

# Leben in der Essenz der Seele Petra Maria Gehlen

## Leben in der Essenz der Seele – Meister-Coaching – Yoga Ausbildung Leben in der Essenz der Seele – spirituelles Coaching

Petra Maria Gehlen, *Psychologische Beraterin, Dipl. LAPP*  
Kapellenstr. 70, 52152 Simmerath, Tel. 02473 – 92 72 458  
[www.leben-in-der-essenz-der-seele.de](http://www.leben-in-der-essenz-der-seele.de)  
[info@leben-in-der-essenz-der-seele.de](mailto:info@leben-in-der-essenz-der-seele.de)

## 'Leben in der Essenz der Seele' Spirituelle Coaching-Ausbildung - Weg in deine Meisterschaft - 2024

### Lehrplan

Leben im Raum der Liebe ist eine Lebensphilosophie der Selbstliebe und der Selbstsouveränität. Wie ich auf der Willkommenseite beschrieb, dass Regiebuch des Lebens selbst in der Hand zu halten und ganz sich selbst zu finden.

Sich selbst zu finden, ist wie eine innere Reise.

Du lernst, Menschen zu begleiten und zu coachen, auf ihrer „Reise“ der inneren Klärung und Selbstfindung.

Auch du selbst bist im Blick. Richte in der Ausbildung deine innere Haltung aus auf ein erfülltes Sein und deine erfolgreiche Coaching-Tätigkeit.

Begib dich selbst auf die Reise zu deiner inneren Klärung und Selbstfindung.

Die heutige Zeit des Wandels stellt uns vor neue Herausforderungen. Menschen suchen danach, diesen Bewusstseinswandel aktiv zu gestalten. Gerade die Corona-Zeit brachte viele Menschen auf die Spur, sich tiefer mit sich verbinden zu wollen und neue Werte im Leben zu integrieren. Neben den Alltagsproblemen brauchen sie Unterstützung, die ihre Widerstandsfähigkeit erhöhen, um Stressfaktoren vorzubeugen oder damit umgehen zu können.

Die Coaching-Ausbildung ist darauf ausgelegt, Lebensprobleme lösen zu helfen. Im Fokus stehen dabei das Konzept der Lösungsorientierten Beratung. Das braucht den Blick darauf, wie Lebenskrisen entstehen, welche übernommenen Konzepte dahinterstehen und wie diese aufgelöst werden können, im Kontakt zu mit dem eigenen Selbst ein freudvolles, zufriedenes Leben zu führen.

Da immer mehr Menschen spirituelle Ansätze als Antwort suchen, wird den Auszubildenden eine neutrale spirituelle Weltanschauung, frei von religiösen institutionellen Konzepten geboten, die ein hilfreicher Ansatz für die Problemlösung sein kann. So

werden auch Meditation und die Achtsamkeitspraxis von Bedeutung in dieser Ausbildung sein.

Teilnehmende erarbeiten die Inhalte in Form von monatlichen schriftlichen Manuskripten für das Home-Studium, die als PDF per Mail zugesandt werden. Darüber hinaus in 8 Praxis-Präsenzseminaren bei „Mittelpunkt Mensch am Kraftort Eifel“ zur Verfestigung und zur Reflexion der schriftlichen Inhalte. Ebenso stehen in den Praxisseminaren die Selbsterforschung und -erfahrung, sowie Aufarbeitung eigener Lebenskonzepte im Vordergrund. Dies ist ein psychohygienischer Ansatz. Denn wer mit anderen arbeitet braucht eine innere Klärung. Dies stellt jedoch keine Therapie dar, sondern geht vom lebenslangem Lernen nach der Grundlage der Entwicklungspsychologie aus, das Basis für die Psychologische Beratung ist. Psychische Erkrankungen werden als Grenze des Coachings besprochen.

Die Seminare vermitteln Wissen und Selbsterfahrung. Für die physische und psychische Eignung ist jede\*r selbst verantwortlich. Im Rahmen des Seminars findet keine Therapie statt. Das Seminar kann diese nicht ersetzen. Sollte sich aus den vermittelten Inhalten Beratungsbedarf ergeben, kann dies in Einzelgesprächen erfolgen.



Inhalte:

**\* Modul 1:** Mit welchen Grundlagen du das Fundament für deine Selbstständige Coaching-Tätigkeit legst und welche psychologischen Grundsätze dahinter stecken. Hier erlernst du essenzielle Grundlagen zur Entstehung der Psychologie, erhältst einen Einblick in die Gebiete der Psychologie, die psychologische Beratung und die Beratungsbeziehung.

Wir schaffen in Modul 1 die Grundlagen, wie du auf diesem Wissen aufbauen kannst.

**\* Modul 2:** Lerne die Psychologie des Menschen zu verstehen und wie du mit Verständnis für die Funktionsweise des menschlichen Gehirns deine Kunden zu einem optimalen Ergebnis führen kannst. Hier erfährst du, welche Lernprinzipien es gibt und wie das menschliche Gehirn funktioniert und Gelerntes verarbeitet. Durschaue die Funktion der menschlichen Sinne und schaffe es, das menschliche Denken zu verstehen, um intelligente Problemlösungen für dein Privates Umfeld und deine Coaching-Kunden zu finden.

**\*Modul 3: Systeme in denen wir leben – Wie wir werden, die wir sind – Manuskript** Modul 3: Verstehe endlich die Systeme, in denen wir leben und erfahre wie wir werden, wer wir sind! Mit Blick auf deine eigene Entwicklung analysieren wir die Systeme in denen wir leben und wie sich diese auf das alltägliche Rollenverhalten auswirken. Du erfährst mehr über die Transaktionsanalyse nach Eric Berne, bei der es darum geht, wie Menschen miteinander kommunizieren, wie sie sich fühlen und wie sie sich verhalten.

Wir schulen deine Kommunikation und dein Kommunikationsverständnis, um dir den Weg für gute Gesprächsführung im eigenen Alltag und für deine Coaching-Tätigkeit zu ebnet.

1. PRAXISSEMINAR: Wir werfen einen Blick auf die Beziehung zu deinen Eltern. Du wirst lernen, deine eigene Kraft zu stärken, um dich mit deiner eigenen Kindheit auszusöhnen.

**\* Modul 4:** Das Geheimnis der Persönlichkeitspsychologie und den Einfluss von Spiritualität auf die Entwicklung der menschlichen Persönlichkeit.

Erlange umfangreiches Verständnis für Spiritualität und ihre Bedeutung im Kontext verschiedener Weltbilder - nutze dieses Verständnis im Blick auf die Paradigmen der Persönlichkeitspsychologie und die Entwicklung der menschlichen Persönlichkeit und wie sie von der Umwelt geprägt wird.

2. PRAXISSEMINAR: Im Mittelpunkt dieses Praxisseminars steht die ressourcenorientierte Biografiearbeit. Der Schwerpunkt dieser Arbeit liegt in den Themen Selbstliebe, Selbstsouveränität, Selbstakzeptanz, Selbstpflege, Selbstermächtigung und Selbstreflexion. Erfahre welche Kraft achtsame Sprache und Gedanken besitzen. Lerne innere Instanzen als Ursache für hinderliches Verhalten in Beruf und Privatleben zu erkennen.

\* **Modul 5:** Gewinne einen neuen Blickwinkel auf die Entwicklung des Menschen im Zusammenhang mit den Methoden der Entwicklungspsychologie und erfahre warum dieses Wissen unentbehrlich für deine Coaching-Tätigkeit ist.

3. PRAXISSEMINAR: Erfahre wie Angst und Vertrauen sich gegenüberstehen, und verstehe endlich die Angst vor dem Tod durch eine neutrale Untersuchung verschiedener Weltbilder. Dabei werfen wir unter Einbeziehung verschiedener Weltansichten einen Blick auf die Quelle aus der wir kommen, den Tod und dem was danach kommt.

\* **Modul 6:** Durchdringe die Sozialpsychologie und lerne situative Kontexte zu verstehen und wie diese das menschliche Erleben und Verhalten grundlegend beeinflussen

Verstehe den Menschen als soziales Wesen: Wir betrachten psychische Grundfunktionen wie Wahrnehmung, Urteilsbildung, Gedächtnis, Denken, Emotion, Motivation und Verhalten und welchen sozialen Einfluss Kleingruppen haben. Enthülle die Gründe von Mobbing (Opfer-Täter-Dreieck) und lerne, wie du deinen Coaching-Kunden hilfst, den Ausbruch aus diesem Teufelskreis aus eigener Kraft zu bewältigen.

\* **Modul 7:** Widme dich in diesem Modul psychodynamischen Therapien Mach dir die Grundlagen der Psychoanalyse, der Verhaltenstherapie und Humanistischer Therapien zu Nutzen. Erfahre mehr über wichtige Vertreter wie Freud und Jung und bewährte Therapien wie NLP und Logotherapie

\* **Modul 8:** Durch dieses Modul erlangst du jahrzehntelang gesammeltes Wissen und Techniken die für deine Beratungspraxis unentbehrlich sein werden Lerne von Grund auf, wie du ein Gespräch aufbaust und führen kannst, um die zuvor gesetzten Ziele der Beratung definitiv zu erreichen. Außerdem erfährst du mehr über Persönlichkeiten, aus denen du und deine Mitmenschen heraus agieren. Du erhältst Wissen über Techniken der Verhaltenstherapie und kognitiver Techniken. Erfahre wie du dir und deinen Klienten die Macht der Gedanken zu Nutze machen kannst!

4. PRAXISSEMINAR: Komme ins praktische Handeln und erprobe im sicheren Umfeld in einem praktisch durchgeführten Beratungsgespräch. Zudem die Wirkung deiner Körpersprache und der Körperarbeit nach Vertretern wie Virginia Satir. Zur Stärkung deiner eigenen Ressourcen und der deiner Klientel binden wir verschiedene Yogahaltungen mit in dieses Praxisseminar ein.

\* **Modul 9:** Mindfood - Erfahre, was wirklich deine Seele nährt! Wir werfen einen Blick auf die Psychodynamik der Medien und der Einfluss auf unsere Seele wird immer mächtiger.

5. PRAXISSEMINAR: Leben in der Essenz der Seele – Gesprächsführung unter Einbindung der geistigen Führung.

Ich vermittele dir die Methode der Gesprächsführung und Verbindung mit der geistigen Welt, damit du diese unterstützend ins Beratungsgespräch mit einbinden kannst. So kommst du aus den Informationen des Egos heraus und kannst dich auf die höhere Ordnung beziehen. Das ist sehr hilfreich und entlastend.

**\* Modul 10:** Tauche ein in die spirituelle Chakra-Lehre und verstehe ihre psychosomatische Bedeutung.

Nachdem du in der Theorie alles über die psychosomatische Bedeutung der Chakra-Lehre und die bezugnehmende Deutung psychosomatischer Beschwerden erfahren hast, wenden wir dein neu erlangtes Wissen in der Praxis an.

6. PRAXISSEMINAR: Chakra-Lehre praktisch angewandt. Erfahre, wie du nicht nur die Chakren, sondern den ganzen Körper durch intuitives Handauflegen energetisieren kannst.

**\* Modul 11:** Schau auf deinen eigenen Schatten! Widme dich ganz allgemeinen Lebensgesetzen und Schattenaspekten und erfahre mehr über deine lebenswichtigen Tugenden. Entdecke deinen eigenen Schatten und lerne die Wirkung verdrängter Fähigkeiten wieder zu entdecken. Auch hier intensivieren wir deine Fähigkeiten der Selbstreflexion.

7. PRAXISSEMINAR: Erlebe die Wirkung von sakraler Musik (Ayam-Visionary-Art-Musik und andere) und Klangschalen
8. Spüre durch die Selbsterprobung, wie Musik und Klangschalen als unterstützende Elemente in deiner Coaching-Tätigkeit helfen können. Erfahre die Wirkung auf Körper, Geist und Seele und nutze dieses Wissen für deine Beratungsprozesse.

### **\* Modul 12 – Heilsame Tugenden**

Wir tragen heilsame Tugenden in uns, oft ohne das zu wissen. Wenn wir nicht um sie wissen, können sie nicht im Leben integriert sein und so berauben wir uns wertvoller Energien. Lerne in diesem Modul deine heilsamen Tugenden kennen.

**\* Modul 13:** Grenzen der Handlungskompetenz stellen die psychischen Erkrankungen dar. Diese lernst du ausführlich kennen, um deine Grenzen im Coaching richtig einzuschätzen. Denn Professionalität bedeutet auch, die Grenzen des eigenen Handlungsspielraums erkennen zu können und zu respektieren.

**\* Modul 14:** Zwei der mächtigen Werkzeuge im Coaching-Prozess Meditation und Imagination sind zwei kraftvolle Instrumente, die du während deiner Coaching-Tätigkeit gezielt einsetzen kannst. Du lernst den Aufbau einer Meditation und Imagination kennen und welche Kraft hinter inneren Bildern steckt.

9. PRAXISSEMINAR: Umsetzung – Anleitung, Anwendung und Reflexion verschiedener Meditationen und lebensbejahender Imaginationen

Die ganzheitliche Coaching-Ausbildung ist perfekt für dich geeignet, wenn...

- Du bereit bist, Verantwortung für dich selbst zu übernehmen
- Du bereit bist deine eigene innere Klärung anzugehen
- Du erreichen möchtest, dich ganz und "heil" zu fühlen
- Du auch anderen Menschen diesen Weg eröffnen möchtest und mit Hilfe deiner Spiritualität deinen Bewusstseinsprung wagen möchtest

**Die ganzheitliche Coaching-Ausbildung ist nicht für dich geeignet, wenn...  
du selbst die Diagnose einer akuten, psychischen Erkrankung hast.  
Die Ausbildung ist keine Therapie und ersetzt diese nicht.**



### **Organisation der Ausbildung:**

Die Manuskripte kommen im monatlichen Rhythmus Anfang des Monats oder mit dem Praxisseminar bezogen auf die Inhalte der Praxisseminare. Die Ausbildung beginnt im Januar 2023 und Ende im Februar 2024.

Termine der Praxisseminare jeweils:

Freitag: 18.00 Uhr (Ankommen, 17.30 Uhr) – 21.30 Uhr

Samstag: 9.30 Uhr (Ankommen 9.15 Uhr) – 18.00 Uhr

### **Termine 2024/2025: jeweils Fr. – Sa.**

**Praxis 1:** 15. – 16. März 2024 – Versöhnung mit der verletzten Kindheit

**Praxis 2:** 12. – 13. April 2024 – Ressourcenorientierte Biografiearbeit

**Praxis 3:** 24. – 25. Mai 2024 – Angst und Urvertrauen, Angst vor dem Tod

**Praxis 4:** 23. – 24. August 2024 – Beratungsgespräch

**Praxis 5:** 13. – 14. September 2024 – Lesen im Feld der Liebe im  
Coachinggespräch

**Praxis 6:** 04. – 05. Oktober 2024 – Chakralehre – Psychosomatik, Intuitives Heilen

**Praxis 7:** 25. – 26. Oktober 2024 – Einsatz von sakraler Musik und Klangschalen

**Praxis 8:** 14. – 15. Februar – 2025 – Meditation und Imagination im Coaching und  
Abschlussfeier

**Befähigung:** Die Ausbildung befähigt dich als Teilnehmende\*r, andere Menschen im Coaching (Psychologische Beratung) zu begleiten und entspricht den Richtlinien der Verbände für Psychologische Beratung. Abschluss mit Zertifikat.

Die Ausbildung beinhaltet 14 Module mit monatlichen Manuskripten (Lehrbriefen zum Selbststudium, mit ca. 400 Unterrichtsstunden á 45 min.) und zusätzlich 8 Praxisseminare (mit 112 Unterrichtsstunden á 45 Minuten). Da das Selbststudium in eigener Verantwortung liegt, kann die Unterrichtszeit zu Hause variieren.

**Veränderungen aufgrund des Zeitgeistes:** Veränderungen aufgrund des sich zeigenden Zeitgeistes, auf die unbedingt einzugehen sind, behalte ich mir vor. Wenngleich das Gesamtkonzept dadurch nicht gestört wird.

**Teilnahmegebühr:** 240,00 €, monatliche Raten per Dauerauftrag (Gesamt 3.360,00 Euro)

**Teilnahmevoraussetzungen:** Deine psychische Gesundheit, weil das Seminar keine Therapie darstellt.

**Zielgruppe:** Alle, die eine Coaching-Fortbildung anstreben.

**Leitung von „Mittelpunkt Mensch“ und Leitung der Aus- und Fortbildungen:**

Petra Maria Gehlen, Psychologische Beraterin, staatl. anerkanntes Diplom nach IAPP (Institut für angewandte Psychologie und Psychosomatik in Düsseldorf, Klangpädagogin, Yogalehrerin).

Erstberuf: Theologin, Religionspädagogin

Fortbildungen: Psychologische Beratung, Systemische Familientherapie (Dipl. nach IAPP, Institut für Psychologie und Psychosomatik – Düsseldorf), Klangmassagepraktikerin, Alltagsbegleiterin im Seniorenbereich (für Menschen mit Demenz), Yogalehrerin.

Mit meinem Fundus von über 30 Jahren Arbeit und Erfahrung mit Menschen stehe ich dir gerne zur Verfügung.