



PRAXIS- UND LEHRINSTITUT
FÜR DIPL. HOLISTISCHE
GESUNDHEITSLEHRE-
HUMANENERGETIK,
ENTSPANNUNGS- UND
MENTALTRAINING
GABRIELE SCHNÖDL

CURRICULUM

Diplomlehrgang Humanenergetik Inkl. Meditations und Mentaltraining

(Die Lehrgänge sind auch einzeln buchbar)



**Kasernenstraße 19 c
7000 Eisenstadt
Tel: 0676/35 177 82**

**office@alternativegesundheitslounge.at
www.alternativegesundheitslounge.at**

***„Körperlicher und seelischer Schmerz ist der Schrei
nach frei fließender Energie!“
(Dr. Randolph Stone – Polarity)***

Sehr geehrte Interessentin, sehr geehrter Interessent!

In den letzten Jahrzehnten hat sich der Mensch in unglaublicher Geschwindigkeit zu einem High Tech-gesteuerten Wesen entwickelt.

Der Zenit in diese Richtung ist längst überschritten und es ist mehr als an der Zeit, sich unseres eigentlichen ganzheitlichen Wesens aus „Körper – Geist - Emotion“ wieder bewusst zu werden.

Immer mehr Menschen leiden- trotz der Tatsache, dass unsere Lebenserwartung so hoch wie nie zuvor ist- öfter und länger unter Befindlichkeitsstörungen und unter chronischer Belastung sowie Krankheiten.

Oft ist der Mensch erst dann, wenn der Körper energetisch blockiert, körperlicher, und emotionaler Schmerz unüberwindbar wird, bereit innezuhalten – sein Tun und Lassen in der Vergangenheit zu betrachten, und seine derzeitige Befindlichkeitsstörung als solche anzunehmen. Damit ist er auch bereit, den ersten Schritt in Richtung Selbstheilung zu setzen.

Die Fähigkeit unser eigenes Wesen in seiner Einheit zu betrachten, seine Energien wieder frei fließen zu lassen, sowie der Nutzung von Schätzen aus der Natur, das Wissen um die Individualität des Einzelnen und damit auch der individuelle Umgang mit jedem Einzelnen ist erlernbar.

Die Betrachtung des Menschen als Einheit von „Körper – Geist – Emotion“ eröffnet unseren Selbstheilungskräften die Möglichkeit zu korrigieren.

Auf diesem Weg ist Humanenergetik eine wertvolle Begleitung

Gabriele Schnödl
Lehrgangsführung
FG Obfrau der pers. Dienstleister im Bgld.

Ziele

Teils haben Teilnehmer schlichtweg das Bedürfnis, für sich selbst die Zusammenhänge ihres „Geist – Körper – Seele – Wesen“ zu erkennen und aktiv an ihrer Selbstheilung auf ganzheitliche Art zu arbeiten.

Sie lernen, das menschliche Wesen auf eine andere Art und Weise zu betrachten, als es in der Schulmedizin üblich ist.

Je nach Befindlichkeitsstörung, oder aus präventiven Gründen, stehen Ihnen eine Anzahl an alternativen Methoden zur Verfügung, die Ihnen die Möglichkeit bieten, sie für sich selbst, oder für Ihren Klienten zu nutzen.

Das Ziel ist die eigene ganzheitliche Entwicklung auf alternativer Ebene, sowie Menschen zu begleiten, bis sie in ihrer Eigenverantwortlichkeit sicher und stabil sind, oder durch Ihre Begleitung ihren ganz persönlichen Weg gefunden haben.

Teilnehmerkreis

Der Lehrgang ist für alle geeignet, die Interesse an alternativen Methoden im Bereich Humanenergetik und Meditations- und Mentaltraining haben, und denen an einer ganzheitlichen Entwicklung für sich selbst und der Arbeit mit Menschen gelegen ist.

Besonders geeignet ist die Ausbildung für:

- Angehende Berufsausbildung im Haupt oder Nebenberuf
- Menschen in Gesundheitsberufen, wie Krankenpflege, Masseur, Lebens und Sozialberatung u.a.
- Menschen, die pädagogische Arbeit leisten und ihr Arbeitsfeld erweitern möchten
- Eltern, die sich und ihre Kinder unterstützen möchten
- Zukünftige Trainer in den verschiedenen Bereichen, (Einsetzbar auch für Firmen, Schulen usw.)
- Personen, die einen Ausgleich zu ihrem Berufsleben suchen
- Personen die einfach einen neuen Weg in ihrer Work Life Balance suchen

Gruppengröße

Mindest - TeilnehmerInnenzahl beträgt 6 Personen.

Maximale TeilnehmerInnenzahl liegt dzt. bei 10 Personen pro Lehrgang.

Inhalt

Die Humanenergetik und Meditations und Mentaltraining beschäftigen sich in der Hauptsache mit unterschiedlichen alternativen Methoden, die den Teilnehmern neben einer Methodenvielfalt auch die Möglichkeit gibt, „ihren“ ganz persönlichen Zugang zur Ausübung zu finden.

Ist beim Einen der Zugangsbereich über Essenzen oder Bachblüten gegeben, so findet der Andere seinen Zugang eher über die Körper-Energiearbeit und/oder der Einbringung mentaler Bereiche.

Die verschiedenen Themenbereiche bieten somit ein breitgefächertes Arbeitsgebiet, das in Theorie und sehr viel praktischer Arbeit gelehrt wird.

Was ist Humanenergetik (Meditations- und Mentaltraining)

- * Eine Vielfalt von alternativen Methoden, die teilweise zum Weltkulturerbe zählen
- * Keine wie auch immer geartete schulmedizinische Methode oder Therapie
- * Alternative Begleitung von Menschen während einer schulmedizinischen Therapie
- * Hilfe zur Selbsthilfe
- * Präventionsarbeit mit Menschen, die gesund bleiben wollen
- * Selbsterfahrung und Entwicklung aus ganzheitlicher Sichtweise
- * Eine ganzheitliche, auf die Individualität des Einzelnen ausgerichtete Methode gesund zu werden und zu bleiben

Arbeitsmethoden

- Theoretischer Unterricht
- Praktische Körperarbeit
- Fallbeispiele
- Praktische Arbeit mit Essenzen
- Selbsterfahrung mit energetischen Methoden
- Selbstschutz und Nähe, Reflexion
- Probandenarbeit und -protokolle
- Peer Groups

- Gruppen- und Paararbeit
- Sowie die Anwendung und Erfahrung mit Meditation für verschiedene Lebensbereiche, sowie Mentaltraining (beides sowohl mit Einzelpersonen, als auch Gruppen anwendbar)

Themenschwerpunkte:

Essenzen und Öle

- Bachblüten in Theorie und Praxis
- Ätherische Öle in Theorie und Praxis
- Heilsteinessenzen
- Farbessenzen

Körperarbeit

- Blockadenlösung mit Polarity
- WS-Blockadenlösung mit Polarity
- Chakrenausgleich
- Morphokybernetik
- EDU – Kinestetik
- Healing Sounds

Farben und Heilsteine, Klang

- Bedeutung von Heilsteinen für Körper und Emotion
- Chakrenfarben
- Zuordnung zu Körper und Emotion
- Farbbedeutung nach den Elementen
- Organische Zuordnung der Farben
- Erfahrung mit Klang – Klangschalen Massage

Energetische Anatomie, Testverfahren

- Der Darm als Energie- und Emotionalträger
- Physiologie
- Körperliche und emotionale Zuordnung der einzelnen Wirbelabschnitte
- Bachblüten zu den Wirbelabschnitten
- Testverfahren mit dem Pendel, Tensor, kinesiologische Testung

Vitamine, Mineralstoffe, Proteine

- Bedeutung von Vitaminen und Mineralstoffen für den Energiehaushalt

- im Bezug auf Ernährung
- im Bezug auf Ausgleich
- Proteine

Zahlen und Elemente

- Bedeutung von Zahlen und ihre unterschiedliche Berechnungsmöglichkeiten
- Elemente von Personen und Bagua
- Mein Heim im Bezug auf Elemente
- Verbindung von Zahlen und Elementen zu Farben

Meditations und Mentaltraining

- Blockierende Gedankenmuster und Positivierung
- Meditation als Entspannungstraining
- EFT als Verankerung positiver Gedankenmuster
- Meditation und Selbstheilungskräfte
- Selbstliebe – Grundlage einer positiven Lebenseinstellung
- Selbstcoaching und Bewusstseinstaining
- Meditationstechniken
- Wahrnehmung und Reflexion

Ethik und Praxisführung

- Ethisches Arbeiten und Hygiene
- Umgang mit Klienten, Trainingseinheiten
- Buchhaltung, Businessplan, Unternehmergrundlagen
- Berufsbild und Standesregeln
- Grenzgebiete und Krisen- und Störfallmanagement

Selbständige Arbeiten

- Selbsterfahrung mit erlernten Bereichen
- Peer Group Austausch
- Arbeit mit mindestens 5 Probanden und Gruppenarbeit
- Diplomarbeit

Es sind mindestens 80 Stunden Praktische Arbeit zu leisten. Diese sind zu protokollieren.

Themenbereich der Diplomarbeit nach eigener Wahl im Ausmaß von mindestens 25 Seiten.

Der **Diplomlehrgang zum/zur HumanenergetikerIn und Meditations und MentaltrainerIn** ist auf **20 Module zu je 16 Stunden** aufgeteilt.

Hier ist bereits das letzte Wochenende, das Abschlusswochenende mit eingerechnet.

Die Teilnehmer sind dazu verpflichtet, an Peer Groups aktiv teilzunehmen, die Übungszwecken und der Gruppenlösung von Problemstellungen dienen und mit einem Protokoll dokumentiert werden.

Ebenso sind sie dazu verpflichtet, mit mindestens 5 Probanden in verschiedenen Methodenbereichen zu arbeiten und diese Arbeit zu dokumentieren.

Jedes Modul wird mit Fallbeispielen zum praxisnahen Verständnis erweitert.

Die 20 Module und ihre Inhalte

Modul 1 : Chakren, Farben und Heilsteine (HE)

- Wirkungsweise der Farben auf Körper und Emotionen
- Verbindung der Farben zu den einzelnen Chakren
- Verbindung der Farben zur Organuhr
- die 7 Hauptchakren und ihre energetische Zugehörigkeit zu körperlichen und emotionalen Bereichen
- Heilsteine
- Ursprung der Verwendung, altes Wissen
- Verwendung im körperlichen und emotionalen Bereich
- Besonderheiten

Modul 2: Einführung zum Mentaltraining (MED/MENT)

- Erkennung und Wahrnehmung blockierender Gedankenmuster
- Auswirkungen blockierender Gedanken
- Gedankenmuster basierend auf Erziehung und Umfeld
- Ausschaltung negativer Einflüsse
- Einflüsse basierend auf dem Biorhythmus
- Jeder hat sein Tempo
- Positivierungssätze

Modul 3: Bachblüten 1 (HE)

- Philosophie
- Die 38 Bachblüten in ihrer Wirkungsweise
- Testungsmöglichkeiten
- Umgang mit Tensor, Pendel, kinesiologische Testung
- spezielle Mischungen, einschließlich persönlicher Erstmischung

Modul 4: Die Meditation als Entspannungstraining und EFT (MED/MENT)

- Erdung
- Loslassen
- Auftanken
- Gelassenheit
- EFT als Verankerung positivere Gedankenmuster
- Was ist EFT
- Formulierung positiver Gedankenmuster
- Klopftechnik richtig angewandt

Modul 5: Selbsterfahrung zur Arbeit mit Bachblüten und Energetik (HE)

- Erkennen und Umgang mit Krisen
- Selbstschutz für EnergetikerInnen
- Zulassen von Nähe – Abgrenzung
- Selbstachtung und Selbstwert

Modul 6: Bachblüten 2 (HE)

- Bachblüten für Kinder
- Umgang mit Kindern und Eltern in der Beratung
- Spezielle Mischungen

Modul 7: Meditation und Selbstheilungskräfte (MED/MENT)

- Stimme und Sprache
- Arbeit mit Zeitlinien
- Energie durch Gedankenkraft
- Fokussierung und Auflösung von Blockaden
- Einzel und Gruppenmeditation

- Selbstliebe – Grundlage einer positiven Lebenseinstellung
- Erkennen von negativen Mustern
- Körperliche und emotionale Ebene
- Herzensarbeit nach Safi Niydiaye
- Positive Anker setzen

Modul 8: Der Darm als Energie- und Emotionalträger, Sitz des Immunsystems (HE)

- Anatomie und Physiologie des Darmes, mikrobiologische Reinigung
- Fettsäuren und Proteine
- Allergien alternativ betrachtet
- Mensch = Individuum – Ernährung individuell
- Testverfahren aus der Kinesiologie
- Ernährungsformen und ihre Ziele

Modul 9: Polarity Energiearbeit (HE)

- Dr. Randolph Stone, Begründer der Polarity Energiearbeit
- Theorie mit den einzelnen Griffen
- Praktisches Erlernen von Polarity Energieausgleich

Modul 10: Selbstcoaching und Bewusstseinstraining (MED/MENT)

- Weglassen ist auch eine Kunst
- Erkennen von Potentialen und Prioritäten
- Energiepotential so individuell wie der Mensch
- Tages – und Wochenplanung
- Ich Bewusstsein verso Gefühl
- Liebe und Gewalt
- Transformation negativer Gefühle
- Arbeit mit Familienmustern

Modul 11: Klangschalen 1 (HE)

- Was ist Klangmassage und wie wirken Klänge?
- Selbsterfahrung mit Klängen
Auraschichten und Chakren
Klang in der Aura und auf Chakren
- Gespräch mit Klienten
Basisklänge

Modul 12: Die Wirbelsäule im Bezug auf körperliche und emotionale Blockadenlösung

- Bezug der Wirbel zu emotionalen und körperlichen Störungen
- Praktische Übungen zur Blockadenlösung
- Bachblüten im Bezug auf die Wirbelsäule

Modul 13: Meditationstechniken – Wahrnehmung und Reflexion (MED/MENT)

- Kundalini Meditation (Hormonregulation)
- Entspannungsmeditation
- Themenbezogene Meditation
- Rückführung
- Wahrnehmung von Einzelpersonen und Gruppen
- Individuelle Trainingseinheiten
- Anleitung zum Selbsttraining
- Grenzen und Gefahren

Modul 14: Klangschalen 2 (HE)

- Klangschalenmassage Körpervorderseite
- Klangschalenmassage Körperrückseite
- Klangschalenmeditation
- Gelenke und Narbenentstörung

Modul 15 : Zahlen und Elemente (HE)

- Bedeutung der Zahlen in der Numerologie
- Einfache Berechnungen
- Aura Soma Zuordnung
- Tiroler Zahlenrad
- Zusammenhänge der Berechnungsarten
- Die 5 Elemente und ihre Bedeutung im täglichen Leben

Modul 16: Ätherische Öle (HE)

- Herstellungsformen, Reinheitsgrad, Wirkungsweise
- Mischungen
- Gefahren
- Anleitung und Praxis für Wickel und Bäder
- Anleitung und Praxis bei Ölmischungen und Cremenherstellung

Modul 17: Orthomolekulare Nahrungsergänzung (HE)

- Vitamine
- Mineralstoffe und Spurenelemente
- Mangelercheinungen
- Mineralstoffhaushalt bei Befindlichkeitsstörungen

Modul 18: Ethische Richtlinien und Praxisführung (HE)

- Karteifuhrung
- Gesprächsführung und Aufzeichnungspflicht
- Ethische Richtlinien laut Standesregeln und Berufsbild
- Hygienevorschriften in der Praxis
- Methoden und 3 – Ebenen - Modell
- Raumgestaltung der Praxis nach elementaren Erkenntnissen
- Honorar/Rechnungslegung

Modul 19: Energiearbeit zur Selbsthilfe (HE,MED/MENT)

- EDU – Kinestetik Übungen
- Erfahrung durch Klang
- Healing Sounds
- Morphokybernetische Übungen

Modul 20: Prufungswochenende (HE,MED/MENT)

- Praktische Prüfung Humanenergetik
- Protokoll und Fragenbesprechung
- Präsentation der Diplomarbeit (HE,MED/MENT)

Zeitlicher Aufbau

- Die Module finden immer an Wochenenden SA/SO statt
- Der Abstand zwischen den Modulen beträgt ca 3 Wochen
- Die Zeit zwischen den Modulen wird für Probandenarbeit, Peer Group, Selbsterfahrung und das gewählte Thema für die Diplomarbeit genutzt
- 20 Module zu je 16 LE, gesamt 320LE
- 80 Stunden Probanden, Peer Group und Selbsterfahrung
- Diplomarbeit (Umfang mindestens 25 Seiten) ca 80 Stunden inkl. Recherchen und Programmen veranschlagt

- Wahlweise kann auf eine umfangreichere Diplomarbeit mit mehr als 50 Seiten und maximal 2 Themen gewählt werden, wobei 1 Thema aus dem Bereich HE und ein Thema aus dem Bereich MED/MENT gewählt werden kann.
- Ergibt einen Gesamtstundenumfang von 480 Stunden
- Die Reihung der Module ist der Lehrgangsleitung vorbehalten

Abschluss des Lehrganges

Nach erfolgreichem Abschluss des Lehrganges, der Teilnahme an den Peer Groups, Selbsterfahrung und Probandenarbeit erfolgt die praktische Prüfung im Bereich Körperenergiearbeit
 Besprechungsprotokoll: Peer Group, Probandenarbeit, Selbsterfahrung
 Präsentation der Diplomarbeit

Lehrgangseinheiten	Peer Group	Probandenarbeit
	Praktische Prüfung	Besprechungsprotokoll
		Präsentation der Diplomarbeit

Kosten

Gesamtkosten: € 5000,-

Derzeit: Sonderkonditionen 10% auf den gesamten Lehrgang

Anzahlung: € 500,- bei Anmeldung (statt € 1000,-)

Teilzahlung: 14 x € 286,- oder 16 x € 250,-

Die Lehrgänge HE und MED/MENT sind auch einzeln buchbar

Kosten: Humanenergetik € 3600,-

Meditations- und Mentaltrainer € 1600,-

Auch bei Buchung der einzelnen Lehrgänge ist eine Teilzahlung möglich.

Anmeldungen bitte so bald wie möglich, da die Teilnehmerzahl auf Grund der derzeitigen Lage begrenzt ist.

Arbeitsunterlagen, sowie Arbeitsmaterial wie Öle, Bachblüten, Testungsmaterial, Anschauungsmaterial wie Kristalle usw. sind im Preis inkludiert. Ausnahme: Klangschalen werden auf Wunsch für die Teilnehmer besorgt oder müssen von den Teilnehmern selbst gebracht werden.

Für alle unsere Kurse gelten die AGB siehe Homepage!
www.alternativegesundheitslounge.at
office@alternativegesundheitslounge.at

Lehrgangs- und Institutsleitung:



Gabriele Schnödl, 30.5.1961

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

Arbeitsgebiete: Siehe HP www.alternativegesundheitslounge.at

Lehrgänge: Seit 2008 Leitung von Ausbildungen zum/zur
Humanenergetik
Ausbildung zum Meditations und Mentaltrainer

Ausbildung: Volksschule
7 Jahre Gymnasium Wien

Bürokauffrauausbildung
Edu – Kinestetik
Psychokinesiologie
Meridianbalancing
Bachblütenberatung
Polarity
Dipl. holistischer Gesundheitslehre im Bereich
Humanenergetik
Morphokybernetik
Cranio Sacral Balancing
Kommunikation
Hypnoseausbildung als 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 2015 Obfrau der pers. Dienstleister im Bgld.

Mein wichtigster Leitsatz:

Service without love is work