

WELLNESS + BEAUTY FACHFRAU/MANN

Kombinationskurs: Fernlehrgang + Praxisanteile

Inhaltsverzeichnis

LEHRBRIEF 1

ANATOMIE/PHYSIOLOGIE - GRUNDLAGEN

1. SKELETT UND BEWEGUNGSAPPARAT
 - 1.1 EINFÜHRUNG
 - 1.2 DAS SKELETT
 - 1.2.1 Einführung
 - 1.2.2 Der Schädel
 - 1.2.3 Die funktionalen Teile des Skeletts
 - 1.3 AUFBAU DER KNOCHEN
 - 1.3.1 Einführung
 - 1.3.2 Knochenformen
 - 1.4 DIE GELENKE
 - 1.5 MUSKELN

2. NERVENSYSTEM
 - 2.1 EINFÜHRUNG
 - 2.2 DIE NERVENZELLE
 - 2.2.1 Bau
 - 2.2.2 Funktion
 - 2.3 DAS ZENTRALNERVENSYSTEM
 - 2.4 REFLEXE, ERLERNTES VERHALTEN UND DENKHANDLUNGEN
 - 2.4.1 einfache Reflexe
 - 2.4.2 komplexe Reflexe
 - 2.4.3 bedingte Reflexe
 - 2.4.4 komplexe Lernvorgänge
 - 2.4.5 bewußte Handlung
 - 2.5 VEGETATIVES NERVENSYSTEM
 - 2.6 STÖRUNGEN UND ERKRANKUNGEN

3. ATMUNG
 - 3.1 EINFÜHRUNG
 - 3.2 ATEMORGANE
 - 3.2.1 Die Nase
 - 3.2.2 Der Kehlkopf (Larynx)
 - 3.2.3 Die Luftröhre (Trachea)
 - 3.2.4 Die Lunge
 - 3.3 ATMUNG
 - 3.3.1 Bauchatmung
 - 3.3.2 Brustatmung
 - 3.3.3 Flankenatmung
 - 3.3.4 verstärkte Atmung
 - 3.3.5 Atemgrößen
 - 3.4 INNERE ATMUNG
 - 3.5 ZUSATZINFORMATIONEN

4. BLUT, BLUTKREISLAUF, LYMPHE

- 4.1 EINFÜHRUNG
- 4.2 ZUSAMMENSETZUNG DES BLUTES
 - 4.2.1 Erythrozyten
 - 4.2.2 Leukozyten
 - 4.2.3 Thrombozyten
 - 4.2.4 Blutplasma
- 4.3 BLUTGRUPPEN
- 4.4 DAS HERZ
- 4.5 DER BLUTKREISLAUF
- 4.6 ERKRANKUNGEN DES BLUTGEFÄßSYSTEMS
- 4.7 GEWEBSFLÜSSIGKEIT UND LYMPHFLÜSSIGKEIT

LEHRBRIEF 2
DERMATOLOGIE - GRUNDLAGEN

- 1. EINFÜHRUNG
- 2. DIE STRUKTUR DER HAUT
 - 2.1 SUBCUTIS – UNTERHAUTGEWEBE
 - 2.2 CORIUM – LEDERHAUT
 - 2.2.1 Fasergewebe, Grundsubstanz
 - 2.2.2 Schichten des Coriums
 - 2.2.3 Funktionskörperchen und Gefäße im Corium
 - 2.3 EPIDERMIS – OBERHAUT
 - 2.3.1 Basalzellschicht – stratum basale
 - 2.3.2 Stachelzellschicht – stratum spinosum
 - 2.3.3 Körnerschicht – stratum granulosum
 - 2.3.4 Reinsche Barriere
 - 2.3.5 Leuchtschicht – stratum lucidum
 - 2.3.6 Hornschicht – stratum corneum
 - 2.4 DIE OBERFLÄCHE
- 3. PHYSIOLOGIE DER HAUT
 - 3.1 DER WASSERHAUSHALT
HYDRATION DER HORNSCHICHT
 - 3.2 PERMEABILITÄT UND PENETRATION
 - 3.3 HAUTATMUNG
 - 3.4 REGELUNG DER KÖRPERTEMPERATUR
 - 3.5 SÄUREMANTEL
 - 3.6 LIPIDMANTEL
 - 3.7 HAUTFARBE – PIGMENTBILDUNG
- 4. AKTUELLER HAUTZUSTAND
 - 4.1 NORMALE HAUT
 - 4.2 SEBORRHOE OLEOSA
 - 4.3 SEBORRHOE SICCA
 - 4.4 SEBOSTASE
 - 4.5 UNREINE HAUT
 - 4.6 EMPFINDLICHE HAUT
 - 4.7 MÜDE, STRAPAZIERTE HAUT
 - 4.8 REIFE HAUT – HAUTALTERUNG
 - 4.8.1 Zeitaltern

- 4.8.2 Umwelaltern
- 4.8.3 Kennzeichen der alternden Haut
- 4.8.4 Pflege der Altershaut
- 5. KOSMETISCHE HAUTVERÄNDERUNGEN
UND HAUTERKRANKUNGEN
 - 5.1 AKNE
 - 5.2 ROSACEA
 - 5.3 HYPERPIGMENTIERUNG UND PIGMENTSCHWUND
 - 5.4 NAEVI
 - 5.5 TELEANGIEKTASIE
 - 5.6 OEDEME – FLÜSSIGKEITSANSAMMLUNGEN
 - 5.7 WARZEN – VERRUCAE
 - 5.8 CICATRIX – NARBEN
 - 5.9 PSORIASIS – SCHUPPENFLECHTE
 - 5.10 CELLULITE

LEHRBRIEF 3

CHEMIE/KOSMETISCHE PRÄPARATE - GRUNDLAGEN

- 1. GRUNDTYPEN KOSMETISCHER PRÄPARATE
INCI DEKLARATION
 - 1.1 EMULSIONEN
 - 1.1.1 Emulgatoren
 - 1.1.2 O/W-Emulsionen
 - 1.1.3 W/O-Emulsionen
 - 1.1.4 Mischemulsionen
 - 1.2 WASSERFREIE PRÄPARATE
 - 1.2.1 Fettalkohole
 - 1.2.2 Mineralöle und –wachse (Paraffine)
 - 1.2.3 Pflanzliche und tierische Fette und Öle
 - 1.2.4 Wachse
 - 1.2.5 Silikonöle
 - 1.2.6 Feststoffe
 - 1.2.7 Puder
 - 1.3 FETTFREIE PRÄPARATE
 - 1.3.1 Flüssige Präparate
 - 1.3.2 Gele – Gelbildner
- 2. REINIGENDE UND DEODORIERENDE KOSMETIKA
 - 2.1 KOSMETIKA MIT REINIGENDER WIRKUNG
 - 2.1.1 Reinigungsemulsionen
 - 2.1.2 Ölpräparate, hydrophile Öle
 - 2.1.3 Lotionen (Gesichtswässer)
 - 2.1.4 Wasser, Seifen und Syndets
 - 2.1.4.1 Wasser
 - 2.1.4.2 Seifen und Syndets
 - 2.1.5 Peeling-Präparate
 - 2.1.6 Nagellackentferner
 - 2.2 DEODORANTIEN
 - 2.2.1 Geruchssubstanzen der Haut
 - 2.2.2 Antitranspirante

- 2.2.3 Deodorantien
- 2.2.4 Präparatformen
- 3. TIEFENWIRKSAME KOSMETIKA UND BIOLOGISCHE WIRKSTOFFE
 - 3.1 TIEFENWIRKSAME PRÄPARATE
 - 3.1.1 Aufnahmevermögen der Haut
 - 3.1.2 Wirkstoffe
 - 3.1.2.1 Phytohormone
 - 3.1.2.2 Vitamine
 - 3.1.2.3 Enzyme
 - 3.1.2.4 Proteine, Kollagen und Elastin
 - 3.1.2.5 Schwefel- und Schwefelverbindungen
 - 3.2 BIOLOGISCHE WIRKSTOFFE
 - 3.2.1 Pflanzliche Wirkstoffe
 - 3.2.2 Ätherische Öle – Aromaöle
 - 3.2.3 Tierische Wirkstoffe
- 4. DEKORATIVE UND SCHÜTZENDE KOSMETIKA
 - 4.1 KOSMETIKA MIT DEKORATIVER WIRKUNG
 - 4.1.1 Farbstoffe
 - 4.1.2 Teintgrundierung
 - 4.1.3 Rouge
 - 4.1.4 Augen Make-up
 - 4.1.5 Lippschminken
 - 4.1.6 Nagellacke
 - 4.2 KOSMETIKA MIT SCHÜTZENDER WIRKUNG
 - 4.2.1 Allgemeine Schutzpräparate
 - 4.2.2 Lichtschutzpräparate
 - 4.2.3 Schutzpräparate gegen chemische Einwirkungen
 - 4.2.4 Massage- und Gleitpräparate
 - 4.2.5 Insektenschutzpräparate

LEHRBRIEF 4

PHYSIK/KOSMETISCHE APPARATE - GRUNDLAGEN

- 1. ELEKTRIZITÄTSLEHRE
 - 1.1 GRUNDERSCHEINUNGEN, ELEKTRISCHER STROM
 - 1.2 WIRKUNGEN DES ELEKTRISCHEN STROMS
 - 1.3 STROMSTÄRKE, SPANNUNG UND WIDERSTAND
 - 1.4 ELEKTRISCHE LEISTUNG
 - 1.5 GLEICHSTROM, WECHSELSTROM UND FREQUENZ
 - 1.6 ELEKTRIZITÄT UND MAGNETISMUS
 - 1.7 ELEKTRISCHES FELD
 - 1.8 ELEKTRISCHE SCHWINGUNGEN
 - 1.9 ELEKTROMAGNETISCHE WELLEN
- 2. KOSMETISCHE APPARATE
 - 2.1 BEDAMPFUNGSGERÄT
 - 2.2 BÜRSTEN- UND SCHLEIFGERÄT
 - 2.3 GERÄTE ZUR IONTOPHORESE UND DESINCRUSTATION

- 2.4 HOCHFREQUENZSTAB
- 2.5 EPILATIONSGERÄT
- 2.6 INTERFERENZSTROMGERÄTE
- 2.7 VIBRATIONS- UND SAUG-DRUCKLUFTMASSAGERÄT
- 2.8 SOFT-LASER-GERÄTE
- 2.9 SOLARIEN
- 2.10 STERILISATIONSGERÄTE

LEHRBRIEF 5 GESUNDHEIT

1. ERKRANKUNGEN,
BEDINGT DURCH DEN „MODERNEN LEBENSSTIL“
 - 1.1 Herz und Kreislauf
 - 1.2 Krebs
 - 1.3 Übergewicht – Adipositas
 - 1.4 Osteoporose
 - 1.5 Lungenorgane
 - 1.6 Immunsystem – Immunschwäche
 - 1.6.1 Immunsystem-Test
 - 1.6.2 Bestandteile des Immunsystems
 - 1.6.3 Immunschwäche
 - 1.6.4 AIDS

2. VERHALTENSWEISEN UND GESUNDHEIT
 - 2.1 Rauchen
 - 2.2 Alkohol
 - 2.3 Stress
 - 2.4 Depressionen
 - 2.5 Zeitmanagement
 - 2.6 Der Schlaf

LEHRBRIEF 6 ERNÄHRUNG

2. GESUNDE ERNÄHRUNG, WOHLFÜHLEN UND SCHÖNHEIT
– EINE EINFÜHRUNG –

2. DIE NAHRUNG
 - 2.1 Organische und anorganische Chemie
 - 2.2 Kohlenhydrate
 - 2.3 Fette – Cholesterin
 - 2.4 Protein
 - 2.5 Vitamine
 - 2.6 Mineralstoffe
 - 2.7 Spurenelemente
 - 2.8 Sekundäre Pflanzenstoffe
 - 2.9 Wasser
 - 2.10 Ballaststoffe

3. VERDAUUNG

- 3.1 Verdauungsorgane
- 3.2 Verdauung
- 3.3 Resorption und Zellstoffwechsel
- 4. AUSSCHIEDUNG DURCH DIE NIEREN
- 5. FEHLLEISTUNGEN UND ERKRANKUNGEN DER VERDAUUNGSORGANE
- 6. WELLNESS UND GESUNDE ERNÄHRUNG
 - 6.1 Questionnaire
 - 6.2 Der Energiebedarf und der BMI
 - 6.3 Kohlenhydrate
 - 6.4 Fette – Cholesterin
 - 6.5 Protein
 - 6.6 Vitamine
 - 6.7 Mineralstoffe und Spurenelemente
 - 6.8 Sekundäre Pflanzenstoffe
 - 6.9 Flüssigkeitshaushalt – Wasser
 - 6.10 Ballaststoffe
 - 6.11 Bioprodukte – Biosiegel
 - 6.12 Gentechnisch veränderte Lebensmittel
 - 6.13 Acrylamid in Lebensmitteln
 - 6.14 Schwermetalle in Lebensmitteln

LEHRBRIEF 7

BEHANDLUNGEN I

- 1. HYGIENE UND UNFALLVERHÜTUNG
 - 1.1 Hygiene
 - 1.1.1 Bakterien
 - 1.1.2 Viren
 - 1.1.3 Pilze
 - 1.1.4 Hygienemaßnahmen
 - 1.1.4.1 Hygienische Voraussetzungen der Wellness- und Beautyfachfrau
 - 1.1.4.2 Hygienische Kleidung und Wäsche
 - 1.1.4.3 Hygienische Arbeitsgeräte und Hilfsmittel
 - 1.1.4.4 Hygiene des Arbeitsplatzes und der Arbeitsräume
 - 1.2 Unfallverhütung
- 2. WELLNESS-MASSAGEN
 - 2.1 Klassische oder Schwedische Massage
 - 2.2 Manuelle Lymphdrainage
 - 2.3 Bindegewebsmassage
 - 2.4 Fußreflexzonenmassage
 - 2.5 Lomi-Lomi Massage
 - 2.6 Hot Stone Massage
 - 2.7 Shiatsu
 - 2.8 Traditionelle Thai-Massage
 - 2.9 Klangmassage

3. AYURVEDA
 - 3.1 Die ayurvedische Lehre
 - 3.2 Die ayurvedische Massage

LEHRBRIEF 8 BEHANDLUNGEN II

4. HYDRO-BEHANDLUNGEN
 - 4.1 Bäder
 - 4.2 Hydro-Massagen
 - 4.2.1 Dusch- und Druckstrahlmassagen
 - 4.2.2 Güsse
 - 4.2.3 Vichy-Dusche
 - 4.2.4 Whirlpool
 - 4.3 Floating
 - 4.4 Aqua Bodywork
 - 4.4.1 WATSU®
 - 4.4.2 WATA®
 - 4.4.3 Water-Balancing
 - 4.5 Thalasso
5. TROCKENE UND FEUCHTE WÄRMEBEHANDLUNGEN
 - 5.1 Finnische Sauna
 - 5.2 Dampfbad
 - 5.3 Römisches Bad
 - 5.4 Hammam
 - 5.5 Rasul
 - 5.6 Kräuterdampfbad
6. KOSMETISCHE GANZKÖRPERBEHANDLUNGEN
 - 6.1 Anti-Cellulite
 - 6.2 Slimming
 - 6.3 Hautstraffung
 - 6.4 Schwangerschaftsstreifen und Streifen bei schneller Gewichtsabnahme
 - 6.5 Busenstraffung

LEHRBRIEF 9 TECHNIK I

Physiologische und physikalische Grundlagen
und apparative Behandlungsmethoden

1. ANWENDUNG ELEKTRISCHER ENERGIE
 - 1.1 Wirksamkeit des Stroms
 - 1.1.1 Systematische Verträglichkeit
 - 1.1.2 Lokale Verträglichkeit
 - 1.1.2.1 Verätzung
 - 1.1.2.2 Verbrennung
 - 1.1.3 Physiologische Schwellen
 - 1.2 Verschiedene Stromformen

- 1.2.1 Gleichstrom oder Galvanischer Strom
 - 1.2.2 Niederfrequenter Strom
 - 1.2.3 Mittelfrequenter Strom
 - 1.2.3.1 Physiologische Grundlagen
 - 1.2.3.2 Spektrum der MF-Strombehandlung
 - 1.2.4 Hochfrequenter Strom
 - 1.3 Schwellen der Strombehandlung
 - 1.4 Elektrobehandlungsgeräte
 - 1.4.1 Gleichstromanwendungen
 - 1.4.1.1 Elektroosmose
 - 1.4.1.2 Iontophorese
 - 1.4.1.3 Geräte für die Iontophorese
 - 1.4.1.4 Epilation
 - 1.4.2 Wechselstromanwendungen
 - 1.4.2.1 IONTO-Lift[®] BF
 - 1.4.2.2 IONTO SKIN[®] -REGULATOR
 - 1.4.3 HF-Stromanwendungen
 - 1.4.3.1 Physikalische Grundlagen
 - 1.4.3.2 Anwendung der Hochfrequenzströme
 - 1.4.4 Geräte für die HF-Wärmebehandlung
 - 1.4.4.1 IONTO-COMED HF-Stab
 - 1.4.4.2 IONTO-HF MODUL SL
2. ANWENDUNG MECHANISCHER ENERGIE
- 2.1 Physikalische Grundlagen
 - 2.1.1 Mechanische Arbeit
 - 2.1.2 Druck
 - 2.1.3 Mechanische Leistung
 - 2.1.4 Mechanische Energie
 - 2.2 Biomechanische Muskelstimulation
 - 2.2.1 Physiologische Wirkung
 - 2.2.2 Geräte zur Biomechanischen Muskelstimulation
 - 2.2.2.1 Indikation IONTO-STIM^{BMS}
 - 2.2.2.2 Indikation IONTO-STIM^{NEURO}
 - 2.2.3 BMS Kontraindikationen
 - 2.3 IONTO-SKIN[®]-ABRASION

LEHRBRIEF 10

TECHNIK II

Physiologische und physikalische Grundlagen
und apparative Behandlungsmethoden

3. ULTRASCHALL IN DER WELLNESS
- 3.1 Physikalische Grundlagen
 - 3.1.1 Einteilung des Schalls
 - 3.1.2 Wellencharakter des Ultraschalls
 - 3.1.3 Erzeugung des Ultraschalls
 - 3.1.4 Beschreibende Größen des Ultraschalls
 - 3.1.4.1 US-Frequenz
 - 3.1.4.2 Ultraschallintensität
 - 3.1.5 Ankopplung des Schallkopfes
 - 3.1.6 Schallkopfführung

- 3.2 Wirkungsmechanismen
 - 3.2.1 Physikalische Wirkungen
 - 3.2.1.1 Mechanische Wirkungen
 - 3.2.1.2 Thermische Wirkungen
 - 3.2.1.3 Chemische Wirkungen
 - 3.2.1.4 Phonophorese
 - 3.2.2 Physiologische Wirkungen
 - 3.2.3 Anwendung in der Wellnessbranche
 - 3.2.4 Kontraindikationen
 - 3.2.5 Verwendete US-Werte
 - 3.3 Sicherheitsbetrachtungen
 - 3.4 Ultraschallgerät IONTO-SONO®
4. OPTISCHE STRAHLUNG UND WIRKUNGEN
- 4.1 Physikalische Wirkungen
 - 4.2 Verschiedene Strahlungen
 - 4.2.1 Infrarotstrahlung
 - 4.2.1.1 Eindringtiefe
 - 4.2.1.2 Erwünschte Infrarot-Wirkungen
 - 4.2.1.3 Schädigende Wirkungen
 - 4.2.1.4 Kontraindikationen
 - 4.2.1.5 Anwendungen in der Wellnessbranche
 - 4.2.2 Sichtbare Strahlung (Licht)
 - 4.2.2.1 Physikalische Grundlagen
 - 4.2.2.2 Wirkungen
 - 4.2.2.3 Farblichtleuchten
 - 4.2.2.4 Blitzlampen, IPL-Technik
 - 4.2.2.5 Blitzlampen, ELOS-Technik
 - 4.2.3 Ultraviolette Strahlung
 - 4.2.3.1 Physikalische Grundlagen
 - 4.2.3.2 Wirkmechanismen
 - 4.2.3.3 Künstliche UV-Strahler
 - 4.2.3.4 Kosmetische Wirkung
 - 4.2.3.5 Verhütung schädigender Wirkung
5. LASER IN DER MEDIZIN UND DER WELLNESSBRANCHE
- 5.1 Grundlagen
 - 5.2 Laserarten
 - 5.3 Laserwirkungen
 - 5.4 Voraussetzungen für optimale Wirkungen
 - 5.5 Risiken und Nebenwirkungen
 - 5.6 Sicherheitsmaßnahmen
 - 5.7 Laser im Wellnessbereich
 - 5.7.1 Allgemeines
 - 5.7.2 Laserepilation
 - 5.7.2.1 Physiologische Grundlagen
 - 5.7.2.2 Wirkungen der Laserepilation
 - 5.7.2.3 IONTO-EPIL® LASER SHS
 - 5.7.2.4 Rotlichtlaser IONTO CELL SOFT 15

1. EINLEITUNG
2. GESUNDHEITSCHECK UND FITNESSSTEST
3. FITNESS-NUTZEN KURVE
4. FITNESSPRINZIPIEN
5. GRUNDLAGEN DER FITNESSAKTIVITÄTEN
 - 5.1 Richtlinien für einen gesunden Rücken
 - 5.2 Richtlinien für die Person mit vorwiegend sitzender Tätigkeit
 - 5.3 Übungen für die Senioren
6. TRAININGSANLEITUNGEN
 - 6.1 Stretching – Dehnübungen
 - 6.2 Krafttraining
 - 6.3 Ausdauertraining
 - 6.4 Abläufe – Perioden – Intervalle
7. KONTROLL- UND MESSMETHODEN
8. ZIELSETZUNGEN
9. HÄUFIGE SPORTVERLETZUNGEN

LEHRBRIEF 12
PSYCHOLOGIE I

1. PSYCHOLOGISCHE GRUNDLAGEN
 - 1.1. Lernen
 - 1.2. Emotionen
 - 1.3. kurze Geschichte der Psychologie
 - 1.3.1 Altertum
 - 1.3.2 Mittelalter
 - 1.3.3 Frühneuzeit
 - 1.3.4 Neuzeit
 - 1.3.5 Mesmer und Charcot – die Vorläufer Freuds
 - 1.3.6 Sigmund Freud und die Psychoanalyse
 - 1.3.7 Die analytische Psychologie Jungs
 - 1.3.8 andere tiefenpsychologische Schulen
2. ENTSPANNUNG UND BALANCE
 - 2.1 Spannung und Entspannung als Lebensprinzip
 - 2.2 Die Rolle des Stress
 - 2.3 Positive und negative Auswirkungen von Stress
 - 2.4 Die Lehre der Chakras im Buddhismus und Hinduismus
 - 2.4.1 Modell der Chakren
 - 2.4.2 In welcher Reihenfolge soll man an den Chakren arbeiten?
 - 2.4.3 Die Heilkraft der Chakra-Übungen
 - 2.4.4 Kernsätze zu den Chakras

- 2.5 Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen
 - 2.5.1 Theoretische Grundlagen der progressiven Muskelentspannung
 - 2.5.2 Praxis der progressiven Muskelentspannung
 - 2.5.3 Kurzformen der progressiven Muskelentspannung
- 2.6 Autogenes Training
 - 2.6.1 Was geschieht beim Autogenen Training physiologisch?
 - 2.6.2 Bei welchen Schwierigkeiten kann das Autogene Training hilfreich angewendet werden?
 - 2.6.3 Wie Sie diese Übungen vorbereiten
 - 2.6.4 Die richtige Haltung im Autogenen Training
 - 2.6.5 Das Lernschema des Autogenen Trainings
- 2.7 Meditation
 - 2.7.1 Zur Übung der Meditation
 - 2.7.2 Was Sie alles bei der Meditation beachten sollen
 - 2.7.3 Liste zum Abfragen der richtigen Haltung bei den Meditationsübungen
 - 2.7.4 Warnung
- 2.8 Mantra-Meditation
 - 2.8.1 Meditation mit Körperübungen
 - 2.8.2 Kritik der Meditation
- 2.9 Yoga
 - 2.9.1 Grundlagen des Yoga
- 2.10 Traum
 - 2.10.1 Zum Traum allgemein
 - 2.10.2 Grundsätzliches zur Traumdeutung
 - 2.10.3 Symbolik
 - 2.10.4 Archetypische Symbole
 - 2.10.5 Die Traumerinnerung
 - 2.10.6 Affirmationen
 - 2.10.7 Praktische Tipps
 - 2.10.8 Deutungsmethoden

LEHRBRIEF 13
PSYCHOLOGIE II

- 3. LEBENSLUST UND POSITIVE EINSTELLUNGEN
 - 3.1 DAS LEBEN VEREINFACHEN
 - 3.2 AUTOSUGGESTION UND GLÜCKLICHSEIN
 - 3.2.1 Negative und positive Autosuggestion
 - 3.2.2 Verhaltensänderung
 - 3.2.3 Die Praxis der Affirmation
 - 3.3 FARBE
 - 3.3.1 Wie Farben wirken
 - 3.3.2 Der Einsatz der Farben
 - 3.3.3 Die Logik der Farben
 - 3.3.4 Einsatz der Farben zum Heilen und Wohlfühlen
 - 3.4 BILDENDE KUNST
 - 3.4.1 Passive Kunstbetrachtung
 - 3.4.2 Aktive Kunstausbübung
- 4. UMGANG MIT DEM KUNDEN

- 4.1 SOZIALE WAHRNEHMUNG
 - 4.1.1 Strukturen unserer sozialen Wahrnehmung
 - 4.1.2 Selektion
 - 4.1.3 Interferenz
 - 4.1.4 Wahrnehmungsfehler
- 4.2 KOMMUNIKATION UND INTERAKTION (THEORIE)
 - 4.2.1 Vier Grundtypen der Interaktion
 - 4.2.2 Vier bedeutsame Aspekte der Botschaft
 - 4.2.3 Nonverbale Kommunikation
 - 4.2.4 Kanäle nonverbaler Kommunikation
- 4.3 KOMMUNIKATION UND INTERAKTION (PRAXIS)
 - 4.3.1 Merkmale guter Kundengespräche
 - 4.3.2 Grundlegende „Fehler“ in der Kommunikation mit dem/der Kunden/in
 - 4.3.3 Aktives Zuhören
 - 4.3.4 Ich – Du Botschaften
 - 4.3.5 Verschiedene Problemsituationen
 - 4.3.6 Wer hat das Problem?
 - 4.3.7 Den Beratungsspielraum erweitern
- 4.4 SOZIALE WAHRNEHMUNGSMODELLE
 - 4.4.1 Die neun Wahrnehmungstypen des Enneagramms

LEHRBRIEF 14 MANAGEMENT

- 1. BETRIEBSGRÜNDUNG
 - 1.1 Voraussetzung zur Betriebsgründung
 - 1.1.1 Geschäftsfähigkeit
 - 1.1.2 Persönliche Eignung
 - 1.1.3 Fachliche Eignung
 - 1.2 Rechtsform
 - 1.2.1 Einzelunternehmung
 - 1.2.2 Gesellschaftsunternehmung
 - 1.3 Planung und Finanzierung
 - 1.3.1 Die Geschäftsidee – Marktforschung
 - 1.3.2 Der Businessplan
 - 1.3.3 Rechtliche Maßnahmen
 - 1.3.4 Kosten
 - 1.3.5 Finanzierung
- 2. ORGANISATION
 - 2.1 Verträge
 - 2.2 Versicherungen
 - 2.3 Steuern
 - 2.4 Wareneinkauf
 - 2.5 Zahlungsverkehr
 - 2.6 Kalkulation
- 3. MARKETING
 - 3.1 Corporate Identity
 - 3.1.1 Corporate Design
 - 3.1.2 Corporate Communication

- 3.1.3 Corporate Attitude and Behaviour
- 3.2 Werbung
 - 3.2.1 Werbemittel
 - 3.2.2 Werbepsychologische Aspekte
 - 3.2.3 Umgang und Gespräch mit den Kunden
- 3.3 Verkauf
 - 3.3.1 Aufbau des Verkaufsgespräches
 - 3.3.2 Information
 - 3.3.3 Fragetechniken
 - 3.3.4 Argumentation und Preisnennung