



START NOW Weiterbildung

Werden Sie **START NOW TrainerIn** oder **START NOW AusbilderIn!**

Was ist START NOW?

START NOW ist ein **Skillstraining für Jugendliche** ab 12 Jahren zur Förderung der Resilienz und Verbesserung der Stress- und Emotionsregulation.

Das Training vermittelt in acht Sessions die **START Strategien** Slow down, Take a step back, Accept, Respect und Take action. Sowohl im präventiven als auch im klinischen Setting ist START NOW ein effektiver Ansatz, um die psychische Gesundheit zu fördern.

START NOW Weiterbildung

Lernen Sie die theoretischen Konzepte kennen, auf denen START NOW als integratives Behandlungskonzept basiert.

Vertiefen Sie Ihre methodischen Kenntnisse in der therapeutischen und präventiven Arbeit mit Jugendlichen als **START NOW TrainerIn**.

Geben Sie Ihr Wissen an Fachpersonen aus dem Schul-, Sozial- und Gesundheitswesen weiter und führen Sie eigenverantwortlich Lehrveranstaltungen als **START NOW AusbilderIn** durch.

START NOW TrainerInnen Kurs

In einem 2-tägigen Kurs werden Sie zum/zur START NOW TrainerIn ausgebildet. Dieser besteht aus theoretischen und praktischen Elementen. Sie erhalten als Arbeitsmaterial das START NOW Workbook, sowie das dazugehörige Manual als Anleitung. Gleich nach diesem Kurs sind Sie befähigt, das Skillstraining eigenständig mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen durchzuführen.

Theoretische Grundlagen: Sie erhalten Einblicke in die Konzepte der Emotionsregulation, der Resilienz, sowie der Motivierenden Gesprächsführung. Weiter werden Aspekte aus der kognitiven Verhaltenstherapie, der Traumapädagogik, der Dialektisch Behavioralen Therapie und der Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT) beleuchtet und es wird aufgezeigt, wie diese in das Konzept und die Durchführung des START NOW Trainings einfließen.

Praktische Durchführung: Im praktischen Teil werden Ihnen anhand von Rollenspielen, Experimenten und praktischen Demonstrationen Techniken zur Förderung der Emotionsregulation und der psychischen Widerstandsfähigkeit vermittelt. Es werden Übungen zu Achtsamkeit, zur kognitiven Umstrukturierung und aus der Motivierenden Gesprächsführung durchgeführt. Durch Vorbereitung und Durchführung einzelner Sessions lernen Sie die Inhalte des START NOW Trainings, sowie dessen Aufbau und Methodik fundiert kennen.

Zertifizierung START NOW AusbilderIn

Nach dem 2-tägigen TrainerInnen Kurs besteht die Möglichkeit der Zertifizierung zum/zur START NOW AusbilderIn.

Gruppensupervision: Als Teil der Weiterbildung zum/r START NOW AusbilderIn nehmen Sie an zwei Gruppensupervisionssitzungen à 3 Stunden teil. Ziel dieser Sitzungen ist es, in der Gruppe die Erfahrungen und Herausforderungen als START NOW TrainerIn und/oder AusbilderIn unter Anleitung eines/r SupervisorIn zu reflektieren.

Konkret werden die gelernten Inhalte vertieft und das eigene Vorgehen in der Tätigkeit als START NOW TrainerIn reflektiert. Herausforderungen und Schwierigkeiten aus der Praxis werden näher beleuchtet. Gemeinsam werden alternative Vorgehensweisen bzgl. innerer Haltung und Methodik erörtert. Es besteht weiter die Möglichkeit konkrete Fallbeispiele einzubringen, sowie einzelne Techniken zu üben.

Abschlussgespräch: In einem ca. einstündigen Abschlussgespräch mit unseren Fachexperten werden Ihre Kenntnisse überprüft und beurteilt, ob Sie die Qualitätskriterien laut dem [START NOW Reglement](#) Art. 9 erfüllen.

Zielgruppe

Die Weiterbildung richtet sich an Fachpersonen aus Bereichen im Gesundheits-, Schul- und Sozialwesen wie SchulleiterInnen, Lehrpersonen, ÄrztInnen, (Schul-)PsychologInnen, PsychotherapeutInnen und FachtherapeutInnen, sowie PflegemitarbeiterInnen, (Heil-)PädagogInnen und (Schul-)SozialarbeiterInnen.

START NOW TrainerIn

Sie haben den 2-tägigen START NOW TrainerInnen Kurs erfolgreich durchlaufen und sind dadurch befähigt, START NOW eigenständig an Jugendliche und junge Erwachsene innerhalb Ihrer Institution zu vermitteln. Sie bekommen eine Teilnahmebestätigung und ein Jahr lang kostenlos Zugang zu unserem Onlineportal START NOW Plus.

Nach Ablauf eines Jahres können Sie entscheiden, ob Sie den START NOW Plus Bereich zu einem Jahresbeitrag von 100 CHF weaternutzen möchten. Der Onlinezugang zu den notwendigen Materialien für die Durchführung des Trainings bleibt auch ohne START NOW Plus Mitgliedschaft bestehen.

Zertifizierte/r START NOW AusbilderIn

Als zertifizierte/r START NOW AusbilderIn sind Sie befähigt Mitarbeitende in und ausserhalb Ihrer Einrichtung zu schulen. Sie erhalten das Zertifikat «START NOW AusbilderIn» und haben damit Zugang zum erweiterten AusbilderInnenbereich auf dem START NOW Onlineportal.

Als START NOW AusbilderIn haben Sie die Wahl, ob Sie Teil unseres Ausbildungsteams werden oder selbstständig das Training an andere Fachpersonen weitervermitteln.

Anforderungen

- Sie verfügen über Erfahrung in der Durchführung des START NOW Trainings mit Jugendlichen (sie sind bereits START NOW TrainerIn)
- Sie haben an zwei START NOW Gruppensupervisionssitzungen à 3h teilgenommen
- Sie haben ein persönliches Abschlussgespräch mit unserem Ausbildungsteam geführt

Kosten im Überblick

START NOW TrainerInnen Kurs (2 Tage)

TeilnehmerInnenanzahl	Kosten
Einzelpersonen	650 CHF
Gruppen (8 bis 15 Personen)	
ab 8 Personen	650 CHF p.P.
ab 10 Personen	5% Nachlass auf den Gesamtpreis
ab 12 Personen	10% Nachlass auf den Gesamtpreis
Grossgruppen (45 bis 100 Personen)	Nach Vereinbarung*

*Für grosser Gruppen können wir ein massgeschneidertes Angebot zusammenstellen. Wir beraten Sie gerne telefonisch zu Ihrem Anliegen.

Zertifizierung START NOW AusbilderIn

	Kosten
Gruppensupervision, 2 Sitzungen à 3h und 200 CHF	400 CHF
Abschlussgespräch (ca. 1h)	200 CHF
Ausstellung Zertifikat	100 CHF
Gesamtkosten	700 CHF
zuzüglich Jahresbeitrag	500 CHF

START NOW Plus

Der Verbund START NOW Plus ist ein exklusiver Bereich auf unserem START NOW Onlineportal. Er beinhaltet einen erweiterten Teil für TrainerInnen und AusbilderInnen und bietet eine Reihe von zusätzlichen Materialien wie Video- und Audioclips sowie Achtsamkeitsübungen, die für die eigene Weiterbildung oder im Rahmen des Skillstrainings eingesetzt werden können.

Weiter besteht im START NOW Plus Verbund die Möglichkeit, zusätzliche Veranstaltungen zu besuchen, wie z.B. das START NOW Jahresevent, exklusive Webinare und Workshops, sowie praxisrelevante Beratungssessions. Dies zur Vertiefung der Inhalte und zur Förderung des Erfahrungsaustauschs in der START NOW Community.

Mit Absolvierung des START NOW TrainerIn Kurses beginnt automatisch eine kostenlose Mitgliedschaft im Verbund START NOW Plus für die Dauer von einem Jahr (12 Monate). Nach Ablauf dieser Frist endet die Mitgliedschaft, ohne dass eine Kündigung durch die/den START NOW TrainerIn benötigt wird. Die Fortsetzung einer kostenpflichtigen Mitgliedschaft bedarf einer entsprechenden Anmeldung durch die/den START NOW TrainerIn, sowie die jährliche Entrichtung des Jahresbeitrags von 100 CHF.

Für START NOW AusbilderInnen fällt im Falle einer selbstständigen Tätigkeit eine Jahresgebühr von 500 CHF an. Diese beinhaltet die Mitgliedschaft im Verbund von START NOW Plus.

Geplante Veranstaltungen

Nähere Informationen zu unseren geplanten Kursen und Veranstaltungen finden Sie in unserem START NOW Kurskalender unter www.istartnow.ch.

Informationen

Weitere Informationen und Details zur START NOW Weiterbildung finden Sie auf der [START NOW Website](#), im [START NOW Reglement](#) oder in der Rubrik [Frequently Asked Questions \(FAQs\)](#).

Kontakt

Universitäre Psychiatrische Kliniken (UPK) Basel
START NOW Sekretariat
SC-Gebäude
Wilhelm Klein-Strasse 27
CH-4002 Basel

Telefon: +41 61 589 67 64
Email: mail@istartnow.ch
Web: www.istartnow.ch