

# Psychologischer Berater (ALH)

## Zeit- und Selbstmanagement

Bedeutung des Zeit- und Selbstmanagements, Umgang mit Zeitfressern, erfolgreiche Methoden des Zeit- und Selbstmanagements

## Grundlagen der psychologischen Beratung

### Allgemeine Psychologie: Denken, Fühlen & Handeln

Das menschliche Gehirn, Neuronale Kommunikation, Wahrnehmung, Bewusstsein, Denken, Gedächtnis & Lernen, Lerntheorien, Emotionen, Motivation, Erkenntnisse aus der Neurobiologie

### Entwicklungs- und Persönlichkeitspsychologie

Entwicklungsstadien, Typen und Traits, psychodynamische & humanistische Persönlichkeits-theorien

### Trends und Themen der Psychologie

Aktuelle Themen – z.B. Positive Psychologie, Online-Beratung

### Sozialpsychologie & Gruppendynamik

Soziale Normen, Rollen & Regeln, Einstellung & Vorurteile, Gruppenprozesse

### Klinische Psychologie & Psychotherapie

Überblick über die psychischen Störungen nach ICD-10, Fallbeispiele und Auswirkungen auf das soziale Umfeld, Überblick über klassische Therapieansätze, Angehörigenberatung

## Beratungskompetenz – Modelle der psychologischen Beratung

### Modelle der psychologischen Beratung I: Kommunikation

Konstruktivismus, klientenzentrierte Beratung, Kommunikations- und Wertequadrat, Inneres Team, Gewaltfreie Kommunikation

### Das Beratungsgespräch in der Praxis

Phasen eines Beratungsgesprächs, Erstgespräch, Auftragsklärung, Umgang mit problematischen Gesprächsverläufen, Krisenintervention

### Modelle der psychologischen Beratung II: Verhaltenspsychologische und systemische Ansätze

Kognitive Umstrukturierung, Verhaltensanalyse, multimodale Konzepte, systemische Ansätze

### Klientenzentrierte Beratung & Kommunikation

Aktives Zuhören, klientenzentrierte Haltung, Erstgespräch, Kommunikations- und Wertequadrat, Inneres Team

## Konzepte, Methoden & Instrumente der psychologischen Beratung

### Stressbewältigung und Achtsamkeit

Stresskonzepte, Stress & Bewegung, Achtsamkeit in modernen Therapie- und Beratungskonzepten, MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction)

### Burnoutprävention in der Beratungspraxis

Checkliste Burnoutgefährdung, Stressbewältigungsmanuale

## Arbeits- und Organisationspsychologie

Führungsstile, Arbeitszufriedenheit, Burnout & Boreout, Mobbing, Sucht & leistungssteigernde Substanzen, Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) & Betriebliches Eingliederungsmanagement (BEM)

### Persönlichkeitsprofile als Instrumente der psychologischen Beratung

Big Five, REISS, DISG

### Ausgewählte Methoden & Interventionen der psychologischen Beratung

Stressbewältigung & Verhaltensanalyse, Systemische Interventionen

## Die berufliche Praxis als psychologischer Berater

### Aufgaben & Rolle des Psychologischen Beraters

Das Berufsbild des Psychologischen Beraters, Abgrenzung Therapie – Beratung anhand von Fallbeispielen

### Der Start in eine erfolgreiche berufliche Praxis

Rechtliche Rahmenbedingungen, Vertragsgestaltung, Marketing

## Der zeitliche Lehrgangsablauf

Monat	Studienbrief (SB)	Onlinetest (OT)	Fallarbeit (FA)	Webinar (WEB)	Präsenzphase (PP)
1	<b>SB 1:</b> Allgemeine Psychologie: Denken, Fühlen & Handeln			<b>WEB 1:</b> Zeit- und Selbst- management	
2	<b>SB 2:</b> Entwicklungs- und Persönlichkeitspsychologie			<b>WEB 2:</b> Trends und Themen der Psychologie	
3	<b>SB 3:</b> Sozialpsychologie & Gruppendynamik				
4	<b>SB 4:</b> Klinische Psychologie & Psychotherapie	<b>OT 1:</b> Grundlagen der psy- chologischen Beratung			
5	<b>SB 5:</b> Modelle der psychologi- schen Beratung I: Kommunikation			<b>WEB 3:</b> Das Beratungsgespräch in der Praxis	
6	<b>SB 6:</b> Modelle der psychologi- schen Beratung II: Verhaltenspsychologische und systemische Ansätze		<b>FA 1:</b> Praxisfälle der psychologischen Beratung		
7					<b>PP 1:</b> Klientenzentrierte Be- ratung & Kommunikation 2 Tage
8	<b>SB 7:</b> Stressbewältigung und Achtsamkeit	<b>OT 2:</b> Stresskonzepte			
9			<b>FA 2:</b> Stressbewältigung/ Burnoutprävention	<b>WEB 4:</b> Burnoutprävention in der Beratungspraxis	
10	<b>SB 8:</b> Arbeits- und Organisationspsychologie			<b>WEB 5:</b> Persönlichkeitsprofile als Instrumente der psy- chologischen Beratung	
11			<b>FA 3:</b> Interventionen in der psychologi- schen Beratung		<b>PP 2:</b> Ausgewählte Methoden & Interventionen der psychologischen Beratung 2 Tage
12				<b>WEB 6:</b> Aufgaben & Rolle des Psychologischen Beraters <b>WEB 7:</b> Der Start in eine erfolgreiche berufliche Praxis	
<b>Abschlussklausur</b>					