



HumanFlow Coach® Ausbildung

Ausbildungsblatt



Ausbildung zum HumanFlow Coach

- Für wen ist das Training?
- Was sind die Inhalte des Trainings?
- Wer leitet die Ausbildung?
- Struktur und Termine
- Kosten
- Fragen und Anmeldung

Eine Untersuchung der Europäischen Beobachtungsstelle für berufsbedingte Risiken ergab, dass bis zu 60 Prozent aller versäumten Arbeitstage auf Stress zurückzuführen sind. Berücksichtigt man noch Wechselwirkungen mit Fehlernährung, Übersäuerung und Bewegungsmangel, könnte der Wert sogar noch höher liegen. Und auch der Gesundheitsreport der Techniker Krankenkasse gibt an, dass mehr als 80% der Deutschen über zu viel Stress klagen und 30% gar über Dauerstress.

Diese Statistiken sind alarmierend, scheinen Dauerstress und Burn-out doch wie eine Welle über die moderne Gesellschaft zu rollen.

Der heutige Trend scheint zu sein, dass trotz der äußerlich sicheren Umstände, immer mehr Menschen psychisch überlastet sind, sich im Alltag auf ein bloßes Funktionieren reduzieren oder unter stressbedingten Störungen, wie dem Burn-out, leiden. Dieses Ungleichgewicht als natürliche Begleiterscheinung einer Leistungsgesellschaft zu akzeptieren, sollte nicht normal sein, widerspricht es doch dem ursprünglichen Ziel der Leistung, des Geldes, der Arbeit, der Beziehung und des Lebens im Allgemeinen. Letztendlich geht es nämlich bei all dem Aufwand vor allem um eines: im Frieden zu sein.

Glücklicherweise gibt es Perspektiven, Know-how und Methoden, die dem Einzelnen helfen können, vorzubeugen, bzw. schneller wieder zu regenerieren, auch wenn eine stressbedingte Erschöpfung bereits chronisch geworden ist. Oft fehlt es der betroffenen Person einfach an grundlegendem Wissen über sich selbst und den nachhaltigen Umgang mit der eigenen Lebenskraft. Das Vermitteln dieses praktischen Wissens an andere Personen steht im Zentrum der **HumanFlow Coach®** Ausbildung.

Die Ausbildung basiert auf dem Ansatz der **HumanFlow** Methode und der Integration der Flow-Prinzipien in die alltägliche Praxis.

Bei der **HumanFlow Coach®** Ausbildung stehen weder Buchwissen noch Theorie im Vordergrund, sondern vor allem die alltägliche Praxis der Vorbeugung und Behandlung eines stressbedingten Energiemangels.

Sie lernen zuerst sich und danach auch anderen helfen.

Die Ausbildung hat 2 Blocks mit einer Ausbildungszeit von 3 - 9 Monaten.

- **Block I:** Teilnahme an der regulären Flow-Kur - 7 Tage (Infos auf der Webseite und Selbstbeobachtung im Alltag.
- Selbstständige Vertiefung und Vorbereitung auf den 8-tägigen Ausbildung mit Hilfe von Audio Dateien, und Skripten.
- **Block II:** 8 Tage Training in 8-14 köpfiger Ausbildungsgruppe: 5 Prinzipien vertiefen, Sprechen üben, u.v.m (mehr Infos hier)



- Nacharbeit: Selbstständige Hausarbeit - Einzelstunden mit Freunden & Familie durchführen - Praxisberichte anfertigen - Audiodateien von Sitzungen anhören - Selbsttest des ambulanten Plans und mehr.
- Prüfung: schriftliche und mündliche Abschlussprüfung via eMail + Skype Video oder in Person

Für wen die Ausbildung geeignet?

- für Therapeuten, Psychologen und Ärzte, die ihre Patienten durch die HumanFlow Methode zur Stressbewältigung und -prävention therapeutisch unterstützen und begleiten möchten.
- für Meditations- und Yogalehrer, Lebensberater, ganzheitliche Fitness Trainer, Tai Chi und Chi-Gong Lehrer, die ihre Klienten durch die **HumanFlow** Methode vorbeugend unterstützen und begleiten möchten.
- für andere FlowKur Teilnehmer/innen, die ihr Wissen für sich selbst vertiefen und/oder andere Personen in der Stressbewältigung und Vorbeugung unterstützen möchten.

Für nicht-Therapeuten ist die **HumanFlow Coach** Ausbildung nur zur Anwendung im Bereich von Stressmanagement und Burn-out Prävention geeignet.

Was sind die Inhalte des Trainings?

- Die 5 Flow-Prinzipien
- Die Praxis von Achtsamkeit und Bewusstheit
- Eine Beziehung mit sich selbst eingehen: die Basis von Selbstbewusstsein
- In stressvollen Situationen, Umständen und Umgebungen in der Mitte bleiben
- Schematische Hinterfragung von Glaubensmustern
- Techniken, um die Aufmerksamkeit in das Hier und Jetzt zu bringen
- Mit unterschiedlichen Menschen-Typen arbeiten
- Entscheidungen fällen: Intuition fühlen und ihr folgen

Wer leitet die Ausbildung?

Falk Mieschendahl(**HumanFlow Coach**), Angelica Mieschendahl (**HumanFlow Coach**) und andere **HumanFlow Coaches**



Struktur und Termine:

Die Ausbildungsdauer beträgt 3-9 Monate. Am Anfang der Ausbildung steht die Teilnahme an der 7-tägigen **Flow**-Kur, eine praktische Selbsterfahrung in Stressbewältigung, die zu jedem beliebigen angebotenen Flow-Kur Termin möglich ist.

Die momentan nächsten 8-tägigen Ausbildungskurse finden vom 08.-15. März, 2012 und vom 08.-15. Juli, 2012 statt.

Am Ende der Ausbildung erhält der/die Teilnehmer/in eine **HumanFlow Coach™** Ausbildungsbestätigung und wird Teil des ständig wachsenden **HumanFlow Coaches™** Netzwerkes.

Kosten der Ausbildung:

Die Kosten (inkl. Unterbringung, HP, Körpertherapie und Flow- Einzelcoaching) für die Flow-Kur liegen bei **2253,20 EUR** (mehr Infos [hier](#)) . Die Kosten für Block II der Ausbildung liegt bei 1708,00 EUR plus Zimmer u. Verpflegung.

Kontakt & Anmeldung:

HumanFlow Zentrum

Ansprechpartner:

Falk Mieschendahl

Schwarzwaldstr. 6

79282 Ballrechten-Dottingen

Tel.+49-7634-5949773

eMail: info@humanflow.de

