



Weiterbildungsinstitut für lösungsorientierte  
Therapie und Beratung

# CAS Akzeptanz & Commitment Coaching



# key facts



## **Abschluss:**

Certificate of Advanced Studies (CAS) Akzeptanz & Commitment Coaching



## **Anerkennung:**

15 ECTS-Kreditpunkte / BSO / CAS



## **Start:**

jeweils im Frühjahr



## **Studiengebühren:**

CHF 8'300

# Der Gewinn

Innovation aus bewährten Grundlagen: Mit dieser Weiterbildung setzen wir neue Maßstäbe im Coachingbereich und stützen uns zugleich auf vertraute Methoden.

Der Blick über den systemischen Tellerrand hat uns auf das enorme Potential der Akzeptanz und Commitment Therapie (ACT) im Coaching aufmerksam gemacht. Das von uns daraus entwickelte Akzeptanz und Commitment Coaching (ACC) ist ein achtsamkeitsorientierter Ansatz und gleichzeitig ein hilfreicher Booster für das Veränderungspotential/die Wirksamkeit verschiedener Ansätze in der Coachingpraxis.

In dieser neuartigen Coaching-Weiterbildung integrieren wir also dieses Konzept (ACC) und sein transdiagnostisches Modell in ein systemisch und konstruktivistisch orientiertes Coaching.



# Ihr Kompetenzgewinn

- Aus der ACC-Perspektive ist das Coachingsziel klar definiert: Erhöhung der „psychischen Flexibilität“ aller Beteiligten im Coachingprozess. Es ist das transparente und klare Angebot eines in dieser Haltung wirkenden Coaches ggü. seinen Coachees.
- Somit folgt das Akzeptanz- und Commitment-Konzept im Coaching einer inneren Landkarte, einem „roten Faden“ bzw. -ganz neu- einer Fallkonzeption.

# Zielgruppe

- Coaches, die ihre Coaching-Kompetenzen erweitern und modernisieren möchten. Die Weiterbildung bietet eine Integration von zwei bewährten Methoden, dem systemischen Coaching und dem Akzeptanz- und Commitment-Coaching. Dies bietet Coaches die Möglichkeit, ihr Repertoire an Methoden und Techniken zu erweitern und ihre Coaching-Praxis zu verbessern.
- Coaches, die sich für Achtsamkeit und Selbstregulation interessieren. Das Akzeptanz- und Commitment-Coaching basiert auf den Prinzipien der Achtsamkeit und Selbstregulation. Diese Prinzipien können Coaches helfen, sich selbst und ihre Coachees besser zu verstehen und zu unterstützen.
- Coaches, die in einer sich verändernden Arbeitswelt bestehen wollen. Das Akzeptanz- und Commitment-Coaching ist ein flexibler Ansatz, der sich an die individuellen Bedürfnisse des Coachees anpasst. Dies macht ihn zu einem wertvollen Werkzeug in einer sich verändernden Arbeitswelt.



# Aufbau

Die Weiterbildung richtet sich an Coaches, die ihre Coaching-Kompetenzen erweitern und modernisieren möchten. Sie ist auch für Coaches geeignet, die sich für Achtsamkeit und Selbstregulation interessieren oder in einer sich verändernden Arbeitswelt bestehen wollen.

Das erste Modul vermittelt die Grundlagen des Akzeptanz und Commitment Coachings (ACC), während das zweite Modul die systemisch-konstruktivistischen Grundannahmen des Coachings behandelt.

Das dritte Modul fokussiert auf die Person im Mittelpunkt des Coachingprozesses, während das vierte Modul die Arbeit mit inneren Bildern und die Integration der beiden Ansätze in komplexe Fallkonzeptionen vermittelt.

Die Weiterbildung ist praxisorientiert aufgebaut und bietet den Teilnehmerinnen und Teilnehmern die Möglichkeit, die vermittelten Inhalte in Übungen und Rollenspielen zu erproben. Die Trainerinnen verfügen über langjährige Erfahrung in der Coaching-Ausbildung und sind ausgewiesene Expertinnen in ihren jeweiligen Fachgebieten.

### **Coaching zwischen Akzeptanz und Committed Action**

3 Tage

mit Siang Be

- Achtsamkeit in Coaching und Alltag
- Erlebnisvermeidung als Problem
- Psychische Flexibilität als Ziel
- Das Hexaflex bzw. die 6 Kernprozesse
- ACC-Matrix
- Choice Point

### **Fallkonzeption nach Akzeptanz und Commitment**

3 Tage

mit Siang Be

- Systemisch-konstruktivistische Grundannahmen
- Fallkonzeption als Kompass für Coaching
- Selbstkonzepte als „Erzähltes Leben“
- Dekonstruktion durch Externalisierung
- Das Beobachter-Ich und „Selbst als Kontext“

### **Fokus auf Person im Coachingprozess**

3 Tage

mit Christiane Bauer

- Die Person im Mittelpunkt
- Biografische Aspekte
- Stimmig Führen, Kommunizieren
- Begleitung von Entscheidungen und Veränderungen
- Inneres Teammanagement
- Emotionen als Ressource
- Selfcare/Lebensbereiche balancieren

## **EAI Musterunterbrechung durch innere Bilder**

3 Tage

mit Ilka Hofmann-Bisinger

- Theoretische Einführung
- Problemerhaltende Muster identifizieren und unterbrechen
- Grundlagen für die Arbeit mit inneren Bildern
- Die kreativen Möglichkeiten der analogen Ebene
- implizites Wissen für Lösungen nutzen
- Live-Arbeit

## **Integration & Abschluss**

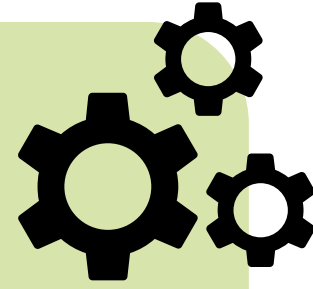
3 Tage

mit Siang Be

- Integration der ACC-Systemischen Ansätze: Komplexe Fallkonzeption
- Abschluss von Coachingprozessen
- Evaluation der Lerninhalte
- Abschlussfeedbacks



## Werkstatttage / Lehrsupervisionen



3 Tage

mit Ursula Fuchs, Nadja Fuchs

In den Werkstatttagen können die Teilnehmenden aktuelle Anliegen aus ihrem persönlichen Kontext einbringen, offene Fragen klären, vertiefende Tipps und Tricks erfahren. Gemeinsam mit den Supervisorinnen gelingt es ihnen so die Inhalte aus den Schwerpunkts-Themen auf die eigenen Herausforderungen zu transferieren.

## Intervision

27 Einheiten / 20 Std.

Daten für die Intervisionsgruppensitzungen werden eigenständig vereinbart.

## Leistungsnachweis

Schreiben Sie eine spannende und inspirierende Falldokumentation, die Ihre Tätigkeit als Coach (im Gruppensetting) eindrucksvoll illustriert.

Beschreiben Sie den Beratungskontext ausführlich und lebendig. Was waren die Herausforderungen und Ziele? Wie war die Beziehung? der Gruppe?

Erläutern Sie die angewandten Theorien und Methoden im Detail. Wie haben Sie die Teilnehmer bei der Erreichung der Ziele unterstützt?

Schlussendlich ziehen Sie eine Reflexion Ihrer Arbeit. Was haben Sie durch diese Erfahrung gelernt? Was würden Sie bei einem nächsten Mal anders machen?

# Leistungsnachweis Zertifizierung

**Nach erfolgreichem Abschluss erhalten die Absolvent:innen das Diplom:**

CAS FH Akzeptanz und Commitment Coaching

**Folgende Bedingungen müssen erfüllt sein:**

- Präsenz von 90 % an allen Weiterbildungsveranstaltungen
- 1 Leistungsnachweis
- Kurskosten bezahlt



# LEITUNG & WEITER- BILDUNGSTEAM

Das Weiterbildungsteam besteht aus renommierten Dozent:innen, die alle über langjährige und breite Praxiserfahrung verfügen.



**Christiane  
Bauer**

Dipl.-Sozialpädagogin, Syst. Therapeutin (SG), Supervisorin, reteaming-Coach©, freiberuflich in eigener Praxis und als Referentin, Lehrende Coach zertifiziert durch die Systemische Gesellschaft (SG), Leiterin des KiM-Institutes in Gauting bei München.



**Siang  
Be**

Diplom Soziologe, Lehrtherapeut und Lehrender Supervisor der Systemischen Gesellschaft/SG, Hypnotherapeut. Leitung SIA-Institut Berlin.



**Ilka  
Hoffmann**

Diplom-Psychologin, leitet das iska-berlin ([www.iska-berlin.de](http://www.iska-berlin.de)) und ist dort als systemische Ausbilderin, Beraterin, Therapeutin, Supervisorin und Coach tätig.

# WERKSTATT- TEAM

Lassen Sie sich von  
erfolgreichen Praktikern  
supervidieren!



**Ursula  
Fuchs**

Eidg. anerkannte  
Psychotherapeutin,  
Systemisch-  
lösungsorientierte  
Therapeutin für Einzelne,  
Paare und Familien  
(Systemis), Supervisorin &  
Coach &  
Organisationsberaterin  
(BSO), ZRM®-Trainerin,  
PSI-Kompetenzberaterin,  
Master-Practitioner NLP  
und Mediatorin SDM in  
eigener Praxis, ehem.  
Dozentin im Nebenamt an  
der Hochschule Luzern,  
Soziale Arbeit; Begründerin  
und Leiterin der wilob AG.



**Nadja  
Fuchs**

Eidg. Dipl. Supervisorin /  
Coach HFP, Coach /  
Supervisorin /  
Organisationsberaterin BSO,  
zertifizierte ZRM®-Coach,  
eidg. Diplomierte Kauffrau,  
Bereichsleiterin bei FAU  
Fokus Arbeit Umfeld,  
Coaching, Projekte &  
Weiterbildung für  
hochqualifizierte Fach- und  
Führungskräfte,  
Teilselbstständigkeit.



## **IHRE INVESTITION**

Der Lehrgang besteht aus 15 Seminar- und 3 Supervisions-/Werkstatttagen. Die einzelnen Seminare bestehen aus 1 - 2 Tagen à je 8 Einheiten. Zwischen den Seminaren liegen in der Regel 3-6 Wochen.

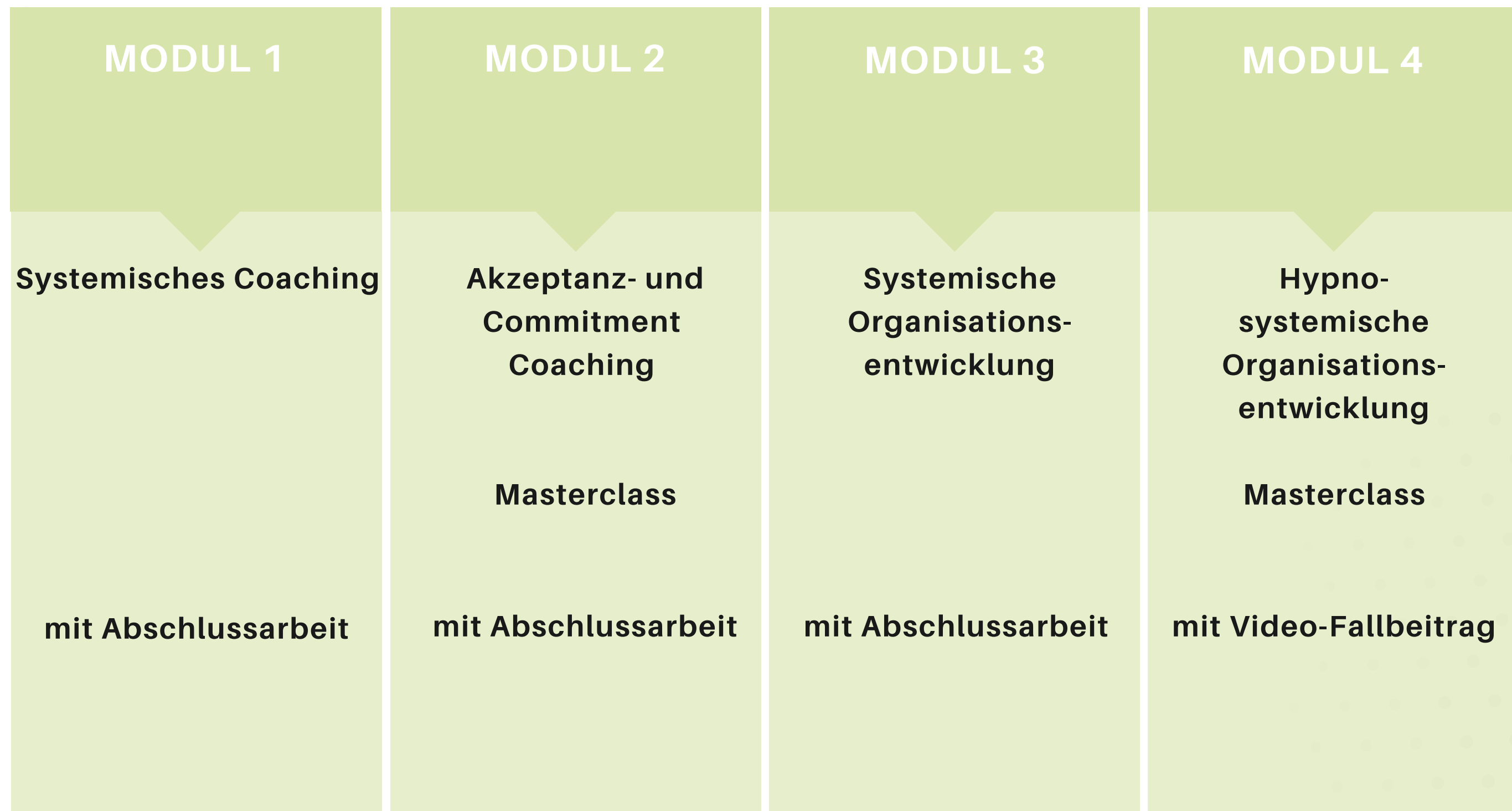
CAS Akzeptanz & Commitment Coaching

**CHF 8'300.00**



# Wie weiter? Planen Sie die clevere Fortsetzung!

Das CAS ist Teil des BSO Curriculums



## Wie weiter? Planen Sie die clevere Fortsetzung!

Der CAS in Coaching eignet sich ideal als Wahl-CAS für die folgenden MAS-Programme der HWZ:

- MAS Business Innovation
- MAS Management and Leadership
- MAS Projekt Manage
- MAS Operational Leadership

“

**Die Fähigkeit, mit schwierigen Erfahrungen umzugehen, ist die Grundlage für ein erfülltes Leben.**

Steven C. Hayes

“

**Coaching ist eine Partnerschaft auf Augenhöhe.**

Thomas Gordon



# welcome!

Wir freuen uns über Ihr Interesse.

Wenn Sie noch Fragen haben oder weitere  
Details wissen möchten:

Wir sind gerne für Sie da!

Auch besteht die Möglichkeit zum  
Schnuppern. Ein Anruf lohnt sich!



**Telefonnummer**

+41 62 892 90 79

**E-Mail-Adresse**

kontakt@wilob.ch

**Website:**

www.wilob.ch