

---

# SATVATOVE INSTITUTE SCHOOL OF TRANSFORMATIVE COACHING

*Prinzipien und Praktiken des Transformativen Coachings*

*KURSÜBERSICHT UND INHALT*

## PRINZIPIEN UND PRAKTIKEN DES TRANSFORMATIVEN COACHINGS

### - KURSÜBERSICHT

Die Ausbildung zum Transformationscoach bei Satvatove ist für Personen, die entschlossen sind, durch professionelles Coaching, eine sinnvolle Veränderung im Leben anderer Menschen zu bewirken. Dieser Kurs "Prinzipien und Praktiken des Transformativen Coachings" bietet eine einzigartige Mischung von Kommunikationswerkzeugen und kraftvollen Transformationsmethoden, basierend auf geerdeten und erleuchtenden spirituellen Prinzipien. Die Ausbildung besteht aus 3 Modulen. Pro Modul gibt es 2 Intensivtage und 6 Unterrichtseinheiten per Skype. In den Unterrichtseinheiten werden spezifische Inhalte vorgestellt und in Coachingsitzungen demonstriert. Studenten üben das Führen von Coachingsitzungen untereinander und lernen durch Feedback aus der Gruppe. Die Intensivtage und Unterrichtseinheiten beinhalten auch interaktive und erlebnisorientierte Übungen und Prozesse. Von den Studenten wird erwartet, dass sie entsprechende Literatur zwischen den Unterrichtseinheiten lesen. Auch sind sie aufgefordert, zwischen den Unterrichtseinheiten die gelernten Werkzeuge und Ansätze in Coachingsitzungen untereinander zu vertiefen. Dieses Format gibt den Studenten kraftvolle Werkzeuge für tiefgreifende Bewusstseinsbildung in Bezug auf die eigene Persönlichkeit und auf zwischenmenschliche Beziehungen. Sie erhalten ein fundiertes Verständnis der Prinzipien für wirkungsvolles, transformatives Coaching. Studenten haben die Möglichkeit, die Werkzeuge, Strategien und Techniken sowohl theoretisch zu verstehen, als auch praktisch zu üben und sie auf professionelle Art und Weise zu meistern. Satvatove Coachs sind sowohl systematische Wissenschaftler als auch kreative Künstler und Experten darin, den Menschen zum „flow“ zu verhelfen und in ihnen versteckte Qualitäten zu wecken. Durch intensives Üben von Fertigkeiten werden die Teilnehmer dieses Programms mit fachlichem Know-how ausgerüstet zum effektiven Coachen von Einzelpersonen und Gruppen. Ausserdem durchlaufen die Studenten vom Coaching-Modell der transformativen Kommunikation eine ausgiebige und kontinuierliche Persönlichkeitsentwicklung. Diese ganz eigene Erfahrung der Persönlichkeitsentwicklung befähigt den Studenten, andere in diesem Prozess zu unterstützen und sie in ihrer Potenzialentfaltung zu fördern.

### MODULE

Studenten können sich für das erste Modul (24 Stunden), die ersten zwei Module (48 Stunden) oder für den kompletten Kurs von drei Modulen (72 Stunden) anmelden. Die Module bauen aufeinander auf.

### ANWESENHEITSPFLICHT

Um sich für das Abschlusszertifikat zu qualifizieren, müssen die 10 von 12 respektive 20 von 24 oder 30 von 36 Zoom-Unterrichtseinheiten besuchen.

### ICF-CREDITS

Die Ausbildung zum Transformationscoach bei Satvatove ist anerkannt von ICF (International Coach Federation). Für jedes Modul werden für den Antrag der ICF-Anerkennung 24 Credits angerechnet. (Total 72 Credits für alle drei Module). Weitere Infos zur ICF-Anerkennung findest du unter [www.coachfederation.ch/de.html](http://www.coachfederation.ch/de.html).

### AUFNAHMEBEDINGUNGEN

- Lesen des Buches „Gelingende Beziehungen“ von David B. Wolf (Original: „Relationships That Work: The Power of Conscious Living - How Transformative Communication Can Change Your Life“).
- Aufnahmegespräch mit der Kursleitung
- Besuch des Informationsabends oder einer Einführung in die Transformative Kommunikation
- Es wird erwartet, dass alle Teile des Anmeldeformulars und diese Kursübersicht gelesen und offene Fragen geklärt werden.

### BUCHREZENSION

Für Modul 1 und 2 wird je eine schriftliche Buchrezension (2'000-3'000 Wörter) verlangt mit einer mündlichen Präsentation von 5-10 Minuten während der Unterrichtseinheit. Die schriftliche und mündliche Buchrezension wird mit allen Studenten geteilt. Die zwei Bücher können frei gewählt werden, vorausgesetzt, es besteht eine Relevanz fürs Transformative Coaching. Eine Literaturliste mit empfohlenen Büchern wird im Kurs abgegeben.

### COACHING MIT SUPERVISION

Zudem arrangieren die Studenten für jedes Modul zwei Coachingsitzungen mit echten Klienten, die von der Kursleiterin oder einer autorisierten Drittperson beobachtet und evaluiert werden. Diese Supervision ist entweder direkt anwesend bei der Coachingsitzung und gibt danach Feedback, oder sie hört/sieht eine Aufnahme der Sitzung. Die erste Coaching-Sitzung mit Supervision sollte in der ersten Hälfte des Moduls stattfinden und die zweite in der zweiten Hälfte des jeweiligen Moduls. Für den Abschluss mit ICF-Anerkennung wird verlangt, dass die zweite Coachingsitzung eines Moduls ein Minimum an Fähigkeiten zeigt, die für dieses Kurslevel von Bedeutung ist.

### GRUPPENCOACHING

In Modul 3 führen die Studenten zusätzlich ein Gruppencoaching zu einem selbstgewählten Thema durch. Informationen dazu werden im Modul 3 abgegeben.

### ABSCHLUSSBEDINGUNGEN

Um sich für das Abschlusszertifikat zu qualifizieren, gelten folgende Bedingungen:

- Besuch der Intensivtage und Unterrichtseinheiten gemäss Anwesenheitspflicht.
- 2 Buchrezensionen
- 6 Coachings mit Supervision
- Durchführung eines Gruppencoachings

## MODUL 1

### UNTERRICHTSEINHEIT 1: VORSTELLUNG DER KURSSTRUKTUR UND PHILOSOPHIE DES TRANSFORMATIVEN COACHINGS

Begrüssung  
Übersicht und Eckdaten des Kurses  
Hintergrund des Transformativen Coachings

*Leseauftrag - im Buch Teil 1, Transformative Kommunikation: Die spirituellen Grundsätze für persönliches Wachstum; ICF Ethikkodex; Werte, Prinzipien und Kodex des Satvatove Instituts.*

### UNTERRICHTSEINHEIT 2: ETHIK VON ICF UND SATVATOVE, STANDARDS FÜR PERSÖNLICHES VERHALTEN, KERNKOMPETENZEN

Ethische Angelegenheiten des Coachings  
Vertraulichkeit  
Persönliches Verhalten und professionelles Coaching  
Coaching, Beratung und Psychotherapie

### UNTERRICHTSEINHEIT 3: KONTEXT DES COACHINGS, SELBSTBESTIMMUNG DES KLIENTEN, ANLIEGEN DES KLIENTEN KLÄREN

Erlaubnis zu Coachen  
Selbstbestimmung des Klienten  
Eine Sitzung starten und abrunden, den roten Faden wahren  
Anliegen des Klienten festlegen, Inventar des Lebens  
Empfehlungen

*Leseauftrag - im Buch Teil 2, Transformative Kommunikation: Einen heiligen Raum schaffen*

### UNTERRICHTSEINHEIT 4: NONVERBALE UND PARALINGUISTISCHE KOMMUNIKATION, BLOCKADEN FÜR EFFEKTIVE KOMMUNIKATION

Nonverbale Kommunikation  
Paralinguistische Kommunikation  
Anwendung am Telefon  
Die Energie des Klienten würdigen

### UNTERRICHTSEINHEIT 5: AKTIVES ZUHÖREN TEIL I

Mögliche Blockaden für effektive Kommunikation  
Wesentliche Prinzipien für aktives Zuhören  
Vertrauen aufbauen  
Selbstermächtigung des Klienten unterstützen  
Selbstkorrigierender Prozess  
Die Kraft des Spiegels

## UNTERRICHTSEINHEIT 6: AKTIVES ZUHÖREN TEIL II

Energie des Klienten erkennen und sich darauf einstimmen  
Zusammenfassung, Klärung, Umschreibung (Paraphrasierung)  
Energie erkennen und sich darauf einstimmen  
Wenn das Einstimmen auf die Energie des Klienten nicht angebracht ist  
Feedback

*Durchführung der ersten Coachingsitzung mit Supervision\**

## UNTERRICHTSEINHEIT 7: FRAGEN FÜR DIE BEWUSSTSEINERFORSCHUNG, GENAUIGKEIT, WO NEUGIER IHREN PLATZ HAT, INTUITION IM COACHING

Offene und geschlossene Fragen  
Kraftvolle Fragestellung  
Neugier - Anwendung und Missbrauch  
Intuition: Kraft und Risiken

*Leseauftrag - im Buch Teil 3, Gelingende Beziehungen: Sein-tun-haben; ein Paradigma für bewusstes Leben*

## UNTERRICHTSEINHEIT 8: ALTERNATIVE PERSPEKTIVEN, SELBSTBEWUSSTSEIN, FÜR DEN KLIENTEN BEWUSSTHEIT KREIEREN

Alternative Perspektiven  
Bewusstheit kreieren  
Grungies und Payoffs

## UNTERRICHTSEINHEIT 9: FEEDBACK UND UNMITTELBARKEIT IM COACHINGGESPRÄCH

Feedback (Fortsetzung)  
Selbstbewusstheit im Coaching  
Coachingpräsenz  
Unmittelbarkeit (Du- und Ich-Gespräch)  
Zwischenmenschliche Fähigkeiten vorleben

## UNTERRICHTSEINHEIT 10: SELBST-OFFENBARUNG DES COACHS, KLIENTEN HERAUSFORDERN

Coach Selbst-Offenbarung  
Herausforderung

*Leseauftrag - im Buch Teil 4, Gelingende Beziehungen: Die Kraft des bewussten Lebens erkennen  
Abgabe der ersten Buchrezension*

**UNTERRICHTSEINHEIT 11: EIGENVERANTWORTUNG, SMARTE ZIELE, EINEN PEP KREIEREN**

Handlungsplan  
Strukturen der Verantwortung und Verbindlichkeit  
Hingabe/Engagement, Bestrebung, Interesse  
SMARTe Ziele  
Persönlicher Erfolgspakt (PEP)  
Erfolge feiern  
Zwischen den Sitzungen - Bewusstheit kreieren  
Zwischen den Sitzungen - Handlungsschritte vornehmen  
Mündliche Buchpräsentation

*Durchführung der zweiten Coachingsitzung mit Supervision*

**UNTERRICHTSEINHEIT 12: ZEITANAGEMENT UND INTEGRATION DER FÄHIGKEITEN UND PRINZIPIEN**

Zeitmanagement im Coaching  
Unterbrechung  
Eine Sitzung abschliessen  
Einbindung  
Mündliche Buchpräsentation

## MODUL 2

DIE 6 PHASEN DER VERÄNDERUNG VON JAMES PROCHASKA (BUCH NUR IN ENGLISCH ERHÄLTICH UNTER DEM TITEL „CHANGING FOR GOOD“. EINE ZUSAMMENFASSUNG IN DEUTSCH WIRD IM KURS ABGEGEBEN.

Für Modul 2 erhältst du ein Aufgabenpaket zu diesem Phasenmodell. Du bist gebeten, die Aufgaben im Verlaufe des Moduls zu erfüllen. Hinweise erfolgen unten.

### UNTERRICHTSEINHEIT 13: DAS BEZUGSSYSTEM DER DREI GUNAS FÜR TRANSFORMATIVES COACHING

Guna Psychologie als Grundlage für das Modell des Transformativen Coachings  
Sattvische Bewusstheit und Hinbewegung zur Ausgeglichenheit  
Anwendungen

*Leseauftrag - 6 Schritte im Prozess der Transformation persönlicher Verhaltensmuster nach Prochaska, Norcross und DiClemente*

### UNTERRICHTSEINHEIT 14: HANDLUNG FÜHRT ZUR EINSICHT, EINSICHT FÜHRT ZUR HANDLUNG

Einsicht führt zur Handlung  
Handlung führt zur Einsicht

### Unterrichtseinheit 15: GRUNGIES, PAYOFFS UND PERSÖNLICHE VERANTWORTUNG

Dimensionen der Verantwortung: Erleben und Gefühle. Wir können das Geschehene nicht ändern; wir können ändern, was heute geschieht – eine weiterführende Erforschung von Grungies und Payoffs.  
Praktische persönliche Verantwortung: Wie ist es geschehen?  
Sprituelle Verantwortung: Wie kam es dazu, dass es geschehen ist?

*Leseauftrag - 3 Arten des Opferbewusstseins (Artikel wird am Kurs abgegeben)*

### UNTERRICHTSEINHEIT 16: WEITERFÜHRENDE EMPATHIE UND METAPHERN

Weiterführende Empathie in verschiedenen Formen  
Metaphern  
Echtheit im professionellen Coaching

*Leseauftrag – Artikel über Echtheit von David Wolf*

### UNTERRICHTSEINHEIT 17:

SEIN-TUN-HABEN, SELBSTZERSTÖRENDE GLAUBENSsätze, DAS PRINZIP FEINSTOFFLICH FÜHRT ZU GROBSTOFFLICH

Paradigmen des Lebens: Sein-Tun-Haben als Plattform für sattvisches Leben und Coaching  
Selbsterstörende Glaubenssätze  
Feinstofflich führt zu grobstofflich

**UNTERRICHTSEINHEIT 18: BEWUSSTSEIN IM RESULTAT UND DIE KRAFT DER KLAREN ABSICHT**

Das Prinzip der Absicht und diese bewusst einsetzen  
Hindernisse in Erwägungen transformieren  
Coachingstrategien und Anwendungen

*Leseauftrag – Absicht und Gewohnheit von David Wolf*

*Durchführung der dritten Coachingsitzung mit Supervision*

**UNTERRICHTSEINHEIT 19: SICH GEHEN LASSEN UND RÜCKFÄLLE: STRATEGIEN FÜR DAS AUFRECHTERHALTEN DES ENTDECKERGEISTES**

Rückfälle als Möglichkeit zur Selbsterkenntnis und neuen Entdeckungen  
Die Wachstumsspirale  
Lotus-Bewusstsein: Mitfühlend, unvoreingenommen, losgelöst

*Aufgaben 1 und 2 im Aufgabenpaket (wird im Modul 2 abgegeben)*

**UNTERRICHTSEINHEIT 20: ETHISCHE ANGELEGENHEITEN FÜR DEN PROFESSIONELLEN COACH**

Weitere Erforschung folgender Angelegenheiten: Potentielle Interessenskonflikte,  
Vertraulichkeit, Bedenken in Bezug auf persönliches Verhalten.  
Grenzen  
Doppelrollen im Zusammenhang mit verschiedenen professionellen Ausbildungen  
Fallbeispiele

*Aufgaben 3, 4 und 5 im Aufgabenpaket*

**UNTERRICHTSEINHEIT 21: BEZIEHUNGEN ZU ERFOLG UND GEWINN**

Paradigmen des Erfolgs und Beziehung zu gewinnen und verlieren  
Konditionierung überwinden und aus der Vergangenheit aussteigen; Anwendung im Coaching.

**UNTERRICHTSEINHEIT 22: INTEGRITÄT UND BEZIEHUNG ZU UNSEREM WORT**

Abmachungen und persönliche Integrität  
Coachingstrategien um Bewusstheit über die Auswirkungen von eingehaltenen und gebrochenen Abmachungen zu kreieren  
Visualisation im Coaching  
Realistische und fordernde Ziele setzen im Coachingprozess  
Verbindlichkeit



*Abgabe der zweiten Buchrezension*

**UNTERRICHTSEINHEIT 23: EMPATHISCHER DIALOG, WIN UND DER COACH ALS KOMMUNIKATIONSTRAINER**

Prinzipien und Praktiken des Kommunikationstrainings  
Empathischer Dialog  
WIN als Struktur für klaren und selbstbestimmten Ausdruck (Grenzen setzen)  
Vorbehalte  
Inspiratives und konstruktives Feedback

*Aufgabe 6 im Aufgabenpaket*

*Durchführung der vierten Coachingsitzung mit Supervision*

**UNTERRICHTSEINHEIT 24: ZWISCHEN DEN COACHINGSITZUNGEN, ERFOLGE FEIERN, WERTSCHÄTZUNG**

Ergänzende Übungen und Aufgaben für die Coaching-Werkzeugkiste  
Erfolge feiern  
Wertschätzung geben und empfangen  
Mündliche Buchpräsentationen

## MODUL 3

### UNTERRICHTSEINHEIT 25: UNSER KARMA ÄNDERN: SCHIFFE, FLUGZEUGE UND BEWUSSTES LEBEN

Karma als vorübergehend  
Sattvisches Bewusstsein und Verhaltensmuster als Grundlage für bewusstes Leben

### UNTERRICHTSEINHEIT 26: ASSERTIV, AGGRESSIV, PASSIV

Guna Psychologie als Bezugsrahmen um verschiedene Arten des Selbsta Ausdruckes zu verstehen  
Weiterführende Anwendung der Assertivität  
Coach als Trainer für Assertivität: Nuancen der Transformativen Kommunikation meistern

### UNTERRICHTSEINHEIT 27: ABHÄNGIGKEIT, UNABHÄNGIGKEIT, WECHSELBEZIEHUNG

Sich auf Balance zubewegen: Anwendung persönlich und im Coaching  
Arten der Beziehung im Kontext der Gunas  
Abhängigkeit, Unabhängigkeit, Wechselbeziehung

### UNTERRICHTSEINHEIT 28: GRUPPENCOACHING I

Gruppencoaching: Ein transformativer Ansatz  
Arten von Gruppen  
Prozesse und Dynamiken in Gruppen  
Klärung der Vorstellungen in einer Gruppe  
Teambildung

### UNTERRICHTSEINHEIT 29: MIT DEM STRANDBALL FERTIG WERDEN, UNKRAUT JÄTEN

Der emotionale Strandball  
Unkraut jäten im Garten des Herzens

### UNTERRICHTSEINHEIT 30: STRATEGIEN FÜR DAS ÜBERLEBEN, STRATEGIEN FÜR DAS GEDEIHEN

Überlebensstrategien  
Recht haben  
Den Anschein der Kontrolle aufrecht erhalten  
Gut da stehen  
Schmerz vermeiden  
Vom Überleben zum Gedeihen: Authentizität und Strategien für vitales Leben  
Coaching im Sein-Tun-Haben

### UNTERRICHTSEINHEIT 31: RESISTENTE KLIENTEN UND GRUPPENCOACHING II

Resistente und widerwillige Klienten  
Aktives Zuhören und Unmittelbarkeit  
Persönliche Anliegen für den professionellen Coach

Zeitmanagement im Gruppencoaching  
Umgang mit herausfordernden Persönlichkeiten in der Gruppe  
Visualisation fürs eigene Gruppencoaching (Planung und Durchführung)

*Durchführung der fünften Coachingsitzung mit Supervision*

#### UNTERRICHTSEINHEIT 32: ELTERNCOACHING

Eine spirituelle Basis für Elternschaft und Elterncoaching  
Unabhängigkeit und Schutz: Die Balance finden  
Verschiedene Stile der Elternschaft

#### UNTERRICHTSEINHEIT 33: PAARCOACHING

Das Modell der Transformativen Kommunikation angewandt auf Paarcoaching  
Unparteilichkeit und Urteile einstellen  
Der Coach als Kommunikationstrainer für Paare  
Strategien zur Konfliktebewältigung  
Expertise mit dem empathischen Dialog  
Familien- und Teenager-Angelgenheiten

#### UNTERRICHTSEINHEIT 34: MANTRA MEDITATION

Hintergründe der Mantra Meditation  
Die Kraft transzendentaler Klangschwingung  
Praktische Anwendung im Coaching

#### UNTERRICHTSEINHEIT 35: INTUITION UND NEUGIER

Im Moment tanzen; Spontaneität und Authentizität  
Intuition und Neugier wieder aufgenommen: Coaching von einem Ort des tiefen Vertrauens  
In der Frage leben: Erkundigung als eine Art des Seins

*Durchführung der sechsten Coachingsitzung mit Supervision*

#### UNTERRICHTSEINHEIT 36: KLIENTEN FÜRS LEBEN: DER „SPIRIT OF SERVICE“

Zeitweilige und ewige Dharmas  
Der „Spirit of Service“- vorleben und coachen  
Grenzen in der Coachingbeziehung  
Synergien und Synthesen  
Ermüdungserscheinungen beim Mitgefühl (compassion fatigue)  
Die Natur der Seele ist, sich zu erweitern

Änderungen vorbehalten.

Annette Bonomo, im Juli 2022