



# PSYCHOSOZIALES NEUROMENTALTRAINING



Schule für die *Philosophie des Lebens*



Bereit sein. Für ein neues Bewusstsein. Für neue Horizonte.

Neuromentaltraining ist der Schlüssel zu deinem Denken.

Entdecke auch DU die Kraft deiner Gedanken und nutze dein volles Potential.

Unsere ganzheitliche, zertifizierte Ausbildung **Psychosoziales Neuromentaltraining** zeigt dir einen bewussten Umgang mit mentaler Stabilität und ganzheitlichem Bewusstsein.

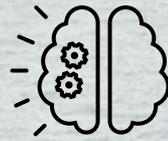
Schritt für Schritt, mit zwei Abschlüssen und einem bewährten Lehrplan.



Für alle, die sich selbständig machen wollen

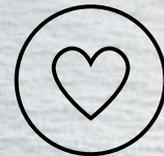
*„In einer Welt, die immer lauter und hektischer wird, verlieren wir oft den Kontakt zu uns selbst. Es ist daher wichtiger denn je, Methoden und Techniken zu kennen um mit Stress, Burnout und Herausforderungen umzugehen.*

*Nutze diese Zeit der Veränderung, um ein höchst qualifizierter psychosozialer Neuromentaltrainer zu werden.*



Für UnternehmerInnen, Coaches, Berater, Gesundheitsprofis, PädagogInnen

*„Vertiefe dein Fachwissen und erhalte Insider-Tipps, um Anliegen rundum Stressmanagement, Achtsamkeitspraxis und präventive Interventionen bei deinen KundInnen besser zu verstehen und gezielt zu fördern. Diese Ausbildung gibt dir die spezialisierten Werkzeuge an die Hand, um deine Expertise auf ein neues Level zu heben.“*



Für Menschen, die sich gutes tun wollen

*„Mache dich auf den Weg zu einem bewussten Verständnis für dich selbst und deine Lebenswelt. Gönn dir Zeit und Raum für dich, um dein Inneres besser zu verstehen, dich von Blockaden zu lösen und neue Horizonte für dich zu entdecken.*

*Du erfährst in diesem Lehrgang wertvolle Impulse und Tools, um deinen Alltag stressfrei, bewusst und entspannt zu leben.“*



Mentale Stärke beginnt von innen.

---

*Schön, dass du da bist.*

Ich freue mich sehr, dass ich dir den **Diplomlehrgang „Psychosoziales Neuromentaltraining“** vorstellen darf. Gerne gebe ich Dir einen Überblick über den Inhalt und den Ablauf der Ausbildung.

Psychosoziales Neuromentaltraining ist eine Methode, die darauf abzielt, die mentalen Fähigkeiten und die persönliche Entwicklung zu fördern, indem sie die Erkenntnisse aus der Neurowissenschaft und Psychologie nutzt. Wir kombinieren in diesem Lehrgang umfangreiche Techniken aus verschiedenen Bereichen, um das Denken, die Emotionen und das Verhalten zu optimieren.

## Diplomlehrgang Psychosoziales Neuromentaltraining

**Veränderung bewirken:** Du weißt du, wie es sich anfühlt, mit vielen Reizen, Anforderungen und Eindrücken konfrontiert zu sein. Du kennst dein Denken und Handeln und weißt, wie es sich anfühlt, wenn man keine passende Reaktion dazu findet. In dieser Ausbildung lernst du, deine eigene erhöhte Wahrnehmung zu nutzen und erfährst, wie du andere Menschen unterstützt, ihre Verhaltensweisen besser kennenzulernen, Ruhe in den Alltag zu bringen, Ängste und Unsicherheiten zu überwinden und ihr volles Potenzial zu entfalten. Du entdeckst Zugänge aus der Neurowissenschaft und analytischen Psychologie für ein Leben in Einklang von Körper, Geist und Seele.

**Karrieremöglichkeiten:** Die Nachfrage nach Neuromentaltrainer für einen bewussten Umgang mit Achtsamkeit, Resilienz und Prävention steigt stetig an. Du erfährst, wie du all diese Bereiche nachhaltig miteinander verbinden kannst. Mit dieser Ausbildung erhältst du das Wissen und die Fähigkeiten, um eine erfolgreiche Karriere als psychosozialer Neuromentaltrainer zu starten, dich in diesem Fachbereich zu spezialisieren und Menschen auf ihrem Weg von Achtsamkeit und Stabilität zu begleiten.

**Persönliches Wachstum:** Die Ausbildung zum psychosozialen Neuromentaltrainer ist mehr als nur eine Investition in deine Karriere, es ist vor allem ein bleibendes Fundament in deinem persönlichen Wachstum. Du wirst lernen, Kopf und Herz miteinander zu verbinden und dabei erfahren, dass Veränderung in deinem Denken und Fühlen beginnt.

## Eine Reise von Innen nach Außen. Und am meisten zu dir selbst.

Ich freue mich, wenn auch DU dich auf diese Reise machst. Eine Reise, die im Innen beginnt, ins Außen führt, und mit vielen facettenreichen Erfahrungen wieder nach innen kehrt. Und dies immer und immer wieder. Alles ist in Bewegung.

Nun wünsche ich dir viel Freude beim Lesen.

*Anja Cölestine Dreier*



### Besonderes Highlight – Du absolvierst in einem Lehrgang zwei Abschlüsse.

Im **ersten Semester** werden alle **Basiskompetenzen** vorgestellt und erlernt, die es in der Beratung, Gesundheitsbereich und im Coaching Bereich braucht. Nach dem ersten Semester erhältst du ein Zertifikat „**Foundation Coach**“ – Grundlagen psychosoziale Kompetenzen.

Das **zweite Semester** ist das **Spezialisierungsmodul**, wo das Herzstück Fachseminare rundum Neurowissenschaft, Gesundheit, Achtsamkeit, Stressmanagement und Ganzheitlichkeit sind. Du erlebst auch viele Selbsterfahrungs- und Praxisübungen, damit du die Inhalte von jedem Seminar gleich umsetzen kannst. Es ist somit auch eine Reise zu sich selbst. Eigene Erfahrungen erhalten ebenso einen achtsamen Raum wie die Vermittlung von Fachwissen. Nach dem zweiten Semester erhältst du das Diplom „**Psychosoziales Neuromentaltraining.**“

Unsere Ausbildung vereint fundiertes Fachwissen, innovative Methoden und praxisnahe Inhalte. Dabei legen wir großen Wert auf eine ganzheitliche Perspektive, die sowohl deine fachliche als auch persönliche Entwicklung stärkt. Mit unseren Ansätzen aus systemisch-integrativer Arbeit, neurowissenschaftlicher Potenzialentfaltung und Selbsterfahrung bieten wir dir eine Ausbildung, die weit über das Erlernen von Techniken hinausgeht.

Gemeinsam legen wir ein solides Fundament und ermöglichen dir, deine Kompetenzen Schritt für Schritt zu erweitern – von den grundlegenden Prinzipien des Coachings bis hin zur Spezialisierung als **Psychosozialer Neuromentaltrainer.**

Unsere Ausbildung führt dich Schritt für Schritt durch alle wichtigen Bereiche: von der Definition von Neurowissenschaft, Psychologie, Mentalhealth und dem Wirken um das tiefe Wissen von der Verbindung von Herz und Verstand, bis hin zu bewusstem Gestalten deiner Lebenswelten im ganzheitlichen Kontext, und natürlich auch zur erfolgreichen beruflichen Umsetzung.

Du erhältst nun einen kompakten Überblick über die Inhalte und Ziele der beiden Module. Darüber hinaus geben wir dir einen Ausblick auf weitere Upgrade-Ausbildungen, die du in der Akademie WeitBlick absolvieren kannst, um deine Coaching-Expertise zu vertiefen und zu erweitern.



### Zeit für Veränderung

Jetzt ist die Zeit für ein bewusstes Erwachen.  
Jetzt ist die Zeit für ein Leben mit allen Potentialen, Gaben und Talenten.

**Ein Leben in Balance von Körper, Geist und Seele.**



### Erster Teil der Ausbildung

## FOUNDATION COACH

### Basiswissen psychosoziale Kompetenzen



# 1

## Grundlagen Coaching/Beratung und Sabat© „Ankommen. Sein. Sich auf den Weg machen“

Im ersten Modul des **Foundation Coach** legst du das Fundament für deine Arbeit als Coach. Du lernst die grundlegenden Prinzipien von Coaching und Beratung kennen, reflektierst deine eigene Rolle und beantwortest die Frage: „Was möchte ich als Coach in die Welt tragen?“

Du beschäftigst dich mit den Zielen und dem Nutzen von Coaching, den zentralen Aufgaben eines Coaches und der Bedeutung von Wertschätzung, Vertraulichkeit und Empathie. Zudem lernst du die Kunst des aktiven Zuhörens, gezielte Fragetechniken und die Grundlagen der Sabat© Philosophie kennen. Ein besonderer Fokus liegt auf der Selbstreflexion: du entdeckst deine persönlichen Werte und Stärken und entwickelst eine klare Vision für deine Coaching-Praxis. Dieses Modul bietet dir eine solide Grundlage für deine persönliche und berufliche Entwicklung.

# 2

## Gesund sein. Ganz sein. Heil sein. ICH SEIN. „Die Sprache meines Körpers verstehen“ Grundlagen der Psychosomatik & Energiearbeit

**Der Körper ist die Sprache der Seele. Diesen tieferen Botschaften nachzuspüren, ist der Kern von diesem Seminar.**

Die Psychosomatik sieht den Menschen in seiner Ganzheit, sie berücksichtigt Körper, Geist und Seele. Diese bilden eine Einheit, die aufeinander wirken und miteinander verbunden sind. Nach C. G. Jung sind Körper, Geist und Seele als Ganzes zu sehen.

Wir machen eine Reise durch unseren Körper zu den einzelnen Organen und entdecken dabei wichtige Botschaften, um zu verstehen, was uns unser Körper mit seinen Symptomen damit sagen möchte. Wir lernen in diesem Seminar u.a. auch die Grundlagen für ein ganzheitliches Verstehen sowie das Konzept der Salutogenese.

In diesem Seminar geht es weiters um Veränderungen von Körper, Geist und Seele zu unterstützen. Die TeilnehmerInnen erfahren die wichtigsten Grundlagen der Energiearbeit und setzen sich mit Medialität auseinander.

Im Vordergrund stehen praktische Übungen, um das Energiefeld von sich selbst und anderen kennenzulernen und Erfahrungen zu sammeln. Es werden unterschiedliche Techniken und Unterstützungsmöglichkeiten geübt.



### 3 Ziele- und Visionsarbeit, Kommunikation „Meine wahre Bestimmung finden“

In diesem Modul des **Foundation Coach** steht die Arbeit mit Zielen und Visionen sowie der Aufbau einer klaren Kommunikation im Fokus. Du lernst, deine Klient:innen vom ersten Anliegen bis zur präzisen Zielformulierung zu begleiten und ihre Selbstwirksamkeit zu stärken. Ein zentraler Bestandteil ist das Verständnis der Phasen des Coaching-Prozesses: von der Auftragsklärung über die Zielsetzung bis zur Umsetzung und Evaluation.

Du lernst Anliegen von tieferliegenden Bedürfnissen zu unterscheiden und inspirierende, klare Ziele zu formulieren. Praktische Techniken wie Skalierungsfragen, Perspektivenwechsel oder die Wunderfrage helfen dir Klient:innen bei der Entwicklung von Visionen zu unterstützen.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf Kommunikation. Du erwirbst grundlegendes Wissen über Modelle wie das Kommunikationsquadrat, das Eisbergmodell oder gewaltfreie Kommunikation und wendet Fragetechniken an, die den Coaching-Prozess bereichern. Dabei steht auch der Aufbau von Vertrauen und die Förderung von Selbstverantwortung und Motivation Eurer Klient:innen im Vordergrund.

Dieses Modul gibt dir die Werkzeuge, um Klarheit, Struktur und Inspiration in die Arbeit mit Klient:innen zu bringen und sie auf ihrem Weg gezielt zu unterstützen.

### 4 Persönlichkeit und Psychosoziale Kompetenzen, Mentales Training „Den Menschen in seiner Ganzheit verstehen“

In diesem Modul des **Foundation Coach** tauchst du in die Themen Persönlichkeit, psychosoziale Kompetenzen und mentales Training ein. Du lernst, Persönlichkeit, Temperament und Charakter zu unterscheiden und deren Bedeutung für die persönliche Entwicklung und den Umgang mit Herausforderungen zu verstehen.

Ein Schwerpunkt liegt auf der Stärkung psychosozialer Kompetenzen. Du erarbeitest Fähigkeiten wie Problemlösestrategien, effektive Kommunikation, Empathie, Achtsamkeit sowie kreatives und kritisches Denken. Gleichzeitig lernst du Techniken zur Stressbewältigung und Emotionsregulation kennen, die dich und deine Klient:innen dabei unterstützen, in belastenden Situationen resilient zu bleiben.

Das mentale Training fokussiert auf Entspannungsmethoden und den Aufbau einer ressourcenorientierten Haltung. Du lernst, wie man Optimismus, Dankbarkeit und innere Stärke fördert, um den Blick auf Stärken statt Defizite zu lenken. Dieses Modul vermittelt dir das Wissen und die Tools, um einerseits deine eigene Persönlichkeit weiterzuentwickeln, und gleichzeitig Klient:innen effektiv bei deren persönlichem Wachstum zu unterstützen.



### 5 Tiefenpsychologie und Archetypenlehre „Die Weisheit der 12 Archetypen im JahresKreis“

In diesem Modul des **Foundation Coach** widmest du dich der Tiefenpsychologie und der Archetypenlehre. Du erlangst grundlegendes Wissen über die Tiefenpsychologie und ihre Bedeutung für das Verstehen menschlichen Verhaltens und Erlebens. Ein besonderer Fokus liegt auf den Konzepten von Carl Gustav Jung, einschließlich der Archetypenlehre, sowie der spezifischen Anwendung der Archetypen nach Sabat©. Du erfährst, wie diese Ansätze im Coaching und für persönliche Entwicklungsprozesse genutzt werden können. Gleichzeitig lernst du, die Grenzen und Möglichkeiten solcher Methoden zu erkennen und verantwortungsvoll damit umzugehen.



**Erweiternde  
Option  
zu dieser Ausbildung**

### **SeminarKreis mit den Archetypen „Öffne den Heiligen Raum in dir“**

monatliche Seminare zu den einzelnen Archetypen

„Archetypen dienen als symbolische Sprache des Universums und sind ein Kompass, der dir hilft, dein Leben zu navigieren, deinen Himmelstern zu finden und deinen Seelenplan zu erfüllen.“

### 6 Selbstwirksamkeit, Selbstliebe, Biografiearbeit „Dem Leben auf der Spur“

In diesem Modul des **Foundation Coach** taucht Ihr in die Themen Selbstwirksamkeit, Selbstliebe und Biografiearbeit ein. Ihr versteht die Bedeutung von Selbstwirksamkeit für persönliches Wachstum und lernt, wie Ihr diese bei Euch selbst und Euren Klient:innen fördern könnt. Dabei steht im Mittelpunkt, das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu stärken und Ressourcen bewusst zu nutzen.

Ein weiterer Schwerpunkt ist die Selbstliebe: Ihr erkennt, wie sie zu innerer Ruhe, Selbstakzeptanz und persönlicher Entwicklung beiträgt. Hindernisse und limitierende Glaubenssätze werden reflektiert, um den Weg zu mehr Selbstakzeptanz zu ebnen.

Mit dem Modell des „inneren Teams“ und der „Heldenreise“ erhaltet Ihr kraftvolle Werkzeuge, um innere Konflikte zu klären und Entwicklungsprozesse zu begleiten. Abgerundet wird das Modul durch die Biografiearbeit, die als Methode zur Selbstreflexion und -entwicklung dient. Ihr lernt, wie Ihr diese gezielt in Coaching- und Beratungsgesprächen einsetzt, um Euren Klient:innen zu mehr Klarheit und Orientierung zu verhelfen.

Dieses Modul stärkt Eure Kompetenz, Menschen auf ihrer Reise zu einem selbstbestimmten und erfüllten Leben zu begleiten.



### 7 Resilienz und Achtsamkeit „Schritte ins Sein“

In diesem Modul des **Foundation Coach** widmest du dich den Schlüsselthemen Resilienz und Achtsamkeit. Du lernst, wie du deine eigenen Bedürfnisse erkennst und ihnen achtsam Aufmerksamkeit schenkst – eine wesentliche Basis für persönliche Stärke und Ausgeglichenheit. Durch Wertearbeit und die Unterscheidung zwischen Wünschen und Bedürfnissen erhältst du wertvolle Impulse für deine Selbstreflexion und Beratungspraxis. Ein besonderer Fokus liegt auf der Aktivierung deiner inneren Kraft: du entdeckst deine persönlichen Ressourcen und erfährst, wie sie gezielt genutzt werden können, um Herausforderungen resilient zu begegnen. Die „Kunst der Achtsamkeit und Meditation“ vermittelt dir Techniken, um innere Ruhe, Stabilität und Stärke zu fördern. Praktiken wie Dankbarkeit und Achtsamkeitsübungen helfen, den Moment bewusster wahrzunehmen und positiv zu gestalten. Du setzt dich zudem mit den „7 Säulen der Resilienz“ auseinander, lernst deren Grundhaltungen kennen und wie du sie in deinen Alltag und in die Begleitung von Klient:innen integrierst. Dieses Modul stärkt deine Fähigkeit, sowohl für dich selbst als auch für andere einen Raum für Stabilität, Ressourcenorientierung und inneres Wachstum zu schaffen.



### 8 Seele, Gehirn und Herz: Neurowissenschaft und Hochsensibilität „Ich fühle was, was du nicht siehst“

In diesem Modul des **Foundation Coach** begibst du dich auf eine faszinierende „Reise durch das Gehirn“ – eine Entdeckungstour, die die Verbindung zwischen Gehirn, Seele, Herz und Verstand beleuchtet. Du erlangst ein fundiertes Verständnis der Funktionsweise des Gehirns, von neurokognitiven Abläufen bis hin zu den faszinierenden Konzepten der Neuroplastizität und Neurorigidität. Themen wie Gehirnfrequenzen, Botenstoffe, das limbische System sowie die Entstehung von Gedanken, Gefühlen und Wahrnehmungen werden anschaulich vermittelt. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der Hochsensibilität: du erfährst, wie sie sich auf Wahrnehmung und Verhalten auswirkt und lernst praktische Techniken, um damit achtsam umzugehen – für dich selbst und in der Arbeit mit Klient:innen. Das Modul integriert zudem Inhalte aus der Sinneslehre nach Rudolf Steiner, der Entwicklungspsychologie und Emotionstheorie sowie pränatalen Entwicklungen und der Bedeutung von Geburt.

Dieses Modul stärkt dein Verständnis für die komplexen Zusammenhänge zwischen Gehirn und Emotionen und zeigt dir, wie du dieses Wissen in Coaching- und Beratungskontexte einbringen kannst – ein wertvoller Beitrag für deine professionelle und persönliche Weiterentwicklung.



### 9 Zwischen-Abschluss und Übergabe der Zertifikate „Foundation Coach“ „Raum für neue Horizonte“

Wir reflektieren gemeinsam das erste Semester. In einem Abschlussritual erhalten die Teilnehmer ihr Zertifikat.



**Mehr als nur eine Ausbildung.**  
Hier verändert sich nachhaltig Wahrnehmen, Erleben,  
Denken und Handeln!



### Zweiter Teil der Ausbildung – die Fachmodule als Upgrade

## PSYCHOSOZIALES NEUROMENTALTRAINING

### Verbindung von Kopf und Herz

# 10

#### Grundlagen der Kinesiologie, Entspannungstechniken & Meditation

- Grundlagen der Kinesiologie
- Muskeltest und Selbsttest
- Philosophie, Elemente- und Meridianlehre
- Kinesiologische Unterstützungsmöglichkeiten, praktische Übungen
- Kennenlernen von verschiedenen Arten von Meditations- und Entspannungstechniken
- Praktische Übungen
- Arten & Ziele von Techniken, physische Effekte und Zustände
- Körperkommunikation & Körperbewusstsein
- Achtsamkeitsübungen
- Atem- und Aktivierungs-/Entspannungsübungen

# 11

#### Eine Reise durch unser Gehirn Verbindung von Herz und Verstand Das geheime Leben der Seele

Wie funktioniert unser Gehirn? Was steckt tatsächlich hinter diesen Worten Verstand und Herz? Wie reagiert unser Gehirn und welchen Anforderungen muss es gerecht werden? Welche Strategien hat unser Kopf und unsere Seele erfunden?

Wir machen in diesem Seminar eine Reise durch unser Gehirn und entdecken so die verschiedenen Abläufe und Funktionen von diesem geheimnisvollen Organ. Ebenso machen wir eine Reise durch die verschiedenen Lebenswelten wie Geburt, Erziehung, Ausbildung, Epigenetik bis hin zur aktuellen Lebenswelt. Dabei versuchen wir verschiedene Muster, Glaubenssätze, die uns weitergegeben und tlw. konditioniert worden sind, zu verstehen, um das Jetzt bewusst zu verändern und zu gestalten. Systemische Aufstellungsarbeit steht hier im Mittelpunkt, um Blockaden zu erkennen und zu lösen.





# 12

## Seelenzentriertes Coaching Spirituelle Entwicklung, Persönlichkeitsentfaltung Ganz ICH sein.



Du lernst in diesem Modul, dein inneres Selbst zu entdecken und wie du durch deine Intuition erfüllt deine Ziele manifestierst. Du erfährst, wie Seelenzentriertes Coaching stattfinden kann. Ebenso begegnest du Tools und systemischen Methoden wie du mit den Himmels- und Erdkräften arbeiten und wirken kannst. Die Arbeit mit dem Medizinrad ist ein Teil dieses Seminars. Eine tiefgehende Seelenreise sowie praktische Übungen aus der transpersonalen Psychologie bilden ein weiteres Herzstück in diesem Modul.

### Was profitierst du?

**Starke Intuition:** du verbindest dich mit deiner inneren Stimme um so geführt die weiteren Schritte in deinem Leben klar, selbstbestimmt und voller Vertrauen zu gehen.

**Starkes Urvertrauen:** integriere bis in den Kern starkes Urvertrauen ins Leben, sodass du all deine Herausforderungen meisterst und voller Zuversicht dein Leben lebst.

**Energetische Tools:** nutze Werkzeuge die speziell für hochsensible Menschen tiefe persönliche und spirituelle Transformation ermöglichen. Sie reduzieren Stress und verbinden Kopf und Herz.

**Ziel:** du nutzt deine starke Anbindung zu deiner Intuition, zu deinem Selbst, löst Blockaden, integrierst tief bis in jede Zelle starkes Urvertrauen und nutzt dadurch deine Hochsensibilität als spirituelle Ressource. Du entdeckst deine Seelenessenz, dein wahres Selbst und entfaltest so dein inneres Wesen pur und ganz. Du bist in Verbindung mit dem Universellen in deinem Herzen.

# 13

## Psychosoziale Kompetenzen, Lern- und Mentalcoaching

Psychosoziale Kompetenzen sind entscheidend für die persönliche und berufliche Entwicklung. Sie umfassen Fähigkeiten wie Empathie, Kommunikationsfähigkeit, Teamarbeit und Konfliktlösung. Diese Kompetenzen helfen im Umgang mit anderen sowie der Selbstreflexion und Stressbewältigung.

Im Bereich Lerncoaching geht es darum, individuelle Lernstrategien zu entwickeln, die auf die Bedürfnisse und Stärken der Lernenden abgestimmt sind. Hierbei spielen Motivation und Selbstorganisation eine große Rolle. Mentalcoaching hingegen fokussiert sich auf die mentale Stärke und Resilienz, um Herausforderungen zu meistern und Ziele zu erreichen.





# 14 Grundlagen der Energiearbeit, medialen Medizin & Farbpsychologie

In diesem Seminar erhalten Sie praktisches und theoretisches Wissen, um positive Veränderungen von Körper, Geist und Seele zu unterstützen.

Die TeilnehmerInnen erfahren die wichtigsten Grundlagen der Energiearbeit und setzen sich mit Medialität auseinander.

Im Vordergrund stehen praktische Übungen, um die eigene Aura und das Energiefeld von anderen kennenzulernen und Erfahrungen zu sammeln. Es werden unterschiedliche Unterstützungsmöglichkeiten geübt, wobei ein Schwerpunkt auf die Farbpsychologie und deren therapeutische Einsatzmöglichkeiten gelegt wird.

# 15 Grundlagen Naturheilkunde, Pflanzenkunde

- Altes und neues Pflanzenwissen entdecken
- Die heilsame Wirkung der Pflanzen auf Körper, Geist und Seele kennenlernen und erfahren
- Die Bindung zur Natur stärken
- Heimische Kräuter im Jahreskreis
- Eintauchen in die Welt der Pflanzenwesen
- Verarbeitung von Heilkräutern
- Ansetzen von Tinkturen und Essenzen
- Rituale mit Kräutern



# 16 Psychologie der Chakren Die Heilige Geometrie

- die Chakra Lehre
- die Psychologie der Chakren, Farbenlehre
- Schöpfungsmuster des Lebens und der Fülle entdecken und anwenden
- Kennenlernen von alchemistischen Symbolen und ihrer Heilkraft
- Die heilige Geometrie in der Natur, Kennenlernen von Pflanzensignaturen, Aromakunde
- Farbpsychologie, Aura Soma, Wirkungsbereiche von Farben
- Arbeit mit Heilsteinen, Basiswissen von Bedeutung und Wirkung von Heilsteinen





# 17

## Faszination Vagusnerv Die Heilende Kraft in uns

Der sogenannte „Entspannungsnerv“ spielt eine essenzielle Rolle bei der Regulation von Stress, allgemeinem Wohlbefinden und Heilungsprozessen. Dieses Seminar bietet die Möglichkeit, die Funktionsweise des Vagus Nervs zu verstehen und zu lernen, wie seine Aktivität bewusst gesteuert werden kann. Dadurch kann sich nicht nur die eigene Balance verbessern, auch Patient:innen profitieren von der beruhigenden Präsenz.

Den Vagusnerv verstehen und auf natürliche Weise stärken – das ist der Inhalt dieses Seminartages.

Der Vagusnerv ist der Schlüsselnerv für die Balance von Körper, Geist und Seele. Ruhelosigkeit und Stress verursachen bei vielen Menschen anhaltende körperliche und seelische Beschwerden.

Migräne, Tinnitus, Verdauungsbeschwerden, Schmerzen, Ängste und Depressionen, innere Unruhe oder Burnout haben fast immer eine seelische Komponente, die mit dem Vagusnerv reguliert werden können.

Wie wichtig der Vagusnerv tatsächlich ist, dazu lädt dieser Seminartag ein. Wir lernen an diesem Tag ebenso verschiedene Krankheitsbilder kennen, die über den Vagusnerv mit Selbstheilungskräften unterstützt werden können.

# 18

## Verborgene Welten Einblicke in Psychiatrie und Psychologie



In diesem Seminar lernen wir die verschiedenen Erscheinungsbilder von Psychosen und Neurosen kennen. Wir beschäftigen uns mit den verschiedenen Persönlichkeitstheorien und der ganzheitlichen Temperamentenlehre.

Ebenso erfahren wir, was unsere Psyche formt, wie sie arbeitet und was sie krank macht.

Weiters lernen wir in diesem Seminar die grundlegenden

Ziel ist es, ein umfassendes Verständnis für die psychische Gesundheit, psychische Erkrankungen und die verschiedenen therapeutischen Ansätze zu entwickeln.

Das Seminar bietet eine fundierte Grundlage für das Verständnis der Psychiatrie und Psychologie. Die Teilnehmer werden in der Lage sein, die verschiedenen Aspekte der psychischen Gesundheit zu erkennen und die Bedeutung einer integrativen Herangehensweise an psychische Erkrankungen erkennen.



# 19 Basiswissen Kybalion – über die Kosmische Ordnung Die hermetische Lehre der sieben Lebensprinzipien

Wir lernen die sieben Lebensprinzipien sowohl theoretisch als auch praktisch kennen. Die Welle ist das Meer – das Zusammenwirken der universellen Kräfte und Lebensprinzipien für sich persönlich und beruflich anhand von zahlreichen Übungen entdecken.

### Erfahrungen im ätherischen Raum. Verbindung mit dem Herzensraum. Kreatives Schaffen.

So wie es die physikalischen Gesetze gibt (zum Beispiel das Gesetz der Schwerkraft), genauso gibt es auch Gesetze, die uns mental und emotional beeinflussen und einen Effekt auf unser Leben haben: die sieben geistigen Gesetze des Universums.

Diese Gesetze werden auch die hermetischen oder feinstofflichen Gesetze genannt. Es sind die Gesetzmäßigkeiten, nach denen das Universum funktioniert und da wir ein Teil des Universums sind, funktionieren diese Gesetze auch für uns. Ob wir wollen oder nicht! Sie sind wie ein innerer geistiger Führer, der dir dabei helfen wird, wieder in deine Mitte zu finden und dir darüber bewusst zu sein, dass es immer und zu jeder Zeit eine göttliche Kraft gibt, die dich leitet und die du selber in dir trägst.

Es ist die universelle Kraft, die hinter allem wirkt und die universelle Ordnung bewahrt. Wir können nichts an diesen Gesetzen verändern oder sie außer Kraft setzen. Die Frage ist daher nur, inwieweit wir uns darüber bewusst sind, dass sie existieren und inwieweit wir im Einklang mit diesen Gesetzen unser Leben gestalten.

In diesem Seminar spüren wir dieser kosmischen Ordnung nach und erfahren tiefe Begegnungen mit dem Universum in uns.

Wenn wir die kosmische Ordnung verstehen, so kann sie uns über uns selbst und das Leben vieles sagen. Sie spricht zu dir durch die Schöpfung, die Elemente, die Himmelsrichtungen, die Jahreszeiten und deren Qualitäten. Sie unterrichtet dich durch ihre Rhythmen des Tages und ebenso der Nacht, die Polaritäten von erblühen und absterben, von oben wie unten.

In diesem Seminar spüren wir all dem nach und erfahren tiefe Begegnung mit dem Kosmos und dem Universum in dir.

„Zwischen die Sterne legst du dein Verweilen,  
die Tiefe zu finden.  
Zwischen die Bäume legst du dein Atmen,  
Erde und Himmel zu spüren.  
Zwischen die Wörter legst du deine Ruhe,  
Unsagbares zu formen.  
Zwischen deine Hingabe legst du deinen Augenblick,  
deine Tiefe zu schauen.  
In deine Liebe legst du deine Seele, um ewig zu sein.“

Anja Cölestine Dreier





# 20 Meridianlehre und Basiswissen der TCM

Die Teilnehmer lernen:

- Elemente der TCM, Wandlungsphasen, Zyklen
- Lehre von Yin & Yang
- Schwerpunkt: Meridiane und deren Verlauf, spez. „Einlasspunkte“
- Zuordnungen & Zusammenhänge
- Symptome



Als Meridiane werden die Energiebahnen unseres Körpers bezeichnet. Sie verlaufen paarweise am Körper, sind untereinander verbunden und bilden einen Kreislauf. Jeder Meridian ist Yin oder Yang zugeordnet. Jede Yin-Leitbahn ist im energetischen Zyklus unmittelbar an eine Yang-Leitbahn gekoppelt. Dieses Leitbahnen-Paar ist wiederum einem Element zugeordnet.

# 21 Brain Talk – die Kommunikation des Gehirns Wie wir das Gehirn nutzen, um uns selbst und andere besser zu verstehen

An diesem Seminartag befassen wir uns mit der Kommunikation zwischen Gehirn und Körper, den neurologischen Grundlagen von Sprache und Kommunikation sowie der gewaltfreien Kommunikation.

Das Seminar bietet den TeilnehmerInnen ein umfassendes Verständnis für die komplexen Prozesse der Kommunikation im Gehirn und deren Auswirkungen auf das tägliche Leben. Ziel ist es, die TeilnehmerInnen zu befähigen, ihre Kommunikationsfähigkeiten zu verbessern und ein tieferes Verständnis für die neurologischen Grundlagen von Sprache und Interaktion zu entwickeln.

**Inhalte des Seminars:**

- Sie werden ein Grundverständnis über die Haltung und die Methode der Gewaltfreien Kommunikation entwickeln.
- Sie werden eine größere Klarheit darüber haben, worum es bei Konflikten geht.
- Sie werden besser verstehen, was Ihnen und anderen wirklich wichtig ist.
- Es gelingt Ihnen, auch in emotional herausfordernden Situationen leichter eine Haltung von Wertschätzung zu bewahren.



Aus Güte im Herzen entsteht Schönheit im Wesen.  
Aus Schönheit im Wesen entsteht Harmonie im Heim.  
Aus Harmonie im Heim entsteht Ordnung im Land.  
Aus Ordnung im Land entsteht Frieden auf Erden.

Laotse



# 22 „Das Unlichte ist der Ursprung des Lichtens.“ Von Kränkungen, Enttäuschungen & mehr

Dieses Zitat im Sinne von Johann Wolfgang von Goethe ist der Einstieg in diesen Seminartag. Wir reflektieren die komplexe Beziehung zwischen Unlichtem und Lichtem ebenso wie die Mystik und Ethik zu diesem psychologisch tiefgehenden Thema.

Das Unlichte ist in uns Allen, so wie das Lichte. Es ist das Schattengesicht des Guten und die zweite Handlungsebene unseres Bewusstseins. Der Ursprung des Unlichtens ist die Quelle für Wandlung und Neubeginn. Das Unlichte bleibt als Schutz und Wahrnehmungskanal von unserem Denken, während das Licht seinen beständigen Platz einnimmt. Das Licht nimmt seinen beständigen Platz ein.

Aus diesem Unlichten entstehen oftmals tiefgehende Kränkungen, Enttäuschungen, seelische Belastungen und schlussendlich sucht sich unsere Seele oft symptomatische Krankheitsbilder, um all diese Traumata verarbeiten zu können.

Was sich ändern sollte, ist unsere Haltung. Bisher spalten wir das Unlichte und Dunkle ab und schließen es aus. Diese Strategie führt zu Starre, Aggression oder Flucht. Diese verdrängten Inhalte werden übermächtig und entziehen sich jeglicher Kontrolle. Sie verselbständigen sich und beherrschen uns. Um aus diesem Dilemma zu kommen, bleibt uns nur ein Weg: sich diesem Unlichten zu stellen und ihm einen Platz für Veränderung zu geben – mit Würde, Respekt und Wertschätzung.

Meinem inneren Verständnis nach besteht das Universum ausschließlich aus Liebe, die, in Hingabe an sich selbst, ständig Neues kreiert.

Es gibt Nichts und Niemanden, das oder der nicht aus dieser Liebe geboren ist. Das Unlichte hat diese Tatsache vergessen. Mein Anliegen in diesem Seminar ist es, das sogenannte Dunkle und Unlichte an seine Herkunft zu erinnern und damit integrierbar zu machen – für jeden Einzelnen von uns und für die Gemeinschaft der Menschen.

Unter dem Segen der Liebe werden wir dem Unlichten in uns begegnen und versuchen, es in Verbindung mit unserem tiefsten Wissens, das in unserem Wesensgrund ruht, zu verstehen und anzunehmen, damit bleibende Verwandlung geschehen kann.

Verschiedene Techniken aus der systemischen Sichtweise, systemische Aufstellungsarbeit sowie die Grundlagen der Archetypen stellen das Herzstück in diesem Seminar dar.

Wir erkennen an diesem Seminartag die komplexen Zusammenhänge zwischen Gehirn, Herz und Verstand, und nutzen die Wechselwirkung zwischen kognitiven Prozessen, emotionalen Erfahrungen und intuitiven Einsichten.





# 23 Das Unbekannte & Fremde im Lichte des eigenen Schattens Von den Ursprüngen der Archetypen in uns

In diesem Seminar widmen wir uns vertiefend den Archetypen in uns. Wir geben allen Anteilen einen Raum und kommen so in die Ganzheit mit uns selbst. C. G. Jung spricht von Sonnen- und Schattenseiten des Menschen. Die Möglichkeit beides zu verbinden, lässt das Empfinden von Unbekanntem entstehen. An diesem Seminartag begegnen wir beidem und geben allen Anteilen einen wundersamen Platz in unserer Lebens- und Geisteswelt. Wir erfahren dabei, wie liebevoll und liebend, stärkend und klärend dieses Unbekannte doch sein kann.

Wir öffnen uns dem Fremden und finden es in uns selbst.

Die Auseinandersetzung mit dem, was uns fremd, dunkel und bedrohlich erscheint, ist eine Abenteuerreise zur eigenen Ganzheit. Wieviel (Un)bekanntes verträgt ein Mensch?

Das Fremde oder Unbekannte ist ein uns bisher verschlossenes Erfahrungsfeld. Die Angst davor, dieses Feld zu öffnen, ist in unserer Kultur zu einer negativen Haltung geworden.

In diesem Seminar begleite ich die TeilnehmerInnen behutsam bei einer Abenteuerreise, die uns, wenn wir es zulassen, einen Reichtum an Erfahrungen schenkt. Wir sind eingeladen diesen Reichtum in uns selbst zuzulassen. Wir lernen Neues und es ist an uns, dieses Neue in unser Leben aufzunehmen und ihm einen würdevollen Platz zu geben.

Die Angst vor dem Fremden darf gehen. Freude und Dankbarkeit sind das Geschenk. Unser Horizont und unser Herz sind weiter, das Unbekannte ist ein Teil von uns geworden

Mit systemischen Sichtweisen, der analytischen Psychologie sowie einer integralen Haltung versuchen wir die Komplexität von Systemen zu verstehen, sie zu analysieren und dabei unsere eigenen Biografien als wertvollen Schatz in das Jetzt zu integrieren.

Weiters erhalten wir wertvolle Tools, wie diese Erkenntnisse im praktischen Alltag effizient und nachhaltig eingesetzt werden können.



Wer zugleich seinen Schatten und  
sein Licht wahrnimmt,  
sieht sich von zwei Seiten,  
und damit kommt er in die Mitte."

C.G. Jung



# 24

## Abschlussseminar Präsentation der Abschlussarbeiten und Reflexionen

- Vorstellung der einzelnen Arbeiten
- Abschlussritual für deinen Herzensweg
- Übergabe der Diplome

„Sichtbar werden lassen,  
was in mir lebendig sein möchte.

Atmen.

Erwachen.

Auftauchen aus der Tiefe  
meines Seins

um zu sein,  
die ich bin.“





## Psychosoziales Neuromentaltraining

Schau mit neuen Augen.  
Lebe im Wandel ohne stehen zu bleiben.  
Öffne dich für ein neues Bewusstsein.  
Entzünde dein inneres Licht.  
Entdecke die Weisheit der großen Lehren.  
Verweile in der Gegenwart.  
Finde eine andere Perspektive.  
Höre auf dein Herz.  
Lebe die Weisheit,  
die in der Stille deines  
Herzens geboren wird.



Spürst du, dass es Zeit ist neue Wege zu gehen?  
Willst du dich persönlich weiterentwickeln und verändern?  
Möchtest du Mitmenschen in Zeiten wie diesen, hilfreich sein?  
Möchtest du einen Beruf leben, der sich nicht nach Arbeit anfühlt?  
Dürfen wir dich dafür unterstützen und begleiten?

**Unser Diplomlehrgang Psychosoziales Neuromentaltraining, verbunden mit Neurowissenschaft, Psychologie und integrativen Theorien ist eine nachhaltige und einzigartige persönliche und berufliche Qualifikation und bietet einen unentbehrlichen Selbsterfahrungsprozess.**

**Wir gehen hier sowohl in die Vielfalt der Übungspraktiken als auch in die Tiefe der Erfahrungsmöglichkeiten.**

Am Ende des Lehrgangs wirst du mehr für dich entdeckt und getan haben, als es zu Beginn dieser Reise von innen nach außen den Anschein hat. Wir gewährleisten und stehen für eine Ausbildung von Herz-zu-Herz sowie für die Qualifikation für einen ganzheitlich heilsamen Beruf, mit dem du dich persönlich und beruflich entfaltetst.





## *40 Ausbildungstage*

Startseminar

9 Fachmodule  
Foundation Coach

14 Fachmodule  
Psychosoziales  
Neuromentaltraining

Abschluss &  
Diplomübergabe



## *588 Lehreinheiten*

### *In Präsenzunterricht*

### *Von Mensch zu Mensch*

2 Semester

Davon

Das erste Semester mit 9 Modulen  
Foundation Coach



Das zweite Semester mit 14 Modulen  
**Psychosoziales Neuromentaltraining**

**Einzigartige Leistungen inkludiert**

Aufstellungsarbeit

Gruppenselbsterfahrung

Einzelsselbsterfahrung

Skripten zu jedem Seminar

Begleitete Diplomarbeit

**Über 20 Jahre Kompetenz  
der LehrerInnen und DozentInnen**



## *Das Lehrerteam*

Sie sind Experten in ihrem Bereich.  
Ihr Unterrichtsstil ist entspannt, individuell an die  
Bedürfnisse der TeilnehmerInnen angepasst  
und praxisorientiert. Umfangreiches Wissen  
geben sie mit Begeisterung und  
Authentizität weiter.



## Dem Einzigartigen Raum zur Entfaltung

### Mehr als nur eine Ausbildung.

Hier verändert sich nachhaltig Wahrnehmen, Erleben, Denken und Handeln!

#### Das erwartet Sie...

- ✓ Ein Lehrgang, der die Tiefe des Lebens und wissenschaftliche Ansätze verbinden.
- ✓ Übungen aus der Praxis, Selbstreflexion, Selbsterfahrung und praxisbezogene Didaktik.
- ✓ Lernen und begegnen Sie neuen Sichtweisen, unentdeckten Perspektiven & klaren Horizonten für Ihre Lebensgestaltung oder Ihre berufliche Tätigkeit.
- ✓ Optimales Preis-Leistungsverhältnis. Familiäre Gruppen und einladende Räumlichkeiten im Bildungsraum Entfaltung, einer Villa mit stilvollem Ambiente und Charme.
- ✓ Dozententeam mit Expertenwissen und echter Erfahrungsweisheit.
- ✓ Unsere Bildungsangebote qualifizieren auf ganzheitliche Weise. Die Orientierung an modernen Leitlinien und menschlichen Werten bilden die Grundlage unserer Lehrgänge.

Wir vermitteln mehr als nur zeitaktuelles Wissen – es ist eine Einladung zu Tiefe und Nachhaltigkeit.

Beruflich ebenso wie persönlich. Es ist eine innere und äußere Reise.

#### Wandlungsprozesse

Das zeichnet uns aus und macht uns einzigartig. Wir begegnen unseren TeilnehmerInnen in all Ihren Bedürfnissen und setzen diese nach besten Möglichkeiten solide um.

So entsteht ein **individueller Bildungsweg**, der sich ganz nach Ihren Wünschen und Vorstellungen orientiert und eine **Ausbildung nach Maß** garantiert.

#### Methodenvielfalt

Unsere Lehrgänge bieten eine ausgewogene **Kombination und Methodenvielfalt aus Wissenschaft, fachlicher Kompetenz und langjährigem Praxiswissen**. Wir arbeiten praxisnah und individuell – angepasst an den Zeitgeist der Wissenschaft und die Bedürfnisse der TeilnehmerInnen.

#### PotentialEntfaltung

**Gestalten Sie mit uns Ihre Zukunft neu. Wir freuen uns auf den gemeinsamen Weg!**





## Psychosoziales Neuromentaltraining.

### Das Besondere an diesem Lehrgang – SABAT©

Wir beschäftigen uns mit Fragen, deren Antworten wir in der Tiefe finden...

Möchten Sie eine **Reise durch das Gehirn** machen und dabei erkennen, wie unser Gehirn wirklich funktioniert?

Was sind Gedanken und was passiert beim **Denken** im Körper?

Wie entsteht **Stress** und welche **Stressbewältigungsstrategien** gibt es?

Bei uns erfahren Sie die **Antworten** und viele **Umsetzungsideen**, wie **Veränderung**

### Zielgruppe

- Menschen, die ihre berufliche Tätigkeit und ihr fachliches Wissen erweitern und verändern sowie neuen beruflichen Chancen begegnen möchten.
- Menschen, die mehr über sich selbst erfahren möchten.
- Menschen, die anderen Menschen mit einem weiten Blick, einem klaren Geist und einem erfüllten Herzen begegnen möchten.
- Menschen, die in den unterschiedlichsten Arbeitsfeldern wie z. B. Pädagogik, Therapie, Beratung, Sozialwesen, Medizin usw. neue Sichtweisen und nachhaltige Strategien einbringen möchten.
- Menschen, die mit einem freien Gewerbe haupt- oder nebenberuflich tätig sein möchten.

*SABAT©*

*S* im Sinne von systemischer Sichtweise

*A* im Sinne von Arbeit als innere Stille und

GewahrSein

*B* im Sinne vom inneren Bilderreich

*A* im Sinne von Autopoiesis, die Stille hinter der

Stille

*T* im Sinne der Tiefenpsychologie

### Qualifikation, Aufbau, Abschluss

Begonnen wird mit dem Foundationcoach als Basis für psychosoziale Kompetenzen, die die Grundvoraussetzungen für den Lehrgang Psychosoziales Neuromentaltraining darstellen.

Das erste Semester schließt mit dem **Zertifikat „Foundation Coach“** ab.

Im zweiten Semester finden die Spezialisierungsseminare statt. Sie schreiben für den Abschluss eine Diplomarbeit im Umfang von 20 Seiten.

Nach dem zweiten Semester erhalten die TeilnehmerInnen das **Diplom „Psychosoziales Neuromentaltraining“**.



### Wie funktioniert Mentaltraining?

Mentales Training ist – wie dargestellt, eine geistige Disziplin – daher ist es auch notwendig, sich mit menschlichen Handlungen und Motiven zu befassen.

Wir sind ständig am Denken. Unsere Gedanken kreisen um die Zukunft und um die Vergangenheit. Wir denken, was uns Schönes oder Schlimmes widerfahren könnte. Ständig sind wir in einer Gedankenschleife gefangen. Beim Mentaltraining geht es darum, diese ständigen Gedankenschleifen und Muster für sich zu nutzen, um bestimmte Ziele zu erreichen.

Die zentralen Elemente des Mentaltrainings sind: **Gedankenbeobachtung**, **Gedankenkontrolle** und die **aktive Gestaltung der Gedanken**.



### Was bedeutet mentale Stärke?

- Menschen, die **mental stark** sind, sehen **schwierige Situationen** in ihrem Leben nicht als Schicksal, sondern als **Chance**, sich weiterzuentwickeln.
- **Mentale Stärke** bedeutet, sich **nicht aus der Bahn werfen zu lassen**, wenn das Leben nicht so läuft, wie wir es gerne hätten – und das tut es ganz oft nicht. Mental starke Menschen fragen sich dann nicht, warum, wieso und weshalb das schon wieder passiert ist, sondern Sie machen aus jeder Situation das Beste, das was möglich ist.
- **Mental stark** zu sein bedeutet **positiv** zu denken und auf die guten Dinge zu schauen, was aber auf keinem Fall gleichzusetzen ist, alles durch eine rosarote Brille zu sehen.
- **Mental stark** zu sein, bedeutet sich seinen eigenen **Stärken bewusst** zu werden und darauf zu vertrauen, was man kann. Es bedeutet, seinen **Fähigkeiten** zu vertrauen und im **richtigen Moment**, das **abrufen** zu können, was man **vorbereitet** und **trainiert** hat, beispielsweise in Prüfungssituationen, bei wichtigen Verhandlungen, bei Präsentationen.
- **Mental stark** zu sein, bedeutet auch, mit allem was **von außen** auf uns einwirkt, **besser umgehen zu lernen** und sich nicht vom eigenen Weg abbringen zu lassen. Situationen und Dinge im Leben, die nicht aus eigener Kraft geändert werden können, anzunehmen und die Bewertung dazu zu verändern.



### Wo wird Mentaltraining eingesetzt?

Es gibt viele erfolgreiche Menschen, die die Kraft ihrer Gedanken kennen und diese zielgerichtet einsetzen. Weitaus mehr Menschen überlassen ihren Lebensweg noch immer dem Zufall und haben das Gefühl, ihren Gedanken einfach ausgesetzt zu sein.

Die Erfahrungen zeigen, dass der Einsatz von Mentaltraining in der **Persönlichkeitsentwicklung** zu **nachhaltigen Veränderungen** führt.

### Beispiele für Einsatzbereiche

Das Einsatzpotential ist aber noch lange nicht ausgeschöpft. Mentales Training ist sehr vielseitig einsetzbar und wird auch in der **Rehabilitation nach Sportverletzungen** und in vielen **medizinischen Programmen** integriert. Studien belegen die Vorteile des Mentaltrainings bei verschiedenen Erkrankungen.

- **Persönlichkeitsentwicklung** (Selbstbewusstsein, Selbstvertrauen, Selbstwertgefühl, persönliches Wachstum, Selbstmanagement, Selbstwirksamkeit, Selbstbestimmung, Entspannung, geistige Leistungsfähigkeit)
- **Lebensstil-Änderung**: Gewichtsreduktion, Nichtraucher werden, mehr Bewegung und Fitness
- **Ängste** – Prüfungsangst, Angst vorm Zahnarzt, vorm Fliegen, vor Spritzen, vor Gewittern
- **Schule und Lernstrategien** (Prüfungssituationen, Konzentrationsfähigkeit)
- **Sport** (Potential und Leistungsmaximum zu einem bestimmten Zeitpunkt bzw. unter Drucksituationen abrufen zu können, Mentaltraining zur Vorbereitung und während Wettkämpfen, nach Wettkampfniederlagen, Entspannung, nach Sportverletzungen, Visualisierung von Zielen)
- **Unternehmen** (um den hohen Leistungsanforderungen gerecht zu werden, Persönlichkeitsentwicklung als Voraussetzung für Führungsaufgaben, ruhig und gelassen in Konfliktsituationen zu reagieren)
- **Reha** (nach einem Schlaganfall zeigen Studien eine klinische Wirksamkeit des Mentaltrainings mit Bewegungsvorstellung, nach Unfällen mit Schädel- Hirn-Traumata, Gedächtnisstörungen, bei chronischen Schmerzen, nach Sportverletzungen, bei allen Erkrankungen, die eine Lebensstil-Änderung nach sich ziehen sollen)
- **Betriebliche Gesundheitsförderung** (Kommunikation – Macht der Sprache, Umgang in Konfliktsituationen, lösungsorientiertes Denken, Entspannung und Balance, Stressmanagement)
- u.v.a.m.





## Wirkungen von Mentaltraining

Die Wirkungen von Mentalem Training sind sehr vielfältig und haben große Auswirkungen auf das ganze Leben. Mentaltraining wird eingesetzt, um ...

- **geistige Fähigkeiten** gezielt nutzen zu können.
- die eigene **Konzentrationsfähigkeit, strukturiertes Denken, positives Denken** zu fordern und zu fördern.
- **Selbststeuerungs-Kompetenzen und Selbstwirksamkeit** zu erlernen, um (herausfordernde) Ziele schneller und leichter zu verwirklichen.
- das **Selbstbewusstsein**, das **Selbstvertrauen**, die **Selbstsicherheit** zu fördern.
- **unbewusste Bedürfnisse** und Ziele in Einklang zu bringen.
- Klarheit über die eigenen **Werte** zu bekommen, die wie Wegweiser im Leben wirken.
- sich seiner **Stärken** bewusst zu werden.
- **Leistungen** zu steigern.
- **Bewegungsabläufe** durch Visualisieren zu erlernen.
- unter Zeit- und Problemdruck **erfolgreiche Handlungsmöglichkeiten** zu stabilisieren.
- eigene **Bewältigungsstrategien** unter Berücksichtigung der eigenen Möglichkeiten zu gestalten.
- einschränkende Denk- und Handlungsmuster zu verändern und **Handlungsmöglichkeiten zu optimieren**.
- **Stress abzubauen**, wodurch Anspannungen vermindert werden und Erholung schneller passiert.
- **Gelassenheit** zu fördern, die **Motivation** zu steigern.
- die **Auflösung von Blockaden** zu beschleunigen.
- **Lernschwierigkeiten, Lernblockaden** abzubauen.
- **Lampenfieber, Ängste** abzubauen.
- **Klarheit** über das eigene Verhalten und das WAS und WIE des Handelns zu erklären.
- die **Veränderung unerwünschten Verhaltens** zu unterstützen: Rauchen stoppen und Gewicht reduzieren.



*"Veränderung geschieht, weil Gedanken, die betrachtet werden, sich anders verhalten als*

*Gedanken, die unbetrachtet bleiben." David Bohm*



### Die Vielfalt an Methoden erfahren, und dabei neue Impulse für die persönliche und berufliche Entfaltung entdecken

Das Besondere und Einzigartige an dieser Aus- und Weiterbildung ist die Verbindung von Tradition und zeitnaher Wissenschaft.

*Ganzheitlichkeit*

*Ganz Sein*

#### Der **Diplomehrgang Psychosoziales Neuromentaltraining**

ist facettenreich aufgebaut, da neben klassischen Lerneinheiten z. B. mit Impulsgesprächen, Workshops, praktischen Umsetzungsmöglichkeiten, Fallbesprechungen, selbstorganisiertem Lernen und genügend Zeit und Raum für Reflexion und Selbsterfahrung gearbeitet wird.

Durch den eigenen Entwicklungsprozess ist es ein tiefer Verinnerlichungsprozess, verbunden mit theoretischem Lernen. Die Aus- und Weiterbildung besteht neben Theorie aus vielen praktischen Erfahrungen mit schnell umsetzbaren Tools und Methoden.

Wir arbeiten auf der Grundlage der klientenzentrierten Gesprächsführung mit systemischem Hintergrund. Die Richtung unseres Tuns orientiert sich am lösungsorientierten Ansatz der Tiefenpsychologie nach C. G. Jung.

**Wir arbeiten nachhaltig an neuen Bildungswegen und zeitnahen Berufsbildern mit den vorhandenen Ressourcen.**

Ein weiterer wichtiger Bestandteil ist die Arbeit mit inneren und äußeren Bildern durch Visualisierungen, Arbeit mit verschiedensten kreativen Ausdrucksweisen und Möglichkeiten. Den Ursprung dieser methodischen Sichtweise finden wir im katathymen Bilderleben.

Meditation und Achtsamkeitslehre geben der Ausbildung den ruhenden Pol.

Aufstellungsarbeiten begleiten uns achtsam und wertschätzend während der gesamten Ausbildung und laden uns neben dem Erlernen von fachlichen Kompetenzen gleichzeitig ein, uns selbst in der Tiefe unseres Seins zu begegnen.

Wir machen eine Reise durch das Gehirn und lernen die Komplexität und Struktur von diesem bedeutsamen Organ kennen. Wir erfahren, wie Lernen nachhaltig umgesetzt werden kann und entdecken die verschiedenen Lerntypen.

Kinesiologie bildet einen weiteren bedeutsamen Bestandteil des Lehrgangs.



Im Mittelpunkt dieses Lehrgangs steht die kognitive Neurowissenschaft sowie die analytische Tiefenpsychologie nach C. G. Jung. Wir orientieren uns dabei an unserem Ich und unserem Selbst. Die autopoetische Aufstellungsarbeit führt uns achtsam durch diese kostbaren und erkenntnisreichen Selbsterfahrungsprozesse.

Die TeilnehmerInnen lernen erweiternd verschiedene Coaching Methoden und Kommunikationsmodelle kennen. Grundlagen von Kriseninterventionen und der ganzheitlichen Psychosomatik nehmen erweiternd einen prägenden Stellenwert ein.

Durch das Erlernen der verschiedensten Techniken haben wir einfache und sehr wirkungsvolle Werkzeuge zur Hand, mit denen wir auf allen Ebenen bei uns und für andere wirken können.

Die eigene *Wahrnehmung* wird intensiv geschult und die Verbindung mit wissenschaftstheoretischen Gebieten gefestigt.

„Zu schenken, was wir nicht besitzen,  
zu beheimaten, was nie aufhört zu  
reisen,  
zu sehen, was sich verborgen zeigt,  
das ist Leben.

Die Blüte zu rufen, inmitten der Wüste,  
die Stille zu atmen, im tosenden Lärm,  
die Zeit anzuhalten, die gehen will,  
das ist Leben.

Leben ist Bewegung. Leben ist  
Veränderung.  
Leben ist Verwandlung. Leben ist  
Geheimnis.“

*Potentiaentfaltung*



## Mögliche BildungsWege in der Akademie WeitBlick

Unsere Lehrgänge sind wie ein Mosaik aufgebaut. Du wählst *Deinen* Diplomalengang und hast die Möglichkeit verschiedene Abschlüsse und Diplome zu erreichen. Ganz nach deinen Bedürfnissen und Möglichkeiten. Eine Akademie, einzigartig und wertvoll wie DU. Ein Studienort, der zu einer Reise von Innen nach Außen einlädt. *DU* wählst deinen eigenen, maßgeschneiderten Bildungsweg. *Wir* begleiten dich dabei.

Alle Seminare können in unseren Lehrgängen auch einzeln nach Absprache gebucht werden.

Gerne beraten wir dich persönlich.

### Basislehrgang „Foundation Coach“

Dauer: 1 Semester

Holistic Business  
Coach oder  
Holistic Life Coach  
Dauer: 1 Semester

Gesundheitscoach für  
Naturheilkunde  
Dauer: 1 Semester

Systemische  
herzbasierende  
Pädagogik  
Dauer: 1 Semester

Systemischer  
Kreativitätstherapeut  
Dauer: 3 Semester

Psychosoziales  
Neuromentaltraining  
Dauer: 1 Semester

Coach für  
Hochsensibilität  
Dauer: 1 Semester

Klinischer  
Kreativitätstherapeut  
Dauer: 2 Semester

Sinnorientierte systemische Lebens- und Sozialberatung  
Individueller Bildungsweg  
Dauer: mind. 6 Semester

Mit diesem modularen, individuellen Ausbildungssystem hast du die Möglichkeit, deinen maßgeschneiderten Bildungsweg selbst zu gestalten. Du startest mit dem Foundation Coach und erweiterst deine Kompetenzen ganz nach deinen individuellen Ausrichtungen. Du hast die Möglichkeit in jedem Semester deinen Bildungsweg zu erweitern und so das Upgrade zum Lebens- und Sozialberater mit der individuellen Variante nach neuer Verordnung zu absolvieren.



## Umfang. Kosten. Leistung. Berufsberechtigung.

### Seminarkosten für den Lehrgang:

#### Die Bezahlung kann in Teilbeträgen erfolgen.

Einmalige Zahlung € 3.880 abzügl. 3 % Bonus

Zahlung pro Semester: € 1.980

Zahlung Monatlich: € 350

#### Inkl. Skripten und Lernmaterialien.



### Berufsberechtigung

Im Zuge der europäischen Bildungsreformen werden für viele Berufe im sozialen, pädagogischen und beratenden Kontext zunehmend Hochschulabschlüsse gefordert.

Diesem Trend wollen wir entgegenwirken und bieten auch Nichtakademikern fundierte Aus- und Weiterbildungen an.

Der Lehrgang ist eine **Zusatzqualifikation** sowie eine **persönliche Weiterbildung**. Der Lehrgang berechtigt bei entsprechenden beruflichen Qualifikationen eine gewerbliche Tätigkeit in Energetik, Beratung & Coaching.

Bei weiteren Absolvierungen von Lehrgängen der *Akademie WeitBlick* werden die derzeit gültigen theoretischen Erfordernisse, Teile der Einzelselbsterfahrung sowie Gruppenselbsterfahrung für die gewerbliche Tätigkeit in der Lebens- und Sozialberatung, erfüllt. Dieser Bildungsweg stellt die individuelle Variante der Lebens- und Sozialberatung nach der neuen Verordnung dar.

### Präsenzunterricht, online Unterricht

Mit unseren authentischen und innovativen Lehrgängen und Ausbildungen legen wir wichtige Bausteine für Bildungswege in Präsenz. In unseren Ausbildungen sind Begegnungen von Mensch zu Mensch der Mittelpunkt. Praxisorientiertes Arbeiten und die Vermittlung von beständigem „Handwerk“ – fundierte Beratungsgespräche – kann nur in Präsenz vermittelt werden, sofern man das Wesen des Gegenübers ganzheitlich und integral wahrnehmen möchte.

Online bieten wir einzelne Seminare an, die auf reiner theoretischer Wissensvermittlung beruhen. Dies kann nach Absprache organisiert werden.



### Mag. Dr. Anja Dreier

Lehrgangsheiterin, zertifizierte Aufstellungsleiterin,  
Praxis für GANZheitliches SEIN, Gründerin der Akademie WeitBlick,  
Buchautorin, Kunstschaffende



Gerne bin ich Ihre Ansprechpartnerin für alle Informationen über unsere Angebote. Ich bin seit 2002 in eigener Praxis in den unterschiedlichsten Fachbereichen tätig (Fachturnus Kinder- und Jugendpsychotherapie, Paartherapie, Psychosomatik, Traumatherapie, Psychoonkologie). Gerne stehe ich auch als Lehrbeauftragte und KereferentIn und zu den Themen ganzheitlich systemisch integrative Arbeit, individuelle Pädagogik sowie neurowissenschaftliche Potentialentfaltung zur Verfügung. Gründung von pädagogischen und therapeutischen Einrichtungen ([www.bildungsraumentfaltung.at](http://www.bildungsraumentfaltung.at)). Gründung von „WeitBlick – Institut und Akademie für systemisches Arbeiten, individuelle Pädagogik und neurowissenschaftliche Potentialentfaltung.“

**Kontakt:** Bahnhofstr. 10, 6710 Nenzing, 0043 664/2005247  
[www.anamcara-seelenzeit.at](http://www.anamcara-seelenzeit.at), [www.anjadreier.at](http://www.anjadreier.at)

Verschiedene GastreferentInnen wirken bei diesem Diplomlehrgang mit. Fachspezifisch und auf die Bedürfnisse der Studierenden fokussiert, erfolgt die Einladung an die ReferentInnen.

Unser Team finden Sie auf [www.bildungsraumentfaltung.at](http://www.bildungsraumentfaltung.at)

## Mitgliedschaften & Kooperationen



**Öfs** – Österreichisches  
forum Systemaufstellungen  
[www.oeas.at](http://www.oeas.at)

**VLP** – VlbG. Landesdachverband  
für Psychotherapie  
[www.vlp.or.at](http://www.vlp.or.at)

**Österreichischer  
Bundesverband für  
Psychotherapie**  
[www.psychotherapie.at](http://www.psychotherapie.at)

**BildungsRaum Entfaltung  
Haus der Begegnung**  
[www.bildungsraumentfaltung.at](http://www.bildungsraumentfaltung.at)

**Kinderhilfswerk Linz**  
Gemeinsam mehr bewirken  
[www.kinderhilfswerk.at](http://www.kinderhilfswerk.at)

Offizielles Mitglied der Akademie  
für neurowissenschaftliches  
Bildungsmanagement



AFNB GmbH - Ein Unternehmen der TS Holding GmbH mit Sitz in Köln

Mitglied des  
**Öfs** | Österreichisches  
forum  
Systemaufstellungen



## Ein Ort des Verweilens. Eine Villa mit Charme und ZeitGeist.



Die Seminare finden im

*BildungsRaum Entfaltung – „d Villa“*,

in Nenzing statt.

Nenzing liegt inmitten vom Walgau im wunderschönen Vorarlberg. Ein einladender Garten lädt zum Verweilen ein. Auch in den Pausen wird der Garten gerne von den SeminarteilnehmerInnen genutzt, um bei sich selbst anzukommen.

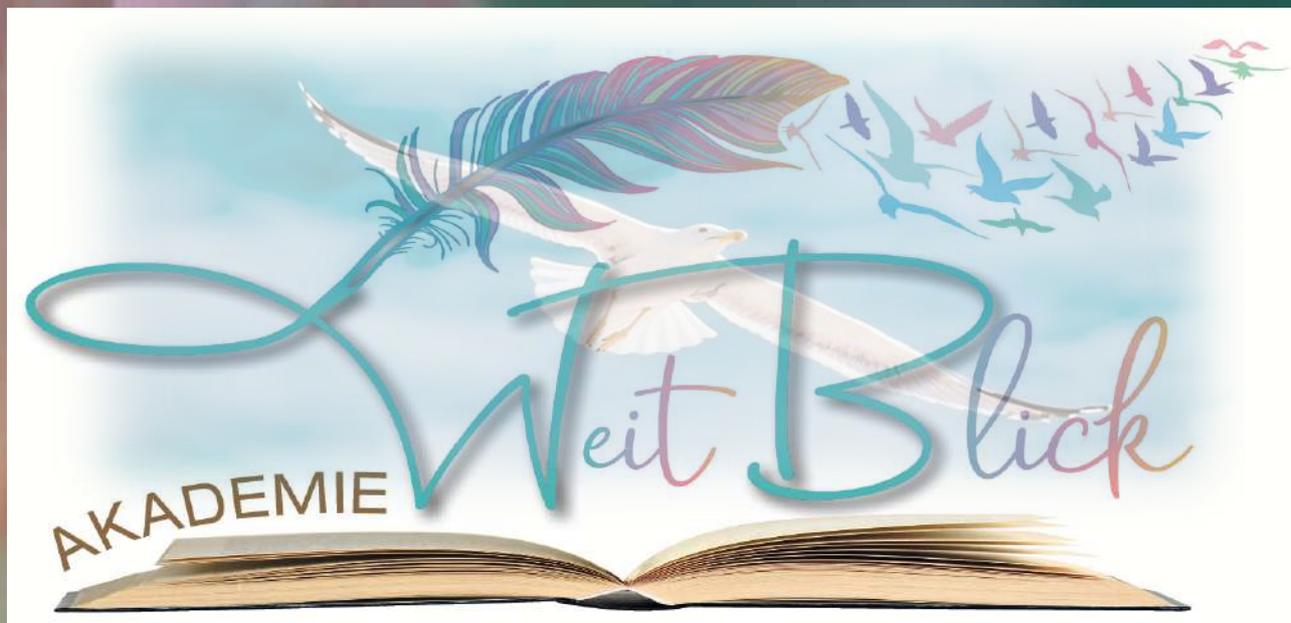
Wir laden Sie ein, neues Wissen und neue Erfahrungen zu erwerben, individuelle Fähigkeiten zu entwickeln und zu vertiefen, traditionelle Blickwinkel zu erweitern sowie bereichernde Begegnungen in unserer wunderschönen Villa zu genießen!

Freuen Sie sich nun auf Neues und Bewährtes aus der [Akademie WeitBlick](#).

Freuen Sie sich auf die umfangreichen und wissenschaftlich breit gefächerten Angebote, wo kompetent und nachhaltig [ganzheitlich systemisch integrative Arbeit](#), [individuelle Pädagogik](#) sowie [neurowissenschaftliche Potentialentfaltung](#) vermittelt wird.

**Ein Ort der, alle Sinne berührt.  
Eine Villa, die neues Bewusstsein schafft.**





Kontakt und Anmeldung:  
Akademie WeitBlick

Mag. Dr. Anja Dreier

A-6710 Nenzing//Bahnhofstr. 10

0043 664 2005247

[praxis@anjadreier.at](mailto:praxis@anjadreier.at)

[www.anjadreier.at](http://www.anjadreier.at)

[www.anamcara-seelenzeit.at](http://www.anamcara-seelenzeit.at)

© Inhalt der Broschüre sowie das Curriculum sind geistiges  
Eigentum der Akademie WeitBlick, Mag. Dr. Anja Dreier.