

# SchemaBeratung und Fokaltherapie

## Sie haben Interesse an SchemaBeratung / -Fokaltherapie?

SchemaBeratung bzw. Schema-Fokaltherapie ist eine Beratungs- und Begleitungsform, die die wissenschaftlich gesicherten Ergebnisse der Schematherapie auf Beratung und lösungsorientierte Kurzzeittherapien überträgt. Auch ein Einsatz im Coaching ist möglich. Die Vorteile des Modells und der Techniken lassen sich auf Beratungsprozesse gut übertragen, auch ohne in eine tiefere therapeutische Beziehung einzusteigen. Das stellt den Unterschied zur Schematherapie dar und macht die Eigenständigkeit der Schemafocussierten Beratung aus.

## An wen richtet sich die Ausbildung?

Die Ausbildung richtet sich an professionelle ausgebildete Therapeuten und Berater, die neben einem therapienahen **Studium** (z.B. Diplom- oder Soz.-Päd., Soz.-Arb., Theologie) über eine beratende oder **therapeutische Grundqualifikation** verfügen (z.B. abgeschlossene Beratungs- oder Coaching-Ausbildung, abgeschlossene psychotherapeutische Ausbildungen (z.B. systemische oder Hypnotherapie, NLP), Ausbildung in Suchttherapie, Seelsorge, Paar- und Lebensberater, Supervisoren, ...). Die in den Kursen enthaltenen praktischen Übungen setzen entsprechende Kenntnisse und Fertigkeiten voraus. Einzelabsprachen sind möglich.

## Wie läuft die Ausbildung ab?

Die Ausbildung findet in **3 Wochenendblöcken** mit jeweils kurzen theoretischen Inputs, Life-Demonstrationen und anschließendem **Üben in kleinen 3-er Gruppen** statt. Dabei wird die Bereitschaft an eigenen Themen zu üben vorausgesetzt. Sie bekommen zum Abschluss ein Zertifikat des IST-Frankfurt. Zudem soll die Ausbildung vom Steinbeis-Transfer-Institut Kommunikation in der Medizin ([www.stw.de/su/1643](http://www.stw.de/su/1643)) zertifiziert werden.

## Wer ist der Trainer?

[Dr. med. dent. Anke Handrock](#), Berlin; seit 2005 Entwicklung und Arbeit im Bereich schemafokussierte Beratung und Fokaltherapie. Lehrtrainerin und Mastersupervisorin der DGZH (Deutsche Gesellschaft für zahnärztliche Hypnose); Lehrcoach und Lehrtrainer (DVNLP), diverse therapeutische Zusatzausbildungen u.a. in Schematherapie. Seit 1998 als Coach und Trainerin in der Medizin tätig. Autorin. Ehrenamtliche Leiterin von Schweigeexerzitien. Leiterin des Steinbeis-Transfer-Institutes Kommunikation in der Medizin.

## Weitere Informationen:

**Aktuelle Termine:** 26./27. Januar, 16./17. März und 15.-19. Juni 2018

**Kurszeiten** Block 1: Fr. 14.00 bis 21.00, Samstag 9.00 bis 16.15 (16 UE), Block 2: Fr. 10.00 bis 19.15, Samstag 9.00 bis 17.30 (19 UE) Block 3: Fr. 10.00 bis 19.15, Sa. 9.00 bis 18.15 und So. 9.00 bis 13.15 (25 UE). Block 1: 380,- €, Block 2: 440,- €, Block 3: 580,-€ (incl. Mittagessen am Freitag und Samstag)

**Kosten:** Block 1: 380,- €, Block 2: 440,- €, Block 3: 580,-€ (incl. Mittagessen).

**Kursort** ist das Pädagogisch-Therapeutische Zentrum am „hof“ in Frankfurt /Main.  
**Weitere Informationen** zu den Inhalten\* der einzelnen Kurse weiter unten.

**Zusätzlicher Kurs: "Vergeben und loslassen in Psychotherapie und Coaching"** für Teilnehmer früherer Curricula vom 8.-10.12.2017 von Fr. 10.00 bis Sonntag 12.15 (24 UE) für 440,- € (incl. Mittagessen).

**Anmeldung:** per Email an: [office@schematherapie-frankfurt.de](mailto:office@schematherapie-frankfurt.de)

**Literatur:**

- Handrock A, Zahn C, Baumann M (2016). Schemaberatung, Schemacoaching, Schemakurzzeittherapie. Weinheim: Beltz.
- Handrock, A., Schwantes, U. & Baumann, M. (2015). Schema-Coaching als ressourcenorientierte Methode zur Verhaltensänderung. Verhaltenstherapie & Verhaltensmedizin 36 (2) 78-89.

Weitere Kurse in Berlin finden Sie [hier](#).

## **\* Die Inhalte des Schemafocussierten Coaching-Kurses:**

### **Block 1: Grundlagen – Schemata und Modi in Aktion**

- Was ist Schemafocussiertes Coaching?
- Was ist eine Erkrankung im Sinne des ICD 10 - Wann ist klassische Schematherapie indiziert, wann ist Schemafocussiertes Coaching sinnvoll?
- Wahrung der Coachingbeziehung - Unterschiede zur Schematherapie
- Was sind Schemata und wie entstehen sie? – Schemadomänen, ihre Entstehung und ihre Bedeutung im menschlichen Zusammenleben
- Die Folgen der Schemaaktivierungen - Anpassungsreaktionen und Gewohnheiten
- Was sind Modi, wie entstehen sie und wie wirken sie sich aus?
- Haltung, Beziehung und Achtsamkeit im Schemafocussierten Coaching - Unbedingte Wertschätzung des Coachees/Klienten

### **Block 2: Grundlegende Interventionen – Positive Schemata und Kognitive**

#### **Techniken der Schemabearbeitung**

- Interventionsebenen in der Schematherapie und Schemafocussierten Coaching
- Grenzen des Schemafocussierten Coachings - Alternativen zur Nachbeileitung – spezielle Techniken zur gezielten Aktivierung positiver Schemata im Coaching
- Methodisches Handwerkszeugs
- Achtsamkeit und Akzeptanz des Klienten fördern
- Kognitive Umstrukturierung
- Methoden der Emotionsaktivierung
- Sprachführung
- Wirkung und Installation von Ankern

- Übersetzung von Aktualisierungen in den Alltag systematisch aufbauen – BEATE-Muster
- Kognitiv-emotionale Bearbeitung von Schemata – Hilfstherapeutenmodell

### Block 3: Komplexe Interventionen – Bewältigungsmodi - „Innere Familie“ – Integration

- Erweiterte Methoden der Schemabearbeitung
- Modus-Arbeit mit Stühlen/Bodenankern
- Konfrontation - Elimination - Integration – Machtbegrenzung
- spezifische Fragestellungen nach Wünschen der Teilnehmer (zum Beispiel Vergebung, Trauer, ...unter schemafokussierten Gesichtspunkten)
- Umgang mit den schemabedingten Gewohnheiten
- Integration der Schemabearbeitung in den Gesamtprozess des Coachings

Um eine effektive Umsetzung in der Praxis zu gewährleisten erhalten Sie dazu

Skripte mit systematischen Ablaufschemata, Formulierungshilfen, Arbeitsblättern (Schemafragebogen, Modus- Landkarte, Schema-Memo) und Feedbackbögen zum Lerntransfer in den Kleingruppen.