

## 26/2017 Die somato- psychische Wende Ausbildung zum Embodiment Trainer / KörperCoach

### Inhalt

In der Ausbildung zum Embodiment Trainer werden erprobte mental basierte und körperzentrierte Methoden für die systemische Beratung und Therapie vermittelt. Primäres Ziel ist die Erweiterung der Methodenkompetenz zur Beratung und Begleitung von Einzelpersonen, Teams und Organisationen im therapeutischen, beratenden und pädagogischen Umfeld.

Embodiment heißt, den Organismus als geeignetes Medium zu betrachten, die Selbstorganisation des Menschen im individuellen Erleben zu untersuchen und zu verstehen. So sind Gefühle, Erlebnisse, Erfahrungen, Denkweisen, Glaubenssätze... in jedem Menschen einzigartig verkörpert. Die Wissenschaft (Damasio) spricht hier von „somatischen Markern“. Damit stellt die „Körperintelligenz“ einen wertvollen Wissens- und Kompetenzspeicher dar, auch für das, was im Unbewußten lebt und täglich nach außen wirkt.

Die Integration speziell ausgewählter Übungen aus der inneren Kampfkunst Taijiquan und der Körperpsychotherapie Hakomi verschafft einen unmittelbaren Zugang zu den tiefen Weisheiten des Organismus. Die Wirksamkeit des von Dr. G. Schmidt (Heidelberg) in seinem hypnosystemischen Konzept genannten Grundsatzes „der Organismus als wohl wissender Supervisor“ wird durch diesen körperzentrierten Ansatz erfahrbar.

Die Ausbildung zum Embodiment Trainer ist stark selbsterfahrungsorientiert. Alle Methoden und Inhalte werden vorwiegend in der Praxis erlebbar unterrichtet. Theoretische Inhalte fließen in Kurzvorträgen in die Praxis mit ein und werden in einem ausführlichen Skript zur Verfügung gestellt.

### Ziele:

- Aufbau und Erweiterung der professionellen Kompetenzen
- Erlernen eines stabilen Zugangs zur eigenen Körperintelligenz
- Intensivierung von therapeutischen und beratenden Prozessen durch Nutzung der Körperintelligenz
- Ressourcenaufbau und –aktivierung durch Einsatz der „somatischen Marker“
- Körperliche Verankerung von Copingstrategien für eine erfolgreiche Bewältigung des Alltags
- Verbessertes Transfer von Lernprozessen in den Alltag durch Einbeziehung der Körperintelligenz
- Verbessertes Selbstcoaching und Selbstmanagement

**Methoden:** Kurzvorträge, Einzel- und Partnerübungen zum körperzentrierten Ansatz, Analyse und Reflexion im Plenum, Achtsamkeitsübungen im Sitzen und im Stehen

**TeilnehmerInnen:** Therapeuten, Pädagogen, Trainer, Berater, Coaches, Ärzte, Heilpraktiker

**Leitung:** Rolf Krizian, Jahrgang 1958, Ausbildungsleiter der Scola Bildungsakademie, Dipl. Sportwissenschaftler mit langjähriger Erfahrung als Trainer im Hochleistungssport, Dozent am Milton Erickson Institut in Heidelberg (Dr. Gunther Schmidt); Körperpsychotherapeut an der SysTelios Klinik (Psychosomatik), Lehrtrainer für Taijiquan (Patrick Kelly), Hypnosystemisches Coaching und Gesundheitscoaching; systemischer Berater und Trainer für Einzelpersonen, Unternehmen und Organisationen.

## Struktur:

6 Blöcke mit verschiedenen thematischen und körperzentrierten Schwerpunkten (Fokus 1-6):

- Fokus 1: Strukturaufbau im Stand / Erdung / Aufbau des sicheren Ortes im Körper / Körperanalyse und IFS (Internal Family System) / Erarbeitung von Konfliktstrategien anhand von Körperpositionen
- Fokus 2: Strukturaufbau im Stand und im Sitzen / Zentrierung (Hara) / Utilisation von alten Mustern / Analyse von Muskelweisheiten und Spiralbewegung / Führungskompetenz und Körperintelligenz
- Fokus 3: Strukturaufbau im Stand und im Gehen / Aufrichtung durch Gelassenheit / Aufbau des inneren Beobachters (Selbst) / Training der emotionalen Intelligenz / Analyse der Beziehungsgestaltung
- Fokus 4: Supervision
- Fokus 5: Strukturaufbau im Stand und im Liegen / lotgerechte, balancierte Haltung und Bewegung „Balance statt Haltung“ / Training der mentalen Intelligenz / Körperchoreographiearbeit
- Fokus 6: Strukturaufbau durch Verbundenheit und Integration aller Körperbereiche / Integration aller Intelligenzen / Mind-Body-Empowerment / Ressourcenaktivierung und -verankerung / Desidentifikation von Problemmustern

Der 7. Block dient der kompetenzfokussierenden Supervision und schließt die Ausbildung mit einem Zertifikat zum Embodimenttrainer ab:

- Wiederholung aller relevanten Inhalte und Überprüfung der Trainingskompetenz
- Erarbeiten neuer Wahlmöglichkeiten und Strategien für den Alltag durch Problem-Lösungs-Taiji
- Achtsamkeit und Bewusstheit in den Alltagsbewegungen und -prozessen: „erst wenn ich weiß was ich tue, kann ich machen was ich will“ Moshe Feldenkrais

## Termine

- Block 1: 02./03.03.2017 Erdung – einen Standpunkt haben
- Block 2: 03./04.05.2017 Zentrierung - in der Mitte ruhen
- Block 3: 07./08.06.2017 Gelassenheit – Überblick bewahren
- Block 4: 13./14.07.2017 Supervision
- Block 5: 31.08./01.09.2017 Balance – innere und äußere Beweglichkeit
- Block 6 02./03.10.2017 Integration der Intelligenzen
- Block 7: 14.12. – 16.12.2017: Abschluss - Kompetenzfokussierende Supervision (Start: Do. 10.00 Uhr, Ende Sa: 18 Uhr)

**Kurszeiten:** 1 Tag: 10.00 – 18.30 Uhr, 2. Tag 09.00 – 17.00 Uhr

**Seminarort** w i l o b AG, 5600 Lenzburg

**Anmeldeschluss** 31. Januar 2017

**Anmeldung** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Datumseingangs berücksichtigt. Die Teilnahmemöglichkeit wird ein Monat im Voraus bestätigt.

**Kosten** sFr 3'700.--. Die Kurskosten sind in 2 Raten à sFr. 1'850.-- zu bezahlen. Mit der Unterschrift bei der Anmeldung erklären Sie sich mit den allgemeinen Bedingungen einverstanden.

Weitere Angebote unter [www.wilob.ch](http://www.wilob.ch)!

# Anmeldekarte

einsenden an: wilob AG, Hendschikerstrasse 5, 5600 Lenzburg  
Fax: 062 892 90 78, E-Mail: kontakt@wilob.ch

Ich melde mich definitiv für folgende Weiterbildung an

26/2017 Die somato-mentale Wende –  
Ausbildung zum Embodiment Trainer / KörperCoach

7 Module mit Rolf Krizian, **Start: 02.03.2017**

Meine Adresse lautet

Name .....

Vorname .....Beruf .....

Strasse .....

PLZ / Ort .....

Arbeitsort/Name+Adresse .....

.....

☎ P ..... ☎ G ..... E-Mail.....

Ort/Datum..... Unterschrift .....

Mit der Anmeldung gebe ich mein Einverständnis zu den allgemeinen Bedingungen:

- Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Einganges berücksichtigt.
- Ihre Anmeldung hat Gültigkeit, wenn der Talon bei uns eingetroffen und dies von uns bestätigt ist.
- Alle Angemeldeten erhalten eine schriftliche Bestätigung, dass wir die Anmeldung erhalten haben.
- Bei Abmeldungen bis zu 6 Wochen vor Kursbeginn wird das Kursgeld zurückerstattet bzw. erlassen.
- Bei späterer Abmeldung ist eine Rückerstattung nicht mehr möglich und das Kursgeld gilt als geschuldet.

