

# 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<sup>®</sup> BF
      - 1.4.2.2 IONTO SKIN<sup>®</sup> -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<sup>BMS</sup>
      - 2.2.2.2 Indikation IONTO-STIM<sup>NEURO</sup>
    - 2.2.3 BMS Kontraindikationen
  - 2.3 IONTO-SKIN<sup>®</sup>-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