eine bis tief in unseren Selbstwert und unser Urvertrauen reichende Wirkung. Nebst dem gesellschaftlich-ökonomischen Aspekt hat Geld eine psychologische und spirituelle Dimension. Geld ist eine der stärksten Projektionsflächen für Wertvorstellungen, Ängste und Freuden, für Schuld-, Gerechtigkeits- und Gewissensfragen. Über die Bedeutung, die Geld für uns hat - generell und in ganz konkreten Situationen - können wir viel über uns selbst erfahren, wer wir sind und welche Vorstellungen uns zutiefst leiten: denn unsere Projektionen auf gedruckte Scheine stehen in engem Zusammenhang mit unserem Urvertrauen, unserem Selbstwelterleben, unserer Autonomie, unserer existentiellen Abhängigkeit, unserem „im Leben stehen“... Im Umgang mit Geld erfahren wir etwas über unseren Umgang mit vorhandenen Potentialen, über unser Verhältnis zum Schenken, unsere Kontrollbedürfnisse, unser Hingabevermögen, unsere Angst vor dem Sterben... u. v. m. Vielleicht mögen Sie weiter darüber nachdenken:*

*Über Geld reden? Was ist etwas wert? Was bin ich mir wert? Wie erfolgreich darf ich sein? Darf ich mich verschulden? Was ist (noch) ein anständiger Preis? Was ist ein gerechter Lohn? Geld verschenken? Mit Geld spielen? Viel verdienen? Wann habe ich genug? Darf ich mehr haben (wollen)? Wie reich fühle ich mich?*

### Literatur und Links

- ▶ Peter König (2004). „30 Dreiste Lügen über Geld. Befreie dein Leben, rette dein Geld.“ Oesch Verlag [www.peterkoenig.typepad.com](http://www.peterkoenig.typepad.com)
- ▶ Walter Pfannkuche (2003). „Wer verdient schon was er verdient?. Fünf Gespräche über Markt und Moral“. Reclam Verlag
- ▶ „Geld. Jenseits von Gut und Böse“. Ausstellung im Zeughaus Lenzburg. [www.stapferhaus.ch](http://www.stapferhaus.ch)

# Allgemeine Grundsätze für die Nutzung von Bildungsangeboten

## Zusammenarbeit

Die Zusammenarbeit basiert auf gegenseitigem Vertrauen. Sämtliche Informationen behandeln wir respektvoll und vertraulich. Erfahrungen und Ergebnisse aus der Arbeit verwenden wir in anonymisierter Form für die eigene Qualitätssicherung sowie für didaktische oder publizistische Zwecke. Wir handeln nach bestem Wissen und Gewissen und verpflichten uns, qualitativ fundierte und sorgfältige Arbeit zu leisten.

Die von uns erarbeiteten Bildungsunterlagen gehören uns. Unter Angabe der Quelle (Autorenschaft) können diese weiterverwendet werden.

## Anmeldung/Abmeldung

Anmeldungen sind verbindlich. Bei der Vergabe der Plätze gilt die Reihenfolge des Anmeldeeingangs. Nach Anmeldung erhalten Teilnehmende eine schriftliche Bestätigung mit weiteren Informationen sowie eine Rechnung (ausgenommen Meditationsangebote). Die Übernachtungskosten sind direkt dem entsprechenden Beherberger zu bezahlen. Gültigkeit haben die auf [www.delosis.ch](http://www.delosis.ch) publizierten Daten und Preise. Die Teilnahmekosten sind nicht mehrwertsteuerpflichtig.

Bei Abmeldung bleiben die Seminar- (und allfällige Übernachtungs-)kosten grundsätzlich geschuldet. Eine Ersatzperson kann jederzeit kostenfrei benannt werden. Können Bildungsangebote infolge mangelnder Teilnehmerzahl oder Ausfall der Kursleitung nicht durchgeführt werden, erhalten die Teilnehmenden umgehend Bescheid, und es werden nach Möglichkeit alternative Seminartermine angeboten. Ist die Teilnahme an einem Verschiebedatum nicht möglich, werden die bereits bezahlten Seminarkosten erstattet.

Für die Absicherung von Übernachtungskosten empfehlen wir den Abschluss einer Annulationskostenversicherung.

## Haftungsbestimmungen

Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Die Teilnahme an Bildungsangeboten ist freiwillig, Teilnehmende tragen die volle Verantwortung für sich selbst. Die Kursangebote ersetzen keine medizinische oder psychotherapeutische Behandlung.

---

Diese Wegleitung bildet integrierenden Bestandteil zur Ausbildungsvereinbarung.  
Olten, 25. September 2018