



ALTERNATIVE GESUNDHEITSLOUNGE

Gabriele SCHNÖDL

**Praxis und Lehrinstitut für Humanenergetik -
Raum – und Tierenergetik,
HDMI, Entspannungs- und Mentaltraining**

FG Obfrau der persönlichen Dienstleister im Bgld

Kasernenstraße 19 c

7000 Eisenstadt

Tel: 0676 35 177 82



INFORMATIONSMAPPE - Curriculum

MEDITATIONS UND MENTALTRAINER

Curriculum

LEHRGANG MIT DIPLOM



office@alternativegesundheitslounge.at
www.alternativegesundheitslounge.at

Ziele:

Die Teilnehmer lernen über mentale und meditative Ebene ihre eigenen Fähigkeiten und Potentiale kennen und nützen. Ebenso werden sie darin geschult, mit Einzelpersonen in der Praxisarbeit oder mit Gruppen entsprechende Trainingseinheiten zu absolvieren um die optimale Work – Life Balance zu erreichen, sowie hilfreiche Unterstützung für Firmen und Schulen anzubieten um deren Lern – oder Arbeitsalltag zu optimieren.

Teilnehmerkreis:

- Zusatzausbildung zu Humanenergetik
- Personen die einen Ausgleich zu ihrem Berufsleben benötigen
- Menschen aus den verschiedenen Gesundheitsberufen
- Menschen die pädagogische Arbeit leisten
- Eltern, die ihre Kinder unterstützen möchten
- Als Berufsausbildung für zukünftige Trainer einsetzbar als Einzeltraining aber auch Gruppenarbeit für Interessierte, Firmen und Schulen

Die 12 Module und ihre Inhalte

Modul I Einführung zum Mentaltraining
Erkennung und Wahrnehmung blockierender Gedanken
Auswirkungen blockierender Gedanken
Gedankenmuster basierend auf Erziehung und Umfeld

Modul II Positivierung blockierter Gedankenmuster
Ausschaltung negativer Einflüsse
Einflüsse basierend auf dem Biorhythmus
Jeder hat sein Tempo
Positivierungssätze

Modul III Die Meditation als Entspannungstraining
Erdung
Loslassen
Auftanken
Gelassenheit

Modul IV EFT als Verankerung positiver Gedankenmuster

Was ist EFT

Formulierung positiver Gedankenmuster

Klopftechnik richtig angewandt

Modul V Meditation und Selbstheilungskräfte

Stimme und Sprache

Arbeit mit Zeitlinien

Energie durch Gedankenkraft

Focussierung und Auflösung von Blockaden

Einzel und Gruppenmeditation

Modul VI Selbstliebe – Grundlage einer positiven Lebenseinstellung

Erkennen von negativen Mustern

Körperliche und emotionale Ebene

Herzensarbeit nach Safi Niydiaye

Positive Anker setzen

Modul VII Selbstcoaching

Weglassen ist auch eine Kunst

Erkennen von Potentialen und Prioritäten

Energiepotential so individuell wie der Mensch

Tages – und Wochenplanung

Modul VIII Bewusstseinstraining

Ich Bewusstsein verso Gefühl

Wenn Gedanken Schmerzen verursachen

Liebe und Gewalt

Transformation negativer Gefühle

Arbeit mit Familienmustern

Modul IX Meditationstechniken

Kundalinimeditation (Hormonregulation)

Entspannungsmeditationen

Themenbezogene Meditationen

Rückführung

Modul X Wahrnehmung und Reflexion

Wahrnehmung von Einzelpersonen und Gruppen und Reflexion

Individuelle Gestaltung von Trainingseinheiten

Anleitung zum Selbsttraining
Grenzen und Gefahren

Modul XI Ethik und Praxisführung

Abgrenzung zu anderen Berufsgruppen
Praxis und Trainingseinheiten
Störfallmanagement

Modul XII Präsentation der Diplomarbeit und Fachgespräch

Zeitlicher Aufbau

Lehrgang in 12 Modulen zu je 10 Stunden LE 120

Praxisarbeit mit mindesten 8 Personen und oder Peergroupstunden in einem Ausmaß von 80 Stunden sind verpflichtend.

Eine Diplomarbeit zu einem ausgewählten Thema (Thema in Absprache mit der Lehrgangsleitung) mit einem angenommenen Zeitaufwand von 60-80 Stunden ist bei der Präsentation inkl der Protokollierten Praxisstunden vorzulegen.

Somit ergibt sich ein Lehrgangsumfang von mind. 260 Stunden wovon die Anwesenheitspflicht bei den Lehrstunden zu 80% gegeben ist.

Abschluss des Diplomlehrgangs

Nach erfolgreichem Abschluss des Lehrgangs, der dokumentierten Praxis und Peergroupstunden erfolgt die Präsentation der Diplomarbeit zum vereinbarten Thema. Danach erfolgt ein Fachgespräch über die Diplomarbeit.

Lehreinheiten

Peer Group und Praxisstunden

Präsentation der Diplomarbeit

Fachgespräch - Diplom

Ziele:

Die Teilnehmer lernen über mentale und meditative Ebene ihre eigenen Fähigkeiten und Potentiale kennen und nützen. Ebenso werden sie darin geschult, mit Einzelpersonen oder Gruppen entsprechende Trainingseinheiten zu absolvieren um die optimale Work – Life Balance zu

erreichen, sowie hilfreiche Unterstützung für Firmen und Schulen anzubieten um deren Lern – oder Arbeitsalltag zu optimieren.

Termine:

Modul I	Einführung zum Mentaltraining	4. Oktober 2019
Modul II	Positiverung blockierter Gedankenmuster	15. November 2019
Modul III	Die Meditation als Entspannungstraining	22. November 2019
Modul IV	EFT als Verankerung positiver Gedankenmuster	13. Dezember 2019
Modul V	Meditation und Selbstheilung	10. Jänner 2020
Modul VI	Selbstliebe – Grundlage einer positiven Lebenseinstellung	7. Februar 2020
Modul VII	Selbstcoaching	28. Februar 2020
Modul VIII	Bewusstseinstraining	27. März 2020
Modul IX	Meditationstechniken	17. April 2020
Modul X	Wahrnehmung und Reflexion	22. Mai 2020
Modul XI	Ethik und Praxisführung	5. Juni 2020
Modul XII	Präsentation der Diplomarbeit und Fachgespräch	4. September 2020

Teilnehmerkreis:

- Zusatzausbildung zu Humanenergetik
- Personen die einen Ausgleich zu ihrem Berufsleben benötigen
- Menschen aus den verschiedenen Gesundheitsberufen
- Menschen die pädagogische Arbeit leisten
- Eltern, die ihre Kinder unterstützen möchten
- Als Berufsausbildung für zukünftige Trainer einsetzbar als Einzeltraining aber auch Gruppenarbeit für Interessierte, Firmen und Schulen

Gruppengröße:

Mindestteilnehmerzahl beträgt 6 Personen

Maximale Teilnehmerzahl 14 Personen pro Lehrgang

Kosten: € 1.700,- inkl aller Unterlagen und Prüfungsgebühr

Teilzahlung nach Absprache möglich

Lehrgangsleitung:



Gabriele Schnödl

FG Obfrau der pers. Dienstleister im Bgld.

Mitglied des Fachverbands für

Humanenergetik Österreich

www.alternativegesundheitslounge.at

office@alternativegesundheitslounge.at

Tel: 0676 35 177 82 tägl. von 9 – 19 Uhr

„Bildung ist nicht alles, aber ohne Bildung ist alles nichts!“

Vita

Geb. 30.5.1961

verheiratet

3 Kinder

4 Enkelkinder

Ausbildung: Volksschule

7 Jahre Gymnasium Wien

Bürokauffrauausbildung

Seit 1990 Ausbildungen in

Edu – Kinestetik

Bachblütenberatung

Polarity

Meridianbalancing

Psychokinesiologie

Dipl. holistischer Gesundheitslehre im Bereich

Humanenergetik

Morphokybernetik

Kommunikation
HMDI Ausbildung
Anleitung zur Selbsthilfe
mit NLP und Mentaltraining
Dorn Breuss

Beruflicher

Werdegang: Chefsekretärin des Musikkonservatoriums Wien
Buchhandel
Ordinationshilfe (Unfallchirurgie, Urologie)
Seit 2004 Humanenergetikerin als Hauptberuf
Seit 2008 Ausbildung von HumanenergetikerInnen
Seit Mai 2009 Berufsgruppensprecherin
der EnergetikerInnen f. d. Burgenland
Seit Mai 2009 Mitglied des Fachverbands für Humanenergetik
Österreich
Seit 2015 Fachgruppen Obfrau der pers. Dienstleister im Bgld.

Gewerbeschein: Human- Raum- und Tierenergetik
Handelsschein
Fitnesstrainer
Meditations und Mentaltraining (freiberufliche Tätigkeit)

Mein wichtigster Leitsatz:

„Lebe und arbeite mit Liebe und Achtsamkeit!“

denn

„Service without love ist work“

Dr. Randolph Stone