

# Kompakt Lehrgang

## Farben zur Orientierung im Coaching & Therapie



### Farben als Orientierung & Ressource

Im System. Coaching, in der Ego-States- und verschiedenen anderen Therapien werden Farben stellvertretend für Emotionen, Empfindungen, Reaktionen und Unklarheiten «gesetzt». Ressourcen, Interessen und Brachliegendes werden hervorgehoben und gestärkt.

### Farben zur Stressregulation

Farben geben Orientierung bei Gefühls-Überflutung und bei Erregungszuständen. Die Thematik wird nach aussen verschoben; somit Distanz geschaffen. Dies schafft Boden für Regulationsprozesse.

### Anwendung der Farben

Farben sind für jedermann rasch aufgreifbar und ebenso einsetzbar. Blockierende oder unklare Beratungs- und Therapiesituationen bekommen eine Fokussierung und es kann klärend (weiter-)gearbeitet werden.

Sie lernen die Farben personenzentriert und situativ einzusetzen, um lösungsorientiert zu begleiten.

### Zur Orientierung und als Ressource

**Farben als Platzhalter I – 29.01. 2022**

Wirkung und Anwendung der Farben  
Farben zur Orientierung und als Ressource  
Lösungsorientierter Einsatz der Farben

### Prägungsmuster aktualisieren

**Farben als Platzhalter II – 26.02. 2022**

Ausgediente oder einschränkende Gedanken-,  
Emotions- und Verhaltensreaktionen klären  
Aktuelle Werte und Anliegen umsetzen können

### Beziehungen klären

**Farben als Platzhalter III – 26.03. 2022**

Beziehungsthematiken und -Muster klären  
Spannungen und Konflikte bereinigen  
Energieverluste, Nähe / Distanz regulieren

### Farben zur Stressregulation

**Farben als Platzhalter IV – 23.04. 2022**

Wesentlich stressreduzierende Methoden lernen  
Orientierung und Bodenhaftigkeit herstellen  
Stressauslösende Trigger erkennen & entschärfen

Die Anwendungen mit Platzhaltern ist eine eigene  
Methode, ergänzt sich jedoch gut mit anderen.

**Ort:** Zürich, gilt als EMR-Weiterbildung

**Preis:** I – III 640.-, IV 220.-

### Detaillierte Informationen & Anmeldung:

Mona Vogt, 044 761 34 04, [info@imasis.ch](mailto:info@imasis.ch)  
[www.imasis.ch](http://www.imasis.ch), [www.therapie-beratung.ch](http://www.therapie-beratung.ch)