

Diverse Referenten

Die aktuellen Dozierenden mit ausgewiesenen, fundierten Fachkenntnissen ersehen Sie auf der Webseite www.achtsamkeit.swiss

Anerkennung bisheriger Aus- und Weiterbildungen

Wir bieten die Möglichkeit zur Anerkennung bisheriger Studienlehrgänge im Bereich Gesundheitswesen und Psychologie. Mit einer Diplomarbeit kann der CAS so zu einem Diploma of Advanced Studies DAS oder zu einem Master of Advanced Studies MAS ausgebaut werden.

Kurskosten

Die Kurskosten für den CAS sind auf unserer Webseite www.achtsamkeit.swiss aufgeführt.

Bewusst *glücklich* sein. Privat und im Beruf.

Vertiefen Sie Ihre psychologischen Fähigkeiten.
Stärken Sie Ihre persönliche Resilienz.

Vereinbaren Sie mit uns ein unverbindliches, kostenloses Informationsgespräch.

Achtsamkeit Schweiz AG
Akademie für Achtsamkeit und Resilienz
5600 Lenzburg
+41 (0)62 888 87 87
info@achtsamkeit.swiss
www.achtsamkeit.swiss



CAS «Krisenbegleitung mit Achtsamkeit»

**Ausbildung zur zertifizierten Krisenbegleiterin/
zum zertifizierten Krisenbegleiter**

Zielgruppen

- Berufsgruppen in Beratung, Coaching und sozialer Arbeit
- Kinder-, Jugend- und Erwachsenenschutz
- Menschen mit Peer-Aufgaben in Blaulichtorganisationen
- Berufe der sozialen Arbeit sowie Pflegeberufe
- Seelsorge / Diakonie
- Suizidprävention
- Hospizbegleitung

Ziel

Erlangung eines zertifizierten Abschlusses als «Zertifizierte Krisenbegleiterin/ Zertifizierter Krisenbegleiter»

Kursinhalt

Der Zertifikatslehrgang «CAS Krisenbegleitung mit Achtsamkeit» erschliesst Ihnen die wissenschaftlichen und anwendungsorientierten Grundlagen zur Betreuung von Menschen in Krisen- und Notsituationen. Sie lernen, Menschen zu begleiten, die aufgrund von Krisen- oder Verlusterfahrungen aus ihrem bisherigen Leben und aus der Balance gerissen wurden. Das Kursprogramm fokussiert auf dem Erlernen und Anwenden der Achtsamkeit für eine bewusste ressourcenorientierte Verarbeitung von Ausnahmesituationen jeglicher Art. Der Verlust eines geliebten Menschen, eine Scheidung, ein traumatisches Erlebnis, aber auch der Verlust des Arbeitsplatzes sind mögliche Beispiele. Unter Einbezug von systemischen Ansätzen sowie Methoden der Supervision und der kollegialen Beratung wird erlernt, Menschen in Krisen, Not und Trauer achtsam zu begleiten. Sie werden befähigt, Menschen in und nach verschiedenen Ausnahmesituationen zu begleiten, ihnen Orientierung zu bieten und beim Aufbau der persönlichen Resilienz zu unterstützen.

Kursaufbau

Der Aufbau und die Qualität unseres Zertifikatskurses entsprechen dem allgemeinen Hochschulstandard. Teilnehmende mit erfolgreichem Abschluss erhalten ein anerkanntes Zertifikat mit 15-ECTS Punkten gemäss Bologna-Systematik. Ein dreitägiges Seminar wird in einem auswärtigen Bildungszentrum absolviert.

Kursdauer

15 Ausbildungstage

Module (15 Ausbildungstage)

Modul 1 Persönlichkeitsentwicklung, Selbstfürsorge und Sinnerleben

Sie widmen sich zunächst ihrer eigenen Haltung zum Lehrgangsthema und schärfen diese. Sie setzen sich intensiv mit ihrer eigenen Biographie und auch den enthaltenen Krisen- und Verlusterfahrungen auseinander. Weiter finden Fragen zur Transzendenz und dem Sinnerleben Vertiefung.

Modul 2 Theoretische und praktische Ansätze der Krisenbegleitung

Dieses Modul vermittelt die Grundlagen von Achtsamkeit und Resilienz, die bestimmend sind für den Einsatz in der Krisenbegleitung. Es werden zentrale Lebensdimensionen wie Freude, Krise, Trauer, Glück und Rituale analysiert. Instrumente und Tools für die berufliche Anwendung runden das Modul ab. In diesem Modul werden auch Fachbücher in Form von Buchbesprechungen vorgestellt.

Modul 3 Systemische Ansätze in der Krisenbegleitung

In diesem Modul werden Instrumente der systemischen Aufstellung sowie systemische Ansätze der Krisenbegleitung vermittelt. Hierzu gehört auch die Einführung in die Supervision und Intervention.

Modul 4 Spezifische Themen in der Krisenbegleitung

In diesem Modul werden Spezialthemen behandelt, die in Krisensituationen häufig vorkommen. Dies sind beispielsweise das Verlusterleben, die Notfallpsychologie sowie das Transzendenzerleben.

Modul 5 Perspektiven und Umsetzung

In diesem Modul befassen wir uns mit der Integration der Qualifizierungsinhalte in den eigenen beruflichen Kontext. Dies beinhaltet das Erstellen einer Studienarbeit sowie die Reflexion über die berufliche Anwendung des Erlernten.

Total 15 Tage und 15 ECTS Punkte

Zulassungsbedingungen

Mindestalter 25 Jahre, Psychische Belastbarkeit, Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit eigenen Erfahrungen und Gefühlen.