



# Auf dem Weg in meine Berufung

Ausbildungen in Releasing & Aufstellungsarbeit, Schamanischem  
Reisen & Heilen, Frauenspiritualität & Ritualgestaltung,  
Lebenskunst & Kreativer Selbstwerdung

Basiskurse 2010

in Lübeck, Hamburg, Münster & Köln

Termine, Orte & Themen des ersten Jahres  
Ausblick  
Methodenübersicht  
Theoretische Schwerpunkte

# Der Basiskurs im ersten Jahr

Grundlagen persönlicher Entwicklung und Finden der eigenen Berufung

## Die Termine 2010

### Kostenlose Infoabende:

Lübeck: Fr. 19.3.; Do. 6.5. & Do. 9.9.10, jeweils 19h

Hamburg: Do. 29.4. ; Fr.; 3.9.2010, jeweils 19 h

Münster: Do. 27.5.; 2.9.2010, jeweils 19 h

Köln: Do. 29.4.; Mi. 1.9.2010, jeweils 19 Uhr

Veranstaltungsort & Kontakt siehe Basiskurs. Sie können auch gerne ein kostenloses Vorgespräch vereinbaren (s. Tel.).

### Orte, Termine & Leitung der Basiskurse:

#### Lübeck:

**Ort:** FrauenHotel, Hundestr. 19-23, 23552 Lübeck

**Zeit: Sommerakademie, 12 Tage**, vom 18. - 30.7.10, So. 18 - Fr. 13h; sonst jeweils 9.30 - 13h & 18 - 21.30h, nachmittags frei mit Ferienangeboten (Lübeck/Ostsee).

**Leitung:** Sabine Treeß (s. Büro ), Britta Putfarcken

**oder:**

**Zeit: 6 Wochenenden**, Fr. 18h - So. 14h; am 1.-3.10.; 17.-19.12.10; 11.-13.2.; 6.-8.5.; 24.-26.6.; 16.-18.9.11.

**Leitung:** Kerstin Noffke, Tel.: 0451-7072834

#### Hamburg:

**Ort:** HP Hrosch, Alte Königsstr. 5, 22767 Hamburg

**Zeit: 6 Wochenenden**, Sa. 12-20.30h, So. 9.30-17h; am 16. -17.10.; 27.-28.11.10; 12.-13.2.; 30.4.-1.5.;18.-19.6.; 10.-11.9.11

**Leitung:** Sibylla Hrosch, Tel.: 040-297862; A. Oldenburg

#### Münster:

**Ort:** Tri.co, Alter Steinweg 46, 48143 Münster

**Zeit: 12 Samstage**, 14-21 h; 2.10.; 13.11.; 11.12.2010; 15.1.; 5.3.; 26.3.; 7.5.; 28.5.; 16.7.; 10.9.; 1.10.; 15.10.

**Leitung:** Petra Speckmann, Tel.: 0251-1355822

#### Köln:

**Ort:** Atelier für NLP, Bismarckstr. 50, 50672 Köln

**Zeit: 6 Wochenenden**, Sa. 12-20h & So. 10-17.30h, am 2.-3.10.; 4.-5.12. 2010; 26.-27.2.; 21.-22.5.; 23.-24.7.; 24.-25.9.11

**Leitung:** Sabine Treeß (s. Büro);

Assistenz: Elisa Schulte, Sabine Kuwertz & Birgit Jütten, Tel.: 02173-1019095

## Die Themen des Basiskurses

Im **Basiskurs des ersten Jahres** werden die Grundlagen gelegt für die Ausrichtung auf die eigene Berufung, für das Bewusstsein und die Heilung eigener Lebensthemen sowie methodische Kenntnisse und Erfahrungen in der Begleitung anderer Menschen erworben. Sie können diesen Weg auch als intensiven Selbsterfahrungsprozess über 12 Tage in der Sommerakademie im FrauenHotel Lübeck belegen und anschließend auf Wunsch gleich in das zweite Ausbildungsjahr einsteigen.

Der Basiskurs kann unabhängig von der weiteren Ausbildungsteilnahme an der Freien Akademie auf dem Weg besucht werden und eignet sich vor allem für Frauen, die einen intensiven Prozess persönlicher und beruflicher Klärung suchen, sowie an ganzheitlichen Heilungs- und Beratungsmethoden interessiert sind.

**Die folgenden zwölf Themen des Basiskurses** sind angelehnt an den Weg der Heldin durch den Jahreskreis und den Prozess der Selbstwerdung von Frauen, wie er u.a. in dem Buch von Sabine Treeß: „Aufbruch nach Hause – Frauen unterwegs zu sich selbst“ (Vianova, 2004) beschrieben wurde.

### I. Der inneren Heldin begegnen und einen ersten Blick auf meinen Lebensweg

Im Herbst ist die Zeit, in der wir uns vom nach außen gerichteten Leben verabschieden, so wie sich auch die Natur nach innen zurückzieht. Ein guter Zeitpunkt, um eine innere Reise zu beginnen und der inneren Heldin zu begegnen. Sie ist, wie im Märchen, die Kraft in unserer Psyche, die immer wieder den Mut hat aufzubrechen, Altes hinter sich zu lassen und Neues auszuprobieren. Sie bekommen Kontakt zu diesem Mut und spüren, welche überlebten Masken und einengenden Muster noch abzulegen sind und wohin es ihre berufliche Sehnsucht zieht.

### II. Mein weibliches Erbe und die Beziehung zu meiner Mutter

Die Vorratskammer ist im Herbst gefüllt. Ein Weg durch diese ermöglicht die Begegnung mit Ihren Ahninnen und Ihrem weiblichen Erbe. Wie haben Ihre Vorfahrinnen ihre Berufung, ihr Frau-Sein und ihr Leben gelebt? Prägend für heute ist meist viel mehr das, was sie nicht gelebt haben, nicht leben konnten oder durften und was Ihnen als Einschränkungen oder als Lebensaufgabe mit auf den Weg gegeben wurde. Erkennen Sie, welche Anteile sie mitnehmen und welche wertzuschätzen und loszulassen sind, um frei zu werden für Ihren eigenen Weg. Entdecken Sie neue Verbündete, die Sie auf ihrem Weg unterstützen und begleiten.

### III. Der innere Patriarch und die Beziehung zum Vater bzw. zum Männlichen

Die Reise durch die Vorratskammer geht weiter und Sie werfen einen Blick auf Regeln, Vorstellungen, Muster und Programme des Patriarchats, die Sie geprägt haben. Das Bewusstsein für den eigenen inneren Kritiker, Antreiber oder Richter lässt Sie mehr spielerisch mit diesen verinnerlichten, gesellschaftlichen Vorstellungen umgehen und neue Lösungen finden. Losgelassen werden Einschränkungen, die Sie daran hindern, wirklich frei zu werden für Ihre wirkliche Lebensaufgabe und Berufung.

### IV. Das innere Kind heilen und kreative Potentiale wieder entdecken

So wie in der Natur das Licht wiedergeboren wird, kann das wilde, freie Mädchen in Ihnen wiedergeboren 3

werden und seine Lebenslust und Kreativität dürfen sich entpuppen. Verletzungen aus der Kindheit und Familienverstrickungen werden angeschaut und losgelassen. Die Spontaneität, die Potentiale und Träume des inneren Kindes und die Freude an der eigenen Berufung sind wesentliche Aspekte für den Weg in eine erfüllendere Gegenwart und Zukunft.

## **V. Der Schatz meiner Lebenserfahrungen – die Herausforderungen annehmen und die inneren Stärken erkennen**

Im Winter ist Zeit und Raum für eine Inventur der bereits bestehenden Fähigkeiten, Stärken und Kenntnisse. Sie heben den Schatz Ihrer eigenen Lebenserfahrung und lassen Einschränkungen der Lebenskraft los. Denn die Herausforderungen auf dem eigenen Lebensweg sind häufig die gesammelten und gelebten Erkenntnisse, mit denen wir später anderen ein große Hilfe sein können.

## **VI. Die Beziehung zu meinem Körper, Gesundheit und Krankheit verstehen und annehmen**

In der Beziehung zu Ihrem Körper schauen Sie, was Ihnen gut tut. Was braucht Ihr Körper um sich ganz wohl und lebendig zu fühlen? Der Körper ist der Tempel unserer Seele und je mehr wir in diesem Körper gerne anwesend sind, umso wirksamer können wir darin werden – für uns und für andere. Wichtig ist auch die Anerkennung von Grenzen und Hinweisen unseres Körpers, bevor wir ausbrennen und uns in unserer Arbeit ständig erschöpfen. Was braucht es für Ihren Weg noch an Heilung und wie nähren Sie ein gutes Feuer, sind die Fragen, die uns in dieser Station bewegen.

## **VII. Im Gleichgewicht mit mir selbst und anderen sein. Beziehungen als Herausforderung und Chance**

Im Frühling nimmt der Keimling Abschied von seiner Schale, um sich entfalten, wachsen und blühen zu können. Welche schmerzhaften Erfahrungen in Liebesbeziehungen brauchen Abschied? Wovon ist es Zeit sich zu verabschieden, um innerlich ganz werden und blühen zu können. Klären Sie die Bedeutung von Liebe und Freundschaft für Ihren Weg. Welche Wahrnehmungskanäle können geöffnet werden, wie leben Sie Ihre Berufung in Beziehung zu anderen und der Welt um Sie herum, wer oder was hilft Ihnen dabei?

## **VIII. Abstieg und Neugeburt - Verbannte innere Kräfte befreien und verwandeln**

In dieser Jahreszeit fließt die Lebensenergie üppig und grenzenlos und ruft nach unserer ganzen Lebendigkeit, die wir uns bisher nicht immer zugestehen konnten, weil wir uns anpassen mussten, nett sein wollten oder uns nur so schützen konnten etc.. Diese Station lädt Sie ein verbannte innere Kräfte zu befreien und zu verwandeln. Ungelebte Potentiale und Persönlichkeitsanteile, die Sie aus Ihrem Leben verbannt und verraten haben, können wiederentdeckt werden und für den Weg in Ihre Berufung Kraft geben. Zum Beispiel werden Wut, Aggression und Zorn als Kreativität und Willenskraft wieder zugänglich. Verloren geglaubte Seelenanteile werden zurückgeholt und integriert.

## **IX. Heilung, Ganzwerdung und die Geburt der eigenen Herzensvision**

Wenn die Sonne am höchsten steht, ist der Schatten am deutlichsten zu erkennen und die Zeit, dass sich die inneren Pole mit einander verbinden und zur Quelle der Lebendigkeit werden. Es ist die Zeit der inneren

Hochzeit von Weiblich und Männlich, Licht und Schatten, gelebtem und ungelebtem Potential. Ein neuer Impuls wird aus ihrer Ganzheit geboren und möchte in die Welt getragen werden. Entdecken Sie Ihr tiefes Anliegen, welches Sie sich für dieses Leben vorgenommen haben und verbinden Sie sich mit Ihrer Herzensvision. Entdecken Sie, welches Geschenk Sie für die Welt mitgebracht haben.

## **X. Die eigene Lebensaufgabe annehmen, innere Stärken freisetzen und Unterstützung finden**

Um die Herzensvision auf die Erde zu bringen braucht es Kraft, Unterstützung, Verbündete und Vertrauen in den Fluss des Lebens. Der bisherige Lebensweg ist meist die beste Schulung für die Verwirklichung unserer Lebensaufgabe, wenn wir diese annehmen können. Der Widerstand gegen das, was wir eigentlich sind, die Ängste und schmerzhaften Erfahrungen der Vergangenheit, können uns immer wieder davon abhalten dem inneren Ruf zu folgen. Schauen Sie, wohin Ihre Reise geht und was noch losgelassen werden kann, um „Ja“ sagen zu können zu Ihrem Leben als die Frau, die Sie sind. Erfahren Sie Ihre nächsten Schritte, entdecken Sie Ihre Kraft für Ihre Visionen und welcher Reichtum in Ihnen an andere weiter fließen will.

## **XI. Die eigene Vision in die Welt tragen und der eigenen Berufung Form geben**

In dieser Station holen Sie Ihre Ernte vom vergangenen Jahr ein. Ernten heißt schneiden und somit auch die Entscheidung treffen, was kann ich gebrauchen und was nicht. Erkennen Sie, was Sie anderen Menschen konkret zu geben haben, aus welchem Überfluss Sie mit anderen teilen können und welche Form es annehmen könnte. Wo ist Ihr Platz der Verwirklichung in dieser Welt und was haben Sie bereits an Fähigkeiten und Kompetenzen, die Sie einsetzen können? Welche neuen Impulse für Ihren beruflichen Weg wollen Sie aufnehmen und vertiefen? Jetzt entscheiden Sie welchen Weg Sie einschlagen wollen, weil er Ihnen entspricht und der Verwirklichung Ihrer Berufung am meisten dient.

## **XII. Die lebendige Beziehung zum großen Ganzen im Tanz des Lebens erneuern**

Nehmen Sie Kontakt zur Quelle des Lebens, zu Ihrer Schöpfungskraft, zur universellen Energie, zu Gott oder zur Göttin auf, und erleben Sie, was diese große Kraft in ihrer Essenz ist. Welche religiösen Prägungen haben Sie und dienen Sie Ihnen auf Ihrem Weg? Weiterhin klären Sie Fragen, wie: Welchen Sinn hat das Ganze eigentlich? Welchen Sinn hat das Dasein in dem Ganzen? Was ist geistige Freiheit und was bedeutet Freiheit und Vertrauen ins Leben für mich? In der Beziehung zum größeren, universellen Ganzen können wir entspannen und unsere Einzigartigkeit in Verbundenheit ausdrücken. Den eigenen Platz in einem sinnvollen größeren Ganzen einzunehmen ermöglicht konkurrenzfreie, vernetzte Kooperation mit anderen Menschen, die auf ihrem Platz ihre Berufung verwirklichen.

## **Kosten des Basiskurses:**

Der Basiskurs mit 12 Tagen, bzw. 6 Wochenenden pro Jahr kostet 95,- € pro Tag bzw. 190,- € pro Wochenende plus ggfs. Ü/V & Ausbildungskript bei Bedarf (10 €/Tag). Der Basiskurs kostet gesamt 1140,- € und kann in einer Summe oder bei den fortlaufenden Kursen in 12 monatlichen Raten zu 95,- € per Dauerauftrag gezahlt werden. Sie können parallel zum Basiskurs bereits in die vier Ausbildungswege an der Freien Akademie einsteigen. Jeder Weg beginnt mit einem methodischen Einführungsseminar. Dieses Seminar dient auch als Entscheidungshilfe für die Wahl der Haupt- und Nebenfächer.

**Der Basiskurs kann aber auch unabhängig von der weiteren Ausbildungsteilnahme besucht werden.**

## **Ausblick auf die Begleitseminare** (zusätzlich zu den Fachseminaren der vier Wege):

Anschließend an die Basisqualifikation wird der Basiskurs mit je zwei Begleitseminaren pro Jahr fortgesetzt, während Sie in den gewählten Fachbereichen dann weiterführende Fachseminare Ihrer Wahl besuchen.

### **2. Ausbildungsphase:**

#### **Ankommen in meiner Berufung - Einzelqualifikation (2 Wochenenden: Berufung 7 & 8)**

Konkrete Umsetzung in die Einzelarbeit mit Klientinnen. Vertiefte Selbsterfahrung in Hinblick auf die eigene Berufung und weitere Auflösung von Blockaden aus der eigenen Seelengeschichte und aus kollektiven Zusammenhängen. Vertiefung und Erweiterung der methodischen Kenntnisse, die im ersten Jahr selbst erfahren wurden. Praxisorganisation, rechtliche und finanzielle Rahmenbedingungen der Einzelarbeit.

### **3. Ausbildungsphase:**

#### **Meine Berufung verwirklichen - Gruppenqualifikation (2 Wochenenden: Berufung 9 & 10)**

Eigene Konzeptentwicklung für die kreative, therapeutische, schamanische oder spirituelle Arbeit mit Gruppen & Einzelnen. Entwicklung professioneller Kompetenz in der lehrenden Tätigkeit als Seminarleiterin, Trainerin, Lehrerin und Gruppenleiterin. Loslassen von Ängsten, Widerständen und Blockaden, die bei der Umsetzung auftauchen. Der Einsatz kreativer Medien und Methoden in Gruppen, mit Einzelnen, Paaren oder Familien wird individuell entwickelt und Perspektiven für die Verwirklichung einer eigenen beruflichen Identität und Kreativität ausgearbeitet. Eine erste Lehrprobe wird vorbereitet und supervidiert.

## **Schwerpunkte des Basiskurses und der Begleitseminare:**

### **Die methodischen Schwerpunkte des Basiskurses & der Begleitseminare sind:**

Releasing (Loslassen & FreiSein nach Dr. I. & R. Lindwall), Aufstellungsarbeit, schamanisches Reisen und Heilen, Fantasiereisen, Kreatives Schreiben, freies Malen und symbolisches Gestalten, Märchen & Mythenarbeit, Ritualgestaltung, Imaginations- und Symbolarbeit, Jahreskreisfeste, Entspannungsverfahren, Meditation sowie Elemente aus Tanz und Gesang, Ausdrucksspiel aus dem Erleben (Jeux Dramatiques), Naturerfahrungen und Erlebnispädagogik, sowie Gesprächsführung, Coaching und Beratungsmethoden.

### **Die theoretischen Schwerpunkte des Basiskurses & der Begleitseminare sind:**

Psychologische Ansätze zum Selbstwertungsprozess von Frauen, spirituelle, schamanische und transpersonale Ansätze in der Psychologie und Psychotherapie, altes Heilungs- und Frauenwissen, Hintergründe des Releasings, weibliche/ feministische Spiritualität, Schamanismus, Mythologie und Märchenkunde, Erlebnis- und Gruppenpädagogik, ökonomische und rechtliche Bedingungen für die selbständige Arbeit mit Einzelklienten und Gruppen, Werbung, Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung.

## **Das Webportal der Ausbildungsgruppen:**

**Zusätzliche Materialien**, z.B. Fantasiereisen, Hörbücher, Bibliotheksübersichten und aktuelle Informationen sowie Kontakte zu anderen Ausbildungsteilnehmerinnen finden sich auf dem Webportal der Ausbildungsgruppen unter [www.frauenonlineakademie.de](http://www.frauenonlineakademie.de), zu dem die Teilnehmerinnen nach der Anmeldung einen Passwortgeschützten Zugang erhalten.