

2025

Logbuch

Diabetesedukation

ABSCHLUSS DIABETESCOACH DDG

DDG Deutsche
Diabetes
Gesellschaft

Inhalt

Übersicht	3
Ziele und Schwerpunkte der Fortbildung	3
Modul 1	6
Modulinhalt	6
Anlage 1 - Vorlage Formblatt Selbstreflexion zum Modul	7
Anlage 2 - Vorlage Formblatt Selbstreflexion Diabetescoach Peergroup	8
Anlage 3 - Vorlage Formblatt Beobachterbogen	9
Modul 2	10
Modulinhalt	10
Modul 3	11
Modulinhalt	11
Modul 4	12
Modulinhalt	12
Modul 5	13
Modulinhalt	13

Name:

Kurs:

Weiterbildungsstätte:

Übersicht

Herzlich willkommen zur Weiterbildung Diabetescoach DDG!

Mit dem Diabetescoach DDG stellt die Fachgesellschaft erstmalig ein spezifisches Fortbildungsangebot für qualifizierte Diabetesberater*innen DDG vor.

Menschen mit Diabetes stehen täglich vor der Herausforderung, ihre Therapie eigenverantwortlich umzusetzen. Coaching kann dabei helfen, individuelle Ressourcen zu aktivieren und Belastungen im Umgang mit der Erkrankung nachhaltig zu reduzieren.

Dieses Handbuch begleitet Sie durch alle Inhalte und Module der Fortbildung und dient als zentraler Leitfaden für Ihren Lernprozess.

In der Betreuung von Menschen mit Diabetes, die ein bedeutsames Problem im Zusammenhang mit ihrer Diabeteserkrankung und/oder -therapie haben erfordert es neben den medizinischen Anforderungen ebenso die individuellen Grundbedürfnisse und auch das soziale Umfeld in den Blick nehmen. Der systemische Ansatz legt den Fokus auf die personalisierte Begleitung von vulnerablen Menschen mit chronischen Erkrankungen über einen längeren Zeitraum – mit dem Ziel der Hilfe zur Selbsthilfe.

Ziele und Schwerpunkte der Fortbildung

1. Haltung und Rollenverständnis

Was bedeutet es als Diabetescoach frei von Vorannahmen und urteilsfrei zu sein?

Meine Haltung signalisiert dem/der Klient*in Wertschätzung, Empathie aus und ich respektiere deren Autonomie.

2. Sichere Prozessführung

Was bedeutet eine klare Auftragsklärung und Zieldefinition im Coaching?

Strukturelles Vorgehen in der Gesprächsführung und nachvollziehbarer Prozess nach dem GROW-Modell.

3. Methodenkompetenz

Weshalb macht aktives Zuhören (Spiegeln, Nachfragen, Pausen zulassen) einen Unterschied?

Systemische Fragen zur Ressourcenaktivierung und lösungsfokussierte Impulse setzen.

4. Ressourcenorientierung

Wie entsteht ein Raum an mehr Möglichkeiten (neue Energie, Hoffnung, Motivation) für Klienten? Aktivieren und einbeziehen interner (Stärken, Erfahrungen) und externer (Netzwerke, Unterstützer) Ressourcen. Ist neue Energie, Motivation und Hoffnung bei meinem Gegenüber sichtbar.

5. Resonanz und Wechselspiel

Wie gelingt es durch ein Wechselspiel von Führen und Folgen „den Raum zu halten“? Mit einander in Resonanz gehen (sensibel auf Signale reagieren) durch die Balance von Impulsen setzen und Klienten eigene Idee weiterentwickeln zu lassen.

6. Reflexion und Professionalität

Wie lässt sich die Vorgehensweise begründen?
Ständiges reflektieren des eigenen Handelns und Wirkens im Coaching-Prozess.

Damit Deine berufliche Fortbildung möglichst erfolgreich gelingen kann, ist es wichtig, die Anforderungen und die Umsetzung des Gelernten in den Blick zu nehmen.

Die folgenden Aufgaben sind fester Bestandteil der Fortbildung und sollen Dir helfen, das Gelernte zu vertiefen und in den beruflichen Alltag zu übertragen. Bitte bearbeite die Aufgaben gewissenhaft und nutze sie ggf. zur Selbstüberprüfung und zur Diskussion mit Kolleg*innen oder Dozent*innen.

Transferaufgaben Modul 1-5:

- Peergroup-Treffen (online oder präsent) in 3 er Gruppen, in der jede/r die Rolle des Coach, des Klienten und des Beobachters einmal einnimmt.
- Peergroup-Protokoll des Beobachters als Learning Lesson für den Coach
- Peergroup-Protokoll Selbstreflexion des Coachs an die Trainer
- Selbstreflexion des persönlichen Prozesses und erlebten Erfahrungen im Modul im Anschluss an die Trainer
- Reflexion der Persönlichkeitsziele zum Start und zum Ende der Fortbildung
- Begleitbücher und weitere Buchempfehlungen lesen oder Podcast hören zum Lernen
- Reflexion zur Implementierung des Diabetescoachings in die Versorgungsstrukturen

Vorliegende Nachweise für das Abschluss-Live-Coaching:

- Vollständiges Vorliegen von vier Selbstreflexionen zu den Modulen 1-4
- mindestens eine Selbstreflexion in der Rolle als Coach innerhalb der Peergroup
- eine Mindmap „mein Why als Diabetescoach“
- Idee/Reflexion zur Implementierung eines Diabetescoachings im Versorgungsnetz
- Teilnahme am persönlichem Entwicklungsgespräch

Abschluss: Live-Demonstration eines 30 Min. „Coaching-Prozess“

Zwischen den Kurswochen solltest Du sicherstellen, dass Du die Zeit hast:

- Dich regelmäßig zum Üben der Methoden mit unterschiedlichen Teilnehmer*innen aus dem Kurs in den Peergrups zu treffen (Wechsel innerhalb der Peergroup ist unerlässlich!)
- das Gelernte umzusetzen, indem Du mit „echten“ Klienten an Deinem Arbeitsplatz oder im Privaten die Methoden anwenden kannst, um Erfahrungen sammeln können
- Coaching Bücher zu lesen und Podcast zu hören

Regeln für ein gutes Miteinander - wertschätzendes Feedback geben:

Wahrnehmung: „Ich habe beobachtet, dass ...“

„Ich nehme war, dass ...“

Gefühl/Interpretation: „Das löst xy bei mir aus ...“

„Das gibt mir das Gefühl, dass ...“

„Dabei habe ich den Eindruck, dass ...“

„Ich fühle mich dabei ...“

Wunsch/Vorschlag: „Ich würde mir wünschen, dass ...“

„Ich schlage vor, dass...“

Wir wünschen Dir viel Erfolg, spannende Erkenntnisse und nachhaltigen Lernerfolg!

Modul 1

Modulinhalt

Das Modul vermittelt Grundlagen zur Systemtheorie und zum Coaching-Prozess

- Einflussfaktoren unterschiedlicher Systeme
- Konstruktion von Wirklichkeit
- Coaching-Prozess
- Haltung und Feedbackregeln
- GROW-Modell
- Systemische Fragen
- Live-Demo zur Zielklärung
- Übungsrunden

Literaturempfehlung

Mohagheghi, Neda: Per Anhalter durch die systemischen Welten, Verlag Vandenhoeck & Ruprecht

Feichtinger, Monika; Wunder, Miriam; Selbstwirksamkeit stärken; Verlag Jungfermann

Anlage 1 - Vorlage Formblatt Selbstreflexion zum Modul

Formblatt Selbstreflexion (nach jeder Präsenz- Live-Online-Phase)		
Name:	Modul	Datum:
Welchen persönlichen Prozess habe ich durchlaufen? Was haben die Inhalte bei mir bewirkt?		
Welches persönliche Ziel verfolge ich bis zum nächsten Mal?		
Offene Fragen:		

Anlage 2 - Vorlage Formblatt Selbstreflexion Diabetescoach Peergroup

Formblatt Selbstreflexion Diabetescoach innerhalb der Peergroup (Abgabe an das Trainerteam)		
Datum:	Uhrzeit von	bis
Teilnehmer*innen-Rollen	1. Coach 2. Klient*in 3. Beobachter*in	
Wie sicher war ich in der Rolle als Coach?		
Wie zufrieden war ich mit den meiner Haltung (Neutralität, Haltung des Nichtwissen-Wertfreiheit, Empathie, Offenheit)		
Auf welchen Teil des Coachings bin ich stolz? Was ist mir gut gelungen?		
Was war die wichtigste Erkenntnis aus dem Feedback für mich?		
Was würde ich ggf. anders machen? Wie genau könnte das aussehen?		

Anlage 3 - Vorlage Formblatt Beobachterbogen

Formblatt Beobachterbogen zur Weitergabe an den Diabetescoach		
Datum:	Uhrzeit von _____ bis _____	
Teilnehmer/innen/Rollen:	1.Coach 2.Klient*in 3.Beobachter*in	
Goal“ (Beziehungsaufbau, Rahmenklärung, Ziel- und Auftragsklärung, Thema)	Wurde das Anliegen bzw. der Auftrag geklärt (Ziel)?	
Phasen einer strukturierten Beratung/Coaching – roter Faden Goal-Reality-Options-What next		
Methoden/Interventionen Starke/systemische Fragen, aktives Zuhören, Ankern, Wunderfrage, lösungsfokussiertes Kurzzeitcoaching	Wo bzw. an welchen Stellen konnte beobachtet werden, dass der/die Klient*in eine Vergrößerung ihrer Möglichkeiten hatte?	
Sichtbares Wechselspiel zwischen Führen und Folgen		
Aktivierung von Ressourcen Interne Ressourcen finden und aktivieren Externe Ressourcen		
Haltung / Rollenverständnis: Achtsamkeit (hier & jetzt/ bewusst /urteilsfrei – offen, neugierig, Akzeptanz), Werte (Authentizität, Empathie, Wert-schätzung, Autonomie & Selbst-bestimmung), Humor , Mensch-bild	Wie wurde die Neutralität, die Haltung des Nichtwissens gehalten?	
Worauf könnte der Blick des Coach für eine mögliche Verbesserung beim nächsten Mal gerichtet werden?		

Modul 2

Modulinhalt

Das Modul vermittelt die Grundlagen zur Abgrenzung zwischen Coaching und Psychotherapie:

- Psychotherapie - Merkmale der Richtlinienpsychotherapie, Wege zur Psychotherapie
- Definition von Diabetesbezogene Belastungen, Diabetes Disstress – Screening Instrumente
- Coaching Anlässe (Theoretischer und wissenschaftlicher Background zu Diabetes-Coaching)
- Resilienz (Theoretischer und wissenschaftlicher Background für ressourcenorientiertes Arbeiten, Lösungsansätze, hilfreiche Strategien für die Praxis.
- Coaching-Methoden zum Erfassen von Bedürfnissen, Ressourcen und Werten:
- Live-Demo
- Übungsrunden
- Beobachter Rolle und Feedbackregeln

Modul 3

Modulinhalt

Das Modul vermittelt Kenntnisse und die Reflexion über:

- Die Person des Coach
- Professionalität als Coach
- Bedeutung von Werten, Glaubenssätzen und Überzeugungen
- Glaubenssätze und ihre Wirkung
- Der Methode „Why und How“ zur Sinnfindung
- Live-Demo
- Übungsrunden

Literaturempfehlung

Stahl, Stephanie: Das Kind in Dir muss Heimat finden, Verlag Kailash

Küchler, Tom: Hirngeküsst, Vanderhoeck und Ruprecht Verlage

Modul 4

Modulinhalt

Das Modul vermittelt die Grundlagen zum lösungsfokussierten Kurzzeitcoaching und reflektiert die Implementierung eines Diabetes-Coaching in die Versorgungsstrukturen:

- Prozess des „Lösungsfokussiertem Kurzzeitcoaching“ nach Steve de Shazer
- Versorgungsstrukturen
- Mindmap „Mein Why als Diabetescoach“
- Live-Demo
- Übungsrunden
- Entwicklungsgespräche

Modul 5

Modulinhalt

Das Modul reflektiert den Coaching-Prozess:

- Live-Demo eines 30 minutigen Coaching
- Reflexion des Coach
- Feedback der Gruppe
- Reflexion der Trainer