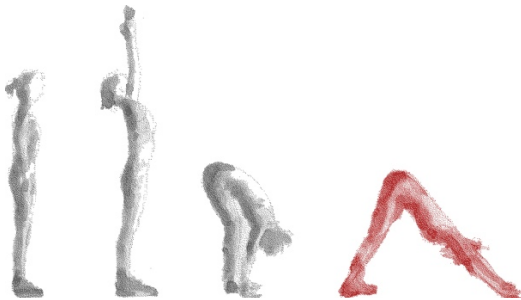


## FORTBILDUNG

### Yogatherapie – individuelle Begleitung durch Yoga

2020 - 2022



#### Für wen?

Für Yogaerfahrene und -lehrende, die auf diesem Hintergrund das individuelle Unterrichten und das therapeutische Arbeiten erlernen möchten.

Wer individuell begleitend arbeiten möchte, braucht Sicherheit und Kompetenz. Dafür sorgen wir. Eigeninitiative und Lust auf eine intensive Auseinandersetzung mit den vielfältigen Aspekten des therapeutischen Yogaunterrichts müssen mitgebracht werden.

#### Die Fortbildung

Unser Angebot beinhaltet das Rüstzeug des Yoga für diese Arbeit: Ein funktionelles Verständnis von Āsana, Prānāyāma und Meditation und das Begreifen von Yogatherapie als Prozess.

Ein klares Erfassen der Klient\*innen mit ihren Wünschen, Anliegen, Potenzialen und Grenzen erarbeiten wir praktisch und theoretisch. Das Yoga Sutra als Basistext eines säkulären Yoga dient als Inspiration.

Die professionelle Beziehung Klient\*in – Yogalehrende\*r als eine von Empathie, Interesse und professioneller Kompetenz ist ein weiterer zentraler Gegenstand der Fortbildung.

Eine moderne Yogatherapie bezieht den aktuellen Stand der Humanwissenschaften ein und verbindet Bewährtes aus der Yogapraxis mit dem aktuellsten Stand der Wissenschaft.

Yoga als therapeutisches Instrument bedarf selbstverständlich eines guten Kenntnisstands der wichtigsten Erkrankungen und gängigen Therapien.

## **Inhalte**

Jedes Seminar beinhaltet jeweils mehrere der genannten Themen:

► **Prozessorientierte Diagnostik**

Prinzipien des Yoga in ihrer therapeutischen Anwendung

Praxisgestaltung

Praxis als Kommunikationsmittel im Prozess der Gesundheit

► **Therapeutische Gesprächsführung**

Informationsgewinnung und -verarbeitung

Beobachtung in Gespräch und mit Hilfe von Übungen

Strategien der Anleitung der/s Yogaübenden

Selbstreflexion

► **Leitfäden für die Yogatherapie wichtiger Krankheitsbilder**

Yogatherapie und andere Übungsverfahren (Physiotherapie, MBSR etc.)

► **Das Yoga Sûtra als Inspiration für folgende Themen: Verstehen lernen - mit Âsana, Pranayama, Meditation erreichbare Ziele - Anleitung zur Lebensführung und Alltagsbewältigung – Begleitung auf der Suche nach Sinnfindung**

## **Eigenständige Arbeit - Falldokumentationen**

Im Verlauf der Fortbildung dokumentieren die TeilnehmerInnen fünf Unterrichtsverläufe aus ihrem eigenen Arbeiten schriftlich. Die Dokumentationen werden von den LehrerInnen des Teams begutachtet.

## **Supervision**

Die Teilnehmer\*innen sollten während der Fortbildungszeit Erfahrungen im individuellen Unterrichten machen. Diese Arbeit wird vom Team beratend begleitet. Dafür wird ein zusätzliches Supervisionsangebot bis zu vier Supervisionsstunden (persönlich, per Telefon, per Skype) als Teil der Fortbildung angeboten.

Als Supervisor\*innen stehen Heike Petersen, Gabriella Stramaglia-Faggion, Martin Soder und Dr. Imogen Dalmann zur Verfügung (Imogen Dalmann und Martin Soder nur per Skype und telefonisch).

## **Abschluss/Zertifikat/Empfehlung**

Die Fortbildung wird mit einem Zertifikat bestätigt. Dafür ist die Anwesenheit an allen Unterrichtsteilen und die genannte schriftliche Dokumentation notwendig. Eine öffentliche Empfehlung als zertifizierte Yogalehrer\*in auf unserer dafür reservierten website: [www.viniyoga.de](http://www.viniyoga.de) ist möglich. Diese Empfehlung kann aufrechterhalten werden durch die Teilnahme an einer der Therapeutischen Konferenzen pro Jahr. In dieser Weiterbildung findet ein geleiteter Erfahrungsaustausch mit Kolleg\*innen aus dem deutschsprachigen Raum statt.

## Termine in 2020

1.Seminar: 28.2.-1.3.2020

2.Seminar: 14.-16.8.2020

3.Seminar: 4.-6.12.2020

### Wer unterrichtet:

Heike Petersen, Gabriella Stramaglia, Martin Soder, Dr. Imogen Dalmann

### Weitere Infos

Für alle, die es noch nicht kennen: Um einen Eindruck zu bekommen, welchen Konzepten und Grundlagen wir in der Fortbildung folgen, empfiehlt sich die Lektüre von „Heilkunst Yoga – Yogatherapie heute“ und ein Blick in unsere Web-Seiten:

[www.deryogablog.de](http://www.deryogablog.de) und [www.yogaverstehen.de](http://www.yogaverstehen.de)

### Kosten

7 Seminare einschließlich Supervisionsangebot € 2.050,00

Sie werden neben der Anzahlung von € 100.- zur verbindlichen Anmeldung in 26 monatlichen Raten von

€ 75,00.- gezahlt.

### Anmeldung:

Wir bitten Interessent\*innen per Mail oder Telefon mit Heike Petersen, Leiterin des Berliner Yoga Zentrums, Kontakt aufzunehmen:

Email: [yogapetersen@web.de](mailto:yogapetersen@web.de)

Fon: 0049 (0)30 39905483

Alle Informationen zur verbindlichen Anmeldung erhalten Sie dort.