

Balance & Aktion

Empower Yourself Academy by Katja Stockmann



Ausbildungskurs "Herzkraftverbindung" THETA-BALANCE (spirituelles Mentoring)

Ausbildung:

Wenn du Menschen tiefgreifend auf ihrem persönlichen Lebensweg begleiten und dabei deine Unterstützung und Spiritualität zusammenbringen möchtest, bist du in dieser Ausbildung richtig. Klienten kommen häufig mit Lebensfragen:

Was ist der Sinn in meinem Leben?

Wofür bin ich hier auf dieser Welt?

Was will ich noch leben?



In dieser Ausbildung ist mir wichtig

- verschiedene Methoden und Techniken zur Energiearbeit, Körpertherapie und Selbstwahrnehmung einfließen zu lassen und die Techniken in meiner Art und Weise zu vermitteln. Diese umfassen Rebalancing, Faszientechnik, Rituale, Meditationen, Körperlesen, Chakrenarbeit, Naturerlebnis und das Arbeiten mit Energiefeldern.
- Verbindungen schaffen im innen und aussen, wird in diesem Kurs immer mal wieder Einzug erhalten.
- Dieses kleine Ausbildungskonzept kann die Teilnehmerinnen und Teilnehmer dazu ermutigen, sich selbst zu erforschen, ihre eigenen Energiefelder zu spüren, Veränderungen in ihrem Körper wahrzunehmen und sich mit anderen auszutauschen, um voneinander zu lernen. Die Natur bewusst einzusetzen, als ihr Helfer.



Durch die Integration von Filmen, Übungen und praktischen Anwendungen schaffe ich eine lebendige und interaktive Lernumgebung, die es den Teilnehmerinnen und Teilnehmern ermöglicht, ihr Verständnis von Energiearbeit und Körpertherapie zu vertiefen und persönliche Wachstumsprozesse zu erleben.

Die Aufteilung der Ausbildung

4-teiliger Ausbildungskurs "Herzkraftverbindung" THETA-BALANCE (An 4 Wochenenden treffen wir uns)

Modul 1: Grundlagen der Energiearbeit und KörperArbeit

- Einführung in die Energiearbeit und ihre verschiedenen Ansätze (z.B. Rebalancing, Faszientechnik)
- Bedeutung von Achtsamkeit und Verbundenheit im unterstützenden Prozess
- Praktische Übungen zur Selbstwahrnehmung und Körperarbeit
- Theoretische Grundlagen zu Energiefeldern und Chakrenarbeit



Modul 2: Vertiefung der Verbindungen und Praxisanwendung

- Vertiefung der verschiedenen Methoden der Energiearbeit (z.B. Rituale, Meditationen, Körperlesen, Verbindung zur Quelle,)
- Integration von kreativen Ansätzen wie Theaterarbeit und das Arbeiten mit inneren Bildern- Naturverbundenheit. Wie die Natur unterstützen kann.

Du verbindest dich wieder mit der Natur und deinem zyklischen Wissen und Wesen

- Praktische Übungen zur Anwendung der verschiedenen Techniken in der therapeutischen Arbeit (Schwellengänge, Naturerfahrungen u.ä.)
- Reflexion über eigene Erfahrungen und Beobachtungen in der Praxis

Modul 3: Selbstkontakt und Selbstentwicklung

- Bedeutung von Selbstkontakt und Selbstwahrnehmung in der therapeutischen Arbeit
- Übungen zur Förderung des Selbstkontakts (z.B. Tanzen, Arbeiten mit den Händen)
- Erkundung innerer Prozesse und persönlicher Entwicklung durch kreative Methoden
- Integration von Filmen und anderen Medien zur Inspiration und Reflexion: Kreativer Ausdruck im Coaching

Modul 4: Anwendung und Integration

- Praktische Anwendung der erlernten Methoden und Techniken in der Arbeit mit Klienten
- Supervision und Feedback zu eigenen Erfahrungs- Prozessen
- Austausch und Vernetzung mit anderen Teilnehmern zur gegenseitigen Unterstützung und Weiterentwicklung
- Abschlussreflexion und Planung individueller Entwicklungsschritte für die Zukunft

Diese Module könnten als strukturierter roter Faden dienen, um die Teilnehmerinnen und Teilnehmer durch Ihre Ausbildung zu führen und ihnen die Möglichkeit zu geben, ihr Verständnis von Energiearbeit und Körpertherapie zu vertiefen sowie persönliche Wachstumsprozesse zu erleben.

Kursziele:

Du weisst wie du dich mit der Quelle verbinden kannst,

Du lernst Rituale zu leiten und erhältst Informationen wie du sie einsetzen kannst, lernst wichtige Ritualfeste kennen

Du lernst dich innerlich zu verbinden

Du erhältst Einführung in die Chakren

Aufbau und Funktion der Faszien

wirst deine ersten Berührung im Faszienewebe lernen

Gesehen werden: Körperlesen/ Körper/ MenschenTypen

Einbettung in die Natur, wie kannst du sie unterstützend für dein Begleitung nutzen

(Schwellengang, Lebensweg legen)

Übungen zur KörperEnergiearbeit

Achtsamkeitsübungen

Meditationsformen lernst du kennen

innere Räume weiten

Selbstreflexion



Wie geht es danach weiter?

Indem wir unsere eigene Spiritualität und Feinfühligkeit mit der Arbeit als Begleiter verbinden, ist es möglich, umfassender und tiefgreifender mit Kundinnen und Kunden zu arbeiten. Herz, Seele und Verstand kommen zusammen.

In dieser Ausbildung gebe ich mein Wissen, meine Erfahrungen und Learnings aus Körpertherapie, Energiearbeit, der Soz. Pädagogik, als Entertainerin, Hühnermama, Gartenfrau weiter. Individuell, Intuitiv und Integrativ mit Humor und Kreativität leite ich dich durch diese 4 Module.

Das lernst du bei mir in der Ausbildung

- Menschen individuell und kompetent auf ihrem persönlichen Lebensweg zu begleiten
- Spiritualität und Alltagstauglichkeit im Coaching miteinander zu verbinden
- Deine eigene Spiritualität, deine Intuition und deinen Zugang zu höherem Wissen zu stärken



- Möglichkeiten und Grenzen von Coaching zu erkennen und Eigenverantwortung zu fördern
- Entwicklung eines «neuen» Angebots, konkrete Schritte.
- Du erhältst einen inneren Kompass für dich persönlich, wie du deine Begleitung von Menschen erweitern und vertiefen kannst

Diese Mittel und Wege zeige ich dir

- Rituale für Lebensübergänge und Schwellen im Leben zu nutzen
- Berührung und eigene Körpererfahrungen
- Naturerlebnisse als Ausdruck des Inneren
- Mediationsformen erleben
- Materialien und Hilfsgerätschaften (Flöten, Windspiel, Kartensets u.ä.) um die Intuition zu vertiefen und Verbindung zu schaffen
- Schwellengänge und Naturzeiten, um Antworten und unkonventionelle Lösungen zu finden
- Verbindungen zu deinen Inneren Räumen schaffen und stärken (alltagstaugliche Übungen)
- Körpertypen/ Menschentypen bewusst wahrnehmen
- Körperlesen als nonverbale Einstieg
- Gesprächsführung um Fettnäpchen zu vermeiden
- Deine Intuition und Spiritualität mit der Arbeit als Coach zu verbinden.

Alle Wege und Mittel, die ich dir zeige, sind alltagstauglich. Es geht immer darum, aus der Vielfältigkeit des Lebens und der Schöpferkraft zu kreieren und gestalten. Zu verstehen, dass die Erde uns trägt und nährt und wir ein wichtiges Bindeglied im Grossen Ganzen sind. Wenn du diese spürst, kannst du deine Klienten bewusst begleiten.

Mit diesen Themen können Menschen zu dir kommen

- Antworten auf Lebensfragen finden
- Erschöpfung
- Traurigkeit
- Lebensfrust
- Raus aus dem Hamsterrad
- Suche nach dem eigenen Lebenssinn
- Den eigenen Herzensweg finden und gehen
- Lebensumbrüche bewusst gestalten
- Vertraut werden mit Krisen
- Klarheit finden bei Entscheidungen
- Die eigene Spiritualität leben

Weiterhin sind natürlich alle Themen möglich, die du von deinem eigenen Weg und deinen Interessensfeldern und Ausbildungen her mitbringst.

Für wen ist die Ausbildung geeignet?

Die Ausbildung ist für Menschen, die schon Erfahrung in der Begleitung von Menschen auf ihrem Lebensweg haben. Das kann auch in ganz anderen Bereichen sein, wie in der Physiotherapie, Psychotherapie, Beratung oder als Kursleiter. Wenn dich die Ausbildung ruft, melde dich gerne bei mir und wir schauen, ob es passt.

Die Ausbildung gibt dir die Möglichkeit, Menschen tiefgreifend in Veränderungsprozessen zu begleiten. Und dies nicht nur mit dem Verstand, sondern auch mit Herz und Seele. Die eigene Spiritualität und das Verbundensein mit einem größeren Ganzen mit einfließen zu lassen und zu nutzen. Wenn dir konventionelle Coachingausbildungen zu eng sind und die Spiritualität eine Rolle in deinem Leben spielt, du Coaching und Spiritualität gerne miteinander verbinden möchtest, um Menschen auf diese Weise zu begleiten, ist die Ausbildung passend für dich.

Meine Haltung

Seit 2019 arbeite ich 100% selbständig als Rebalancingtherapeutin, Beraterin und Entertainerin. Vorher habe ich über 3 Jahrzehnte mit und für Jugendliche gearbeitet. Habe dort Stellen in Deutschland und der Schweiz aufgebaut, weiterentwickelt und geleitet.

Jetzt kreierte ich Räume im Innen und Aussen die Herzverbindungen schaffen und stärken. Ob bei Auftritten, in Kursen, bei Events stehen Atmosphären zum Wohlfühlen und Ankommen im Vordergrund. Mit Meinen Klienten direkt, fair und humorvoll zu schaffen, füllt mich aus. Ihnen ihre Selbstermächtigung und Selbstheilungskräfte aufzuzeigen, ist für mich unausweichlich für ein selbstbestimmtest und verantwortungsvolles Miteinander von Natur, Tieren und Menschen.

Wichtig ist mir, dass Lachen und Weinen, Tiefgang und Humor, Spiritualität und Alltagstauglichkeit miteinander zusammengehen. Es gibt kein Richtig oder Falsch.

Es gibt keine Konkurrenz, nur Kooperation, daher sind wir offen und ehrlich mit einander, helfen uns gegenseitig und sind auch nach der Ausbildung für einander da. Wir sind nicht allein.

Ganzheitlichkeit heisst für mich nicht nur, Körper, Geist, Seele.... Sondern auch Lachen und Weinen, Stille und Tanzen, Reden und Zuhören, Geben und Nehmen, Wissen und Nichtwissen, Ausprobieren und aus der Vielfältigkeit des Lebens schöpfen wollen.

Dies ist eine Entscheidung, eine LEBENSENTSCHEIDUNG.

Ich freue mich auf dich und unseren Weg.

