

# Gesamtprogramm

Psycho-Holistik

Kostenlose Angebote

Die Fundamente

Ausbildung

PsychHP-Prüfung

Fortbildungen

Praxis

**IN HOPE**

Praxis & Ausbildungsinstitut  
für

**PSYCHO-HOLISTIK**<sup>®</sup>  
Anne Lindenberg & Team

[www.psycho-holistik.de](http://www.psycho-holistik.de)



# Inhalt

Über <i>Psycho-Holistik</i> .....	3
Die Bildungsangebote im <i>IN HOPE</i> .....	3
Anne Lindenberg .....	3

## **Kostenlose Angebote zum Kennenlernen** .....

4

- 4 Info-Abende
- 4 Vorträge
- 4 Schnuppertage
- 4 Individuelle Ausbildungsberatung

## **Die Fundamente** .....

5

- 5 Das Grundlagenjahr in Praktischer Psychologie & Psycho-Holistik
- 5 Die zweijährige Kompakt-Ausbildung in Psycho-Holistik
- 6 Kompaktkurs Coaching Spezial: Basics
- 6 Kollegiale und fachübergreifende Supervision

## **Heilpraktiker für Psychotherapie** .....

7

- 7 Prüfungscoaching für Selberlerner
- 7 Lernen lieben lernen
- 8 Adé Prüfungstress
- 8 Intensiv-Training Psychotherapie für benachbarte Fachgebiete
- 8 Praxisgründung – Praxisführung
- 8 Vortragstraining

## **Vertiefungen, Fort- und Weiterbildungen** .....

9

### Methodenvertiefungen

- 9 Gesprächstherapie - *Bildungsurlaub!*
- 9 Kreativ- und Ausdruckstherapie - *Bildungsurlaub!*
- 10 Körperpsychotherapie
- 10 Systemische Therapie

### Zielgruppenvertiefungen

- 11 Gruppenleitung
- 11 Paar- und Sexualtherapie - *Bildungsurlaub!*
- 12 Elterncoaching - *Bildungsurlaub!*
- 12 Therapie für Kids

### Themenvertiefungen

- 13 Traumalösungstherapie
- 13 Psychosomatik: Systemische Körperpsychotherapie
- 14 Traumdeutung
- 14 Themenvertiefung

## **Praxis für Psycho-Holistik** .....

16

## **Die Bildungsprämie** .....

18

## **Anmeldeformular** .....

19

## **IN HOPE**

Praxis & Ausbildungsinstitut  
für Psycho-Holistik  
Anne Lindenberg  
Würzstr. 1  
81371 München  
Tel. 0049 (0) 89/30 28 58  
lindenberg@psycho-holistik.de  
www.psycho-holistik.de





## Über Psycho-Holistik

Menschen kommen zu Beratung, Coaching oder Therapie, weil sie Unterstützung beim Erarbeiten ihrer **eigenen** Lösungen für ihre Anliegen und Probleme wünschen. Durch die gängige Erziehung sind wir alle unserem tiefsten Wesen, unserer wahren Natur, unserem Wissen und Wollen, unserer angeborenen Fürsorge für uns selbst und für unsere Gemeinschaft und Gesellschaft ein Stück weit entfremdet – das jedoch auf höchst individuelle und jeweils einzigartige Weise.

Psycho-Holistik umfasst die praktische Kunst, mit jedem Klienten und Coache auf die Suche zu gehen, wie er von genau dem Punkt aus, wo er steht, sich seiner Mitte, seinem Heilsein und seiner schöpferischen Vielfalt wieder nähern kann. Jeder Prozess nimmt seinen einzigartigen, unvergleichlichen Verlauf Richtung dauerhaftem Wohlfühl. Unsere Innenverwaltung weiss am besten, welcher Schritt als nächstes gegangen werden muss. Und für jeden dieser Schritte ist vielleicht ein Element aus jeweils einem anderen Verfahren am geeignetsten.

Psycho-Holistik bedient sich der fließenden, wandelbaren Kombination aus über 30 Methoden und Ansätzen, um diesen lebendigen Prozess jeweils geschmeidig, gewaltfrei, liebevoll und wirksam zu unterstützen. Dazu kommen unbegrenzt ganz einzigartige im Augenblick und nur für diesen erfundene Interventionen, die den Moment des Prozesses genau aufgreifen und die Entwicklung voran bringen.



## Die Bildungsangebote im IN HOPE



Alle Angebote sind in der praktischen Arbeit mit Menschen entstanden, erprobt und weiter entwickelt. Auch die nötige Theorie ist strikt auf die praktische Anwendung bezogen. Jede Fortbildung im IN HOPE wird zu einem prägnanten, unvergesslichen Erlebnis; das gewonnene Wissen können Sie sofort umsetzen. Für Ihren Lernerfolg ist Ihre Begeisterung für den Lehrstoff ausschlaggebend. Daher bietet jedes Angebot vielfältige Lehrmethoden, die für jede Unterrichtseinheit einen natürlichen Spannungsbogen bilden:

Wir wechseln ab zwischen Lehrvorträgen anhand des ausführlichen Skriptes; Demos der Techniken und Interventionen; praktisches Üben im Zweiersetting unter supervidierender Begleitung; Selbsterfahrung im Rollenspiel; Fragerunden; Büchertipps; Auswertung der Gruppendynamik; Gruppenübungen und -spiele.

## Anne Lindenberg

- Jahrgang 1959, eine Tochter
- Seit 1976 in der Gruppenleitung tätig
- Seit November 1995 amtliche Heilerlaubnis für Psychotherapie (n.d. Heilpraktikergesetz)
- Seit Februar 1996 eigene Praxis und Ausbildungsinstitut IN HOPE
- Entwicklung der Psycho-Holistik
- Trainerin/Seminarleiterin, zertifiziert von der Industrie- u. Handelskammer, IHK
- Business Coach, zertifiziert von der Industrie- u. Handelskammer, IHK
- Konflikt-Mediatorin, zertifiziert von der Universität Hagen



*„Im Verlauf meiner eigenen jahrzehntelangen 'Neuerfindung' habe ich in meinen Therapien und den absolvierten Aus- und Fortbildungen sehr viele wichtige methodische Ansätze gründlich kennen gelernt, von denen allerdings keiner hielt, was er versprach, nämlich das Allheilmittel für jegliche seelische Wunde zu sein. Jedoch hat jeder dieser Ansätze für bestimmte Seelen-Situationen genau das richtige Element und die richtige Theorie. Welchen Ansatz sollte ich nun wählen für meine eigene Praxis? Genau: Ich wählte sie alle und erarbeitete über viele Jahre entlang meiner wachsenden Erfahrung als Therapeutin, Coach, Beraterin, Gruppen-, Kurs- und Ausbildungsleiterin meinen eigenen integrativen Stil: Die Psycho-Holistik. Es ist mir seit 1996 ein Herzensanliegen, anderen 'Menschenarbeitern' meinen Wissens- und Erfahrungsschatz zu vermitteln. Und so heiße ich Sie hier und im IN HOPE herzlich willkommen!*

*Ihre Anne Lindenberg“*



# Kostenlose Angebote zum Kennenlernen

*Unverbindlich kommen, kennen lernen, Wissen mitnehmen!*

Kostenloser

## Info-Abend im IN HOPE

Alles Wissenswerte über Ausbildungen und Fortbildung für Psychotherapie\*, Coaching und Beratung



Etwa alle sechs Wochen, jeweils am Freitag-Abend um 20 Uhr findet der kostenlose Info-Abend im IN HOPE statt, zu dem Sie herzlich eingeladen sind. Hier können Sie sich umfassend über unsere Angebote informieren und alle Ihre Fragen stellen, die wir gern und ausführlich beantworten. Im Mittelpunkt dieses Abends stehen die aktuellen Bildungsangebote im IN HOPE. Wir freuen uns darauf, Sie kennen zu lernen!

Übrigens:

Sollten Sie nicht zum Info-Abend kommen können, vereinbaren Sie doch einfach eine kostenlose, individuelle Ausbildungsberatung mit Anne Lindenberg!

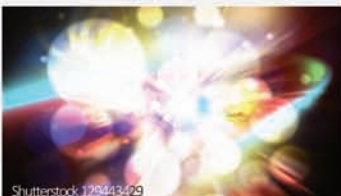
\*nach dem Heilpraktikergesetz

*Damit wir den Info-Abend für Sie optimal planen und organisieren können, melden Sie sich bitte möglichst frühzeitig telefonisch an unter Tel. 089/30 28 58.*

*Bitte geben Sie Ihren Namen, eine Rückrufnummer und die Anzahl der angemeldeten Personen an.*

Kostenloser

## Vortrag im IN HOPE



Etwa viermal im Jahr, jeweils am Freitag-Abend um 18 Uhr gibt es kostenlose Vorträge im IN HOPE.

Interessante, nützliche und neue Erkenntnisse

und Themen aus der Welt der Psyche werden vorgestellt. Sie sind natürlich eingeladen, nach dem Vortrag Fragen zu stellen und zu diskutieren. Danach gibt es eine kleine Pause, dann geht es gleich weiter mit dem kostenlosen Info-Abend ab 20 Uhr.

Vortrag und Info-Abend können natürlich auch einzeln besucht werden.

Ich freue mich auf Sie!

*Anmeldung: Wie zum Info-Abend*

Kostenloser

## Schnuppertag im IN HOPE



Etwa viermal im Jahr, jeweils am Freitag ab 16:45 Uhr gibt es den kostenlosen Schnuppertag „Hinter den Kulissen“: Verbringen Sie einen interessanten Nachmittag im IN HOPE, lernen Sie das IN HOPE-Team und die Psycho-Holistik kennen und nehmen Sie neue Erfahrungen mit! Anschließend um 20 Uhr findet der kostenlose Info-Abend statt. Sie sind dazu herzlich eingeladen!

Wie wird man eigentlich Therapeut, Coach, Berater, Gruppenleiter? Sie interessieren sich für diese helfenden Berufe? Oder Sie möchten wissen, wie "so jemand" eigentlich arbeitet, weil Sie vielleicht selbst Therapie, Beratung oder Coaching in Anspruch nehmen möchten? An diesem Nachmittag wird es locker, fröhlich und sehr informativ zugehen.

*Die Teilnehmerzahl ist begrenzt; bitte melden Sie sich daher für den Schnuppertag möglichst frühzeitig an unter: Tel. 089/30 28 58*

Kostenlose

## Individuelle Ausbildungsberatung im IN HOPE

Sie interessieren sich für die Bildungsangebote im IN HOPE? Gern können Sie einen Termin mit Anne Lindenberg zur kostenlosen Ausbildungsberatung vereinbaren. Dabei können Sie herausfinden, ob eine der Aus- und Fortbildungen das Richtige für Sie ist. Alle Ihre Fragen zum Ablauf, zur Finanzierung, zu den Berufsaussichten etc. werden gern und ausführlich beantwortet.

*Einen Termin können Sie telefonisch vereinbaren unter: Tel. 089/30 28 58*



# Die Fundamente

## Grundsteine legen, solides Wissen und KnowHow aufbauen

### Grundlagenjahr

#### Praktische Psychologie und Psycho-Holistik



Wundern Sie sich auch oft über Ihre Mitmenschen? Oder vielleicht manchmal über sich selbst? Der sogenannte gesunde Menschenverstand kann viele Phänomene nicht erklären.

Aufschluss gibt der wohlwollende und kundige Blick in die Innen-Organisation des Menschen:

- Wie bildet sich eine Persönlichkeit?
- Was ist eigentlich das Unbewusste?
- Welchen Sinn haben Probleme?
- Wie können sie gelöst werden?
- Wie gehe ich förderlich mit mir selbst und auch mit schwierigen Mitmenschen um?

Auf diese Fragen und noch viele mehr bekommen Sie Antworten in unserem Grundlagenjahr in Psycho-Holistik und Praktischer Psychologie. Werden Sie zum Menschenkenner und lernen Sie, wie Sie mit sich selbst und anderen Menschen auch in schwierigen Situationen wohlwollender und verständnisvoller umgehen können.

#### Inhalte

- Die Urbedürfnisse des Menschen: Entwicklungspsychologie
- Bewältigungsstrategien I: Verdrängung, Schutzhaltungen und Symbolisierung
- Bewältigungsstrategien II: Persönlichkeitsstile, Konfliktstruktur und Psychosomatik
- Bewältigungsstrategien III: Traumastruktur, Depression und Sucht
- Heilsame Veränderung I: Angepasste und spontane Natur
- Heilsame Veränderung II: Selbstwert, Selbstgefühl und Lebensmut entwickeln
- Probleme als Chancen: Problem-Arten und Lösungswege / Therapeutische Methoden
- Lebenssinn und individuelle Spiritualität als persönlicher Rückhalt

#### Struktur

Leitung Anne Lindenberg & Assistenz

Zeiten Wechselnd als Abend-, Tages- o. Wochenendkurs, nicht in den Ferien

Umfang 16 Tage / 8 Wochenenden / 32 Abende;  
gesamt 96 Stunden à 60 Minuten

Kosten 1.632 Euro incl. Skript / Teilnahmebestätigung  
= 17 Euro/Std.

Frühbucher-Rabatt 1.500 Euro

Frist für Frühbucher Bis sechs Wochen vor Beginn verbindliche Anmeldung und Zahlungseingang

Ratenzahlung Vier Monatsraten: 448 Euro

Plätze 20

### Zweijährige

#### Kompakt-Ausbildung in Psycho-Holistik Beratung - Coaching - Psychotherapie\*



Die zweijährige berufs begleitende Kompakt-Ausbildung in Psycho-Holistik bietet Ihnen fünf Schwerpunkte, die Sie befähigen, eine erfolgreiche eigene Praxis für Beratung, Coaching und Therapie zu führen oder Ihre neuen Kompetenzen in Ihrem bisherigen Berufsfeld einzusetzen:

1. Die Therapeuten-Persönlichkeit  
Die Ausbildung einer "Therapeuten-Persönlichkeit" mit einem ganz eigenen Arbeitsstil

2. Entwicklungs-Begleitung  
Die Fähigkeit, den Klienten in seiner inneren und äußeren Situation zu begreifen und ihn wirksam zu seinen Zielen und in seinem Prozess zu begleiten

3. Methodik  
Ein vielseitiges Instrumentarium an Elementen und Interventionen aus etwa 30 (!) Methoden und Verfahren.

4. Fokus auf die Lebensbereiche  
In jedem Seminar steht ein Lebensbereich im Mittelpunkt.

5. Heilerlaubnis  
In der Kompakt-Ausbildung werden die Zuständigkeitsgrenzen der drei Berufsbilder Therapeut - Berater - Coach klar herausgearbeitet.

Alle Anliegen, die Klienten und Coachees mitbringen, können einem oder mehreren dieser Lebensbereiche zugeordnet werden, die jeweils in einem eigenen viertägigen Ausbildungs-Seminar behandelt werden:

1. Seminar: Gesprächs- und Kontaktgestaltung  
2. Seminar: Persönliche Geschichte und Entwicklung  
3. Seminar: Lebensgrundgefühl: Charaktertypen  
4. Seminar: Bewältigung von Schicksalsschlägen: Trauerkunde und Traumalösung  
5. Seminar: Single, Partnerschaft und Familie: Systemische Therapie

6. Seminar: Körperliche Verfassung: Psychosomatik  
7. Seminar: Beruf, Berufung, Lebenssinn: Coaching und Spirituelle Therapie

8. Seminar: Change Management / Arbeit mit Veränderung

Die ausführlichen Beschreibung (Curriculum) finden Sie unter [www.psychoholistik.de/kompakt-ausbildungbeschreibung.html](http://www.psychoholistik.de/kompakt-ausbildungbeschreibung.html)

Struktur  
Leitung Anne Lindenberg & Assistenz  
Zeiten 8 Seminare à 4 Tage, Do. 09 h - So. 18 h  
Umfang 8 x 4 x 24 = 192 Zeitstunden (= 256 UStd.)  
Kosten Grundpreis: 2 x 1.920 = 3.840 Euro = 20 Euro/Std.  
Rabatte und Ratenzahlungen finden Sie im Curriculum  
Plätze 20



## Kompaktkurs

### Coaching Spezial: Basics Zaubermittel? Handwerk? Schöner Schein?

Coaching ist zu einem Allerweltsbegriff geworden. Jede Beratung oder im TV jede Konfrontation wird Coaching genannt. In diesem kompakten Kurs über drei Wochenenden werden die Grundlagen von solidem, seriösen Coaching vermittelt.

Wir definieren den Begriff und grenzen Coaching von Nachbargebieten ab.

#### Das Besondere an diesem Kurs

Sie können ohne besondere Vorkenntnisse starten. Sie können Ihr erworbenes Wissen sofort überall im Alltag einsetzen: In Partnerschaft und Familie, am Arbeitsplatz, beim Ausüben Ihres Hobbys, zum Beispiel im Verein.

Überall, wo Menschen miteinander zu tun haben, gibt es von Zeit zu Zeit Missverständnisse, Konflikte, Probleme, Ratlosigkeit und Sackgassen. Hier können Sie nach Absolvierung des Kurses unaufdringliche Hilfestellungen anbieten, die auch gern angenommen werden und vor allem wirksam sind. Sie müssen sich nicht mehr hilflos oder frustriert fühlen, sondern können wirklich etwas bewegen! Natürlich können Sie das Erlernte auch für sich selbst anwenden, im Selbstcoaching.

Der Kurs dient Ihnen auch zur Prüfung, ob Sie Coaching, Beratung und/oder Psychotherapie zu Ihrem Beruf machen und dafür eine mehrjährige Ausbildung absolvieren möchten.



## Kursinhalte

- 1. Wochenende:** Definition von Coaching; das Coaching-Gespräch; Innere Haltung als Coach; der Arbeitsvertrag
- 2. Wochenende:** Auftragsklärung; Planung; Arbeitsbündnis; die wichtigsten Kommunikationstechniken
- 3. Wochenende:** Nonverbale Botschaften; Mentaltraining und kreative Veränderungsstrategien; Evaluation; Türöffner einbauen für Folgeaufträge

## Zielgruppen

Eltern, auch alleinerziehende Mütter oder Väter; Lehrer und Lehrkräfte, Erzieher, Pädagogen; Arbeitnehmer und Führungskräfte; Selbständige; Berater und Psychotherapeuten, die ihr Angebot erweitern möchten; Medizinische Heilberufe, die die Anliegen ihrer Patienten umfassender behandeln möchten.

## Struktur

**Leitung** Anne Lindenberg  
**Zeiten** Drei Wochenenden: Freitag 17:30-22 Uhr, Samstag 09-19 Uhr, Sonntag 09-13:30 Uhr, einmal monatlich, nicht in den bayer. Schulferien  
**Umfang** Drei Seminare mit je 16 Stunden, gesamt 48 Stunden (à 60 Minuten)  
**Kosten** 960 Euro inkl. Skript und Teilnahmebestätigung / Zertifikatserweiterung = 20 Euro/Std.  
 Frühbucher-Rabatt und Ratenzahlung möglich  
**Plätze** 14

## Fortlaufende

### Kollegiale und fachübergreifende Supervision für Kleingruppen und in Einzelsitzungen

Supervision bedeutet "prüfender Überblick".

In den ersten Jahren der selbständigen Arbeit mit Menschen ist es Usus, seine Arbeit regelmäßig einem Supervisor vorzustellen, und zwar in den ersten ein bis drei Jahren bevorzugt dem eigenen Ausbilder. Danach kann es durchaus sinnvoll sein, sich einen oder mehrere andere Supervisoren zu suchen, die die eigene Arbeit aus vielleicht ganz anderen Perspektiven sehen.

Supervision dient dazu,

- das Risiko für schwere Fehler zu verringern
- den "inneren Supervisor" zu schulen (also die Fähigkeit, bei oder nach der Arbeit neben sich zu treten und auch die eigene Aktivität unvoreingenommen einzuschätzen)
- die eigene Ausbildung zu verfeinern und in der Praxisanwendung zu schulen
- den Klienten die Sicherheit zu geben, dass die Qualität der Arbeit ihres Therapeuten, Beraters oder Coachs beaufsichtigt wird
- eigene Themen und "blinde Flecken" zu erkennen, die die Arbeit mit den Klienten beeinflussen können.



Eine neue Supervisionsgruppe startet, wenn sich mindestens vier und höchstens sieben Teilnehmer anmelden, die sich zeitlich koordinieren können (Vormittags oder Spätnachmittags).

Die Gruppe trifft sich zehnmal im Jahr, etwa einmal im Monat (nicht im Januar und nicht im August). Die Verpflichtung umfasst jeweils eine "Jahresrunde".

Die Teilnehmer können nach jeweils einem Durchgang entscheiden, ob sie am nächsten Durchgang teilnehmen.

Pro Teilnehmer wird mit 30 Minuten gerechnet plus einmal 30 Minuten für Ankunft und Abschied.

Termine für supervisorische Einzelsitzungen können Sie jederzeit telefonisch mit mir vereinbaren.

#### Kosten für Kleingruppen-Supervision

4 Teilnehmer = 2,5 Std / Treffen = 25 Std / Jahr = 500 Euro  
 5 Teilnehmer = 3 Std / Treffen = 30 Std / Jahr = 555 Euro  
 6 Teilnehmer = 3,5 Std / Treffen = 35 Std / Jahr = 595 Euro  
 7 Teilnehmer = 4 Std / Treffen = 40 Std / Jahr = 620 Euro

#### Kosten für Einzel-Supervision

Je Sitzung (90 Minuten): 120 Euro



# Heilpraktiker für Psychotherapie

## Alles rund um die Prüfung und zum Praxis-Aufbau

### Prüfungsvorbereitung

#### Prüfungs-Coaching für Selber-Lerner

### Praxis für Psychotherapie

(nach dem Heilpraktikergesetz)

Sprechzeiten nach Vereinbarung

Sie haben keine Lust, sich in einen überfüllten, teuren Unterricht zu setzen, wo der Stoff im Eiltempo durchgezogen wird, und Sie trotzdem in "Heimarbeit" noch alles nachlernen müssen? Dann ist das Kleingruppen-Coaching etwas für Sie!

Das Einzel- oder Kleingruppen-Coaching bietet Ihnen

- die nötigen Informationen konzentriert und anwendbar
- Vorstellung der nötigen Literatur
- genau die Unterstützung, die Sie ganz persönlich brauchen
- Tipps zur persönlichen Lernkultur.
- Generalprobe der schriftlichen Prüfung

Sie buchen Coaching-Termine ganz nach Ihrem persönlichen Bedarf.

Schwerpunkte können sein:

- Prüfungsfragen-Training
- Vorträge zu Störungsbildern
- Beantwortung Ihrer gesammelten Fragen
- Motivationsunterstützung, wenn es schwierig wird.

#### Vorbereitung auf die mündliche Prüfung

Direkt nach Bestehen der schriftlichen Prüfung können Sie einzeln oder mit Ihrer vertrauten Lerngruppe zum mündlichen Prüfungscoaching kommen.

#### Inhalte

- Was ist speziell für die mündliche Prüfung zu lernen?
- Was fragen die Prüfer?
- Aufbau einer Fallbesprechung
- Tipps, Tricks und Merkhilfen
- Ihre Eigendarstellung
- Persönliches Auftreten, Sprachwahl, Körpersprache, Kontaktgestaltung zu den Prüfern
- Generalproben der mündlichen Prüfung mit präzisiertem, konstruktivem Feedback.

#### Honorar

Einzelcoaching: 120 Euro/90 Minuten

Kleingruppencoaching:

2 Teilnehmer	45 Euro/60 Minuten
3 Teilnehmer	33 Euro/60 Minuten
4 Teilnehmer	27,50 Euro/60 Minuten
ab 5 Teilnehmer	24 Euro/60 Minuten

### Wochenend-Seminar

#### Wie sag ich's meinem Publikum?

#### Die vergnügliche Kunst des Vortrag-Haltens

Für Coachs, Berater und besonders für Therapeuten ist das fesselnde Vortragen eines interessanten Themas eine der besten Möglichkeiten, "sich kennenlernen zu lassen".

Damit das auch beim ersten Vortrag schon gelassene Routine ist und nicht etwa durch schlechten Vortragsstil zu schlechtem Marketing wird, gehen wir an diesem Wochenende gleich ins praktische Üben:

Zunächst erarbeiten wir die wesentlichen Aspekte und Kunstgriffe des Vortragens, die naheliegendsten Stolperfallen und wie man sie vermeidet oder in den Vortrag integriert.

Dann hören wir Teilnehmer-Vorträge und bauen als Publikum Worst Cases ein: Stören, Konkurrieren, Zwischenfragen, Weggehen, Kritisieren und so weiter.

Jede/r TeilnehmerIn bekommt Feedbacks und Tipps von allen für ihren/seinen Vortrag.

Außerdem: Wie schaffen wir Gelegenheiten für Vorträge?



#### Vortragsaspekte

- Umgebung
- Einschätzung des Publikums
- Einsatz der Stimme (Lautstärke, Sprechpausen etc)
- Körpersprache
- Kontaktgestaltung mit dem Publikum
- Zeit-, Umfang- und Pausengestaltung
- Aufbau des Vortrages
- Umgang mit Medien (Flipchart, Overhead, Notebook/Beamer etc)
- Spannungskurven gestalten
- Diskussions- und Fragerunde
- Anfangs- und Schlussgestaltung
- Anschlusskontakt leichtgemacht

Auch Nur-ZuhörerInnen sind herzlich eingeladen, die sämtliche Inhalte des Workshops hautnah erleben, kräftig mit Feedback geben und fragen können, nur eben nicht selbst "auf die Bühne" gehen wollen.

#### Struktur

Leitung	Anne Lindenberg
Zeit	Samstag und Sonntag, 09 - 17 Uhr
Umfang	12 Stunden
Kosten	Aktive Teilnehmer: 180,- Euro inkl. Teilnahmebestätigung, = 15 Euro/Std.
	Nur-Zuhörer: 110,- Euro = 9,17 Euro/Std.
Plätze	10 Aktive Teilnehmer + 10 Nur-Zuhörer



### Vier Tage-Intensiv-Seminar

#### Lernen lieben lernen

##### Erfolgs- und motivationsorientierte Lernstrategien

Das Ziel vor Augen, Vorfreude, hohe Motivation, großes Engagement... wenn nur nicht der Lernstress wäre!

##### Aus dem Inhalt

- Motivationsklärung
- Zeit und Raum für Lernen schaffen
- Unterstützung bekommen
- BlackOuts und Überforderungsvermeiden
- Die persönliche Lernstruktur
- Die Lernumgebung
- Lernen - So wenig wie möglich, so viel wie nötig
- Kreativ Lernspiele erfinden
- Eigene Erfolgskontrollen

### Vier Tage-Intensiv-Seminar

#### Adé Prüfungsstress

##### Stress, BlackOut, Lampenfieber steuern lernen

In der Vorbereitungszeit können Stress, Aufregung, Angst, Druck und furchtbare Phantasien auftauchen. Mit gutem Selbstmanagement können Sie als Prüfungskandidat einen anderen und wesentlich gelasseneren Weg zur Prüfung gehen, der Ihre Chance auf Erfolg erheblich steigert

##### Aus dem Inhalt

- Worst-Case-Szenarien u. "Meisterungs"-Strategien
- Hintergrund von Stress, Versagensängsten, Lampenfieber und Black Out
- Persönlicher Ressourcen-Katalog und bewusstes Umschalten in den Wohlfühlmodus.

**Übrigens!** Sie können diese beiden Seminare auch als Fortbildung nutzen, so dass Sie zukünftig selbst Lern- und Prüfungs-Management anbieten können!

#### Struktur für beide Angebote

Leitung Anne Lindenberg  
Zeiten Do. 16:00 - 20:30 h, Fr./Sa. 09:00 - 20:15 h, So 08:00 - 12:30 h  
Umfang 4 Tage / 24 Std. / Seminar  
Kosten 432,00 Euro inkl. Skript = 18 Euro/Std.

### Intensive Wochenend-Fortbildung

#### Praxisgründung - Praxisführung



Umwege sparen, die Fehlerquote senken, die Praxis gezielter aufbauen und effektiver arbeiten: Wir sprechen hier besonders KollegInnen an, die nach Erhalt ihrer Heilerlaubnis ihre Praxis zügig aufbauen wollen. Und auch schon etwas "ältere Hasen" können noch dazulernen.

##### Aus dem Inhalt

- Rechenbeispiele zur Existenzsicherung (Betriebswirtschaft)
- Erstattung von den Kostenträgern (Umgang mit Krankenkassen)
- Versicherungswesen
- Zielgruppengerechtes Marketing
- Einkommensquellen
- Netzwerke
- Ethische Aspekte

##### Struktur

Leitung Anne Lindenberg und Dr. Siegfried Kittmann  
Zeiten Samstag 10 - 17:15 h, Sonntag 09 - 13:30 h  
Umfang 10 Stunden  
Kosten 160 Euro inclusive Skript u. Teilnahmebestätigung für BVP-Mitglieder, sonst 180 Euro

### Intensive einwöchige Fortbildung

#### Intensivtraining Psychotherapie

Sie haben bereits eine gründliche Ausbildung in einem der Psychotherapie benachbarten Bereich? (Zum Beispiel Coaching, Astrologie, Yoga, Pflege, Betreuung, Rolfing, Beratung oder andere?) und zielen die Heilerlaubnis für Psychotherapie nach dem Heilpraktikergesetz an?

Wer keine speziell psychotherapeutische Ausbildung hat, wird auf Herz und Nieren befragt, inwieweit er tatsächlich psychotherapeutisch arbeitet und dafür die wichtigsten Aspekte von Psychotherapie kennt und beachtet.

##### Aus dem Inhalt

- Das therapeutische Gespräch
- Körpersprache
- Symbolisierung
- Abwehr- und Schutzhaltungen
- Übertragung, Gegenübertragung und Projektion
- Übertragungen erkennen und damit arbeiten
- Der systemische Blick
- Krisenbegleitung und Stabilisation
- Ressourcenbildung und Sinnfindung
- Einführung in die Traumkunde

##### Struktur

Leitung Anne Lindenberg & Assistenz  
Zeiten Mo. 18 - 22:30 h, Di. - Sa. 09 - 20:15 h, So. 08 - 12:30 h  
Umfang 7 Tage mit gesamt 48 Stunden  
Termine Sobald sich 10 Teilnehmer angemeldet haben  
Kosten 960 Euro inkl. Skript und Bescheinigung  
Frühbucher-Rabatt möglich



# Vertiefungen, Fort- und Weiterbildungen

## Punktgenauer Ausbau Ihrer fachlichen Kompetenz

Intensiv-Lehrgang zum

### Psycho-Holistischen Gesprächstherapeut



Bei aller Methoden-  
vielfalt bleibt doch  
das Gespräch das  
Fundament und das  
wichtigste Instru-  
ment jeder Ber-  
atung, jeder Therapie  
und jedes Coaching

- für die Verständigung
- für die Kontaktgestaltung
- für heilsame Einwirkung.

Ein besonderes Anliegen und Ziel dieser Ausbildung ist, dass Sie mit jedem Klienten und Coachee, den Sie annehmen, ein "verständiges" Miteinander erreichen, dass Sie in der Gesprächsführung geschmeidig so mit ihm "tanzen" können, dass er maximal von den Sitzungen profitiert. Dafür ist es wichtig, dass Sie selbst sicher, souverän, kompetent, orientiert, wach, aufmerksam und bestens ausgerüstet sind, denn dann erzielen Sie die besten Resultate.

#### Ausbildungs-Inhalte

Elemente aus

- der Klientenzentrierten Gesprächspsychotherapie
- dem Hamburger (Vier-Ohren-)Kommunikationsmodell
- der Gewaltfreien Kommunikation
- der Provokativen Therapie nach F. Farrelly
- der Hypnotherapie nach M. Erickson
- Transaktionsanalyse nach E. Berne
- der Körpersprache: Symbolik und Wirkung
- Stimmbildung und Stimmbewusstsein
- den Fragetechniken: Die Aufmerksamkeit lenken
- den Kleinen Wörtern, Zirkulären Fragen und mehr

Außerdem:

- Von Selbst zu Selbst: Intuitive heilsame Gesprächsführung:
- Free Flow - wie in der Praxis

#### Struktur: BILDUNGSURLAUB!

Ort Im Seminarhaus - wird noch bekanntgegeben

Leitung Anne Lindenberg & Assistenz

Zeiten Mo. 14:30 - 20:30 h, Di. bis Sa. 9:00 - 20:15 h,  
So. 8:00 - 13:00 h

Umfang 7 Tage Intensiv, gesamt 56 Zeitstunden

Kosten 1.064 Euro inkl. Skript und Teilnahmebestätigung / Zertifikatserweiterung = 19 Euro/Std.

Frühbucher-Rabatt!

**Bei beiden Angeboten verstehen sich die Kosten zuzüglich der Unterbringung im Seminarhaus: An- und Abfahrt, Unterkunft und Verpflegung**

#### Vorkenntnisse

Die Teilnahme an beiden Angeboten setzt voraus, dass Sie psychisch stabil sind und bereit sind, sich in der Rolle des Übungsklienten auf Selbsterfahrungsprozesse einzulassen.

Intensiv-Lehrgang zum

### Psycho-Holistischen Kreativ- und Ausdruckstherapeut

Selbst-Ausdruck: Die Gestaltung des eigenen Schicksals buchstäblich in die Hände nehmen!

Der unzensurierte Ausdruck des eigenen inneren Geschehens weckt unseren ursprünglichen heilsamen und schöpferischen Lebensfluss. Bis der ursprüngliche Lebensausdruck wieder ungehindert strömen und springen kann, tauchen etliche Hindernisse aus der Lebensgeschichte auf, die uns gehemmt, gebremst, eingeschüchtert und zornig gemacht haben.

Wie gut, dass wir diese Themen so, wie sie sich zeigen, gleich wieder in den kreativen Prozess aufnehmen können!

In dieser Ausbildung lernen Sie ein Repertoire an kreativen und Ausdrucksmöglichkeiten kennen, erforschen die Wirkung der einzelnen Arten und Interventionen und üben den Einsatz für Einzel- und Gruppentherapie, für pädagogische und Selbsterfahrungs-Angebote.

#### Ausbildungs-Inhalte

- So öffnet die Schleusen! Körperübungen und -spiele zur Befreiung der Ausdruckskanäle
- Herzschläge und Fußgetrappel - Spielerische Übungen mit Körperpercussion und Trommeln
- Ursprung des Seins: Leben ist Bewegung! Tanz- und Bewegungstherapie mit und ohne Musik
- Gib Laut! Tönen, Singen, Rufen: Denn Stimme = Stimmung
- Innenlandschaften: Phantasie Reisen und Motiv-Meditationen
- Bilderwelten: Malen "auf Teufel und Engel komm raus" - Die Möglichkeiten der Maltherapie
- Neue Geschichten, die das Leben schreibt: Welten schöpfen in Geschichten, Gedichten, Märchen, Dialogen...: Schreibtherapie als Schöpfungsakt
- Symbol-Entschlüsselung: Der Prozess des gemeinsamen Deutens



#### Struktur BILDUNGSURLAUB!

Ort Im Seminarhaus - wird noch bekanntgegeben

Leitung Anne Lindenberg & Assistenz

Zeiten Mi. 14:30 - 20:30 h, Di. bis Sa. 9:00 - 20:15 h,  
So. 8:00 - 13:00 h

Umfang Zweiteiliger Intensivlehrgang mit je 5 Tagen, gesamt 72 Zeitstunden

Kosten 1.368 Euro inkl. Skript und Teilnahmebestätigung / Zertifikatserweiterung = 19 Euro/Std.

Frühbucher-Rabatt!



**Intensiv-Lehrgang (acht Monate) zur  
Psycho-Holistischen Körperpsychotherapie  
... mit Leib und Seele!**

Ich bin mein Körper... Unsere Körperseele ist entscheidend für unsere physische und psychische Gesundheit und unsere Glücksfähigkeit. Körperarbeit ist hoch wirksam und erfordert gründliche Eigenerfahrung, Kenntnisse und Übung. Und die gibt es hier!

In sechs Wochenend-Seminaren wird die Psycho-Holistische Körperpsychotherapie gelehrt, vertieft und geübt. Achtsame, spielerische und auch engagierte Entpanzerung

- weckt die Lebensgeister
- gibt einen soliden "Grund zum Leben"
- setzt lustvolle Kraft für Tiefe, Vielfalt und Erfüllung frei
- ermöglicht die Auflösung von inneren Konflikten

**Ausbildungs-Inhalte**

1. Das Halt gebende Seminar  
*Frühe Störungen: Defizite auffüllen*
2. Das schwungvolle Seminar  
*Freiraum für vitale und primäre Lebensenergie*
3. Das vibrierende Seminar  
*Bioenergetische Übungen für Einzel- u. Gruppenarbeit*
4. Das berührende Seminar  
*Biodynamische Massagen u. Körperarbeit*
5. Das himmlische Seminar  
*Arbeit mit Aura und feinstofflichen Körperenergien*
6. Das punktgenaue Seminar  
*Individuelle Körperarbeit für die Einzelarbeit*



**Ausbildungsziele**

Nach der Ausbildung können Sie:

- Körperpsychotherapie in Ihre bisherige Methodik integrieren und damit kombinieren
- Auf Ihr Körper-Repertoire zugreifen und die angebrachte Intervention auswählen, anleiten oder geben und zusammen mit Ihrem Klienten auswerten

**Intensiv-Lehrgang (acht Monate) zur  
Psycho-Holistischen Systemischen Therapie  
Ich - Du - Wir**

Niemand lebt in einer verschlossenen Flasche... Jeder Mensch ist ein Teil von vielen unterschiedlichen Systemen. Die Wechselwirkung zwischen Mensch und System bestimmt die Persönlichkeit. Systemische Therapie - auch eine ideale Ergänzung zur Körperpsychotherapie!

In sechs Wochenend-Seminaren wird die Psycho-Holistische Systemarbeit gelehrt, ausführlich praktisch geübt und vertieft.

Alle Teilnehmer können mehrmals in der Anleitungsrolle üben und bekommen Supervision.

Die vorgestellten Interventionen werden in ihren Varianten für Einzelsitzungen und für Gruppen mit Repräsentanten gezeigt.



**Ausbildungs-Inhalte**

- Seminar 1: "Alle meine Systeme"  
*Gesprächs- und Fragetechniken und weitere Grundlagen*
- Seminar 2: "Die ganze heilige Verwandtschaft"  
*Schwerpunkt Ahnen-, Familien- und Paarthemen*
- Seminar 3: "Ich kann so nicht arbeiten"  
*Berufliche Anliegen aller Art im Mittelpunkt*
- Seminar 4: "Ich bin eine kleine Gesellschaft"  
*Die inneren Teile-Systeme können in Erscheinung treten*
- Seminar 5: "Krankheit, Körper & System"  
*Der Körper als Systemisches Ausdrucksorgan*
- Seminar 6: "Wohin der Strom uns trägt"  
*Systemisches Arbeiten wie in der realen Praxis*

**Ausbildungsziele**

Nach der Ausbildung können Sie:

- Systemische Therapie in Ihre bisherige Methodik integrieren und damit kombinieren
- Auf Ihr Systemisches Repertoire zugreifen und die angebrachte Intervention auswählen, anleiten oder geben und zusammen mit Ihrem Klienten auswerten

**Vorkenntnisse**

Die Teilnahme an beiden Angeboten setzt voraus, dass Sie psychisch stabil und bereit sind, sich in der Rolle des Übungsklienten auf Selbsterfahrungsprozesse einzulassen.

**Struktur**

Leitung Anne Lindenberg & Assistenz  
Zeiten Freitag 17:30-22 Uhr, Samstag 09-19 Uhr, Sonntag 09-13:30 Uhr, etwa alle sechs Wochen,  
Umfang Sechs Seminare mit je 16 Stunden, gesamt 96 Stunden (à 60 Minuten)  
Kosten 1.728 Euro inkl. Skript und Teilnahmebestätigung / Zertifikatserweiterung = 18 Euro/Std.

**Struktur**

Leitung Anne Lindenberg & Assistenz  
Zeiten Do. 16 - 20:30 Uhr, Fr. / Sa. 9 - 20:15 Uhr, So. 8 - 12:30 Uhr. Etwa alle sechs Wochen,  
Umfang Sechs Seminare mit je 16 Stunden, gesamt 96 Stunden (à 60 Minuten)  
Kosten 1.728 Euro inkl. Skript und Teilnahmebestätigung / Zertifikatserweiterung = 18 Euro/Std.