



Ausbildung

Transformative

TANZ

Therapie



Institut für
Gestalt und Erfahrung

2014



Inhaltsübersicht

| | |
|--|----|
| | 3 |
| Begrüßung | 4 |
| Transformative Tanztherapie | 5 |
| Die Heldenreise - Einstieg in die Ausbildung | 6 |
| Ausbildungsübersicht | 8 |
| Ausbildungsleitung | 10 |
| Organisatorisches | |



Herzlich willkommen



Institut für
Gestalt und Erfahrung

zur Ausbildung in Transformativer Tanztherapie am Institut für Gestalt und Erfahrung*

Seit 2002 arbeite ich als freie Mitarbeiterin in diesem Institut. Vor 14 Jahren entwickelte ich Body and Soul Dance, das ich seither in Wasserburg am Inn anbiete. Meine fortwährende Tanz-Begleitung von Menschen, meine langjährige Erfahrung im Leiten von intensiven Persönlichkeitsseminaren, meine Tanztherapiefortbildung bei Ursel Burek, mich selbst als Ausbilderin im systemischen Gestaltcoaching zu erleben und nicht zuletzt meine eigene Freude an Bewegung motivierten mich, diese Ausbildung vor zwei Jahren ins Leben zu rufen. 2014 folgt nun die zweite Ausbildungsgruppe.

Transformation bedeutet Wandel. Über die Sprache und das Verstehen können wir viel für unser Bewusstsein und unsere Gesundheit tun. Negative Programme und Glaubenssätze können aufgedeckt werden, klar werden. Im Körper können wir dieses neue Wissen über die Bewegung ankern. Unser Körper spricht seine eigene Sprache. Es reicht nicht, ihm nur dann Aufmerksamkeit zu widmen, wenn etwas wehtut, wenn psychosomatische Beschwerden auftreten, oder ihn zu trainieren, weil wir schön bleiben wollen. Der Körper spricht die Sprache unserer Seele, was in unserer Gesellschaft immer mehr Gehör findet. Um unserer Seele ein gesundes Zuhause zu schenken, unser tiefes Bewusstsein im Körper zu ankern, verbinde ich in dieser Ausbildung die Erkenntnisse der Gestalttherapie mit denen der Tanz- und Bewegungstherapie.

Dem körperlichen und geistigen Bewusstsein, der Freude an der Bewegung, der Entdeckung des eigenen Rhythmus und der nachhaltigen Gesundheitsprävention durch Erfahrung widmet sich diese Ausbildung.

In den Modulen unterstützt mich je nach Gruppengröße ein/e Gasttrainer/in mit seiner/ihrer spezifischen Kompetenz für das jeweilige Modul.

So entstand ein buntes, der Bewegungsvielfalt unseres Körpers angemessenes Ausbildungsprogramm, das im Folgenden beschrieben wird.

Das Institut für Gestalt und Erfahrung wurde 1994 von Franz Mittermair und Torsten Zilcher gegründet. Es hat sich zum Ziel gesetzt, Seminare zur Persönlichkeitsentwicklung anzubieten und Therapeuten und Coachs auszubilden.

Das Institut für Gestalt und Erfahrung ist Mitglied im Deutschen Verband für Coaching und Training e.V. (dvct).





Transformative Tanztherapie

Zielsetzung

Die Ausbildung vermittelt den Teilnehmern die Kompetenz, Menschen und ihre Bewegungen ressourcenorientiert zu unterstützen. Sie lernen vielfältige Methoden kennen, ihren Klienten die kraftspendende Schwingung des eigenen Körpers wieder nahe zu bringen und sie körperorientiert zu unterstützen. Die Teilnehmer dieser Ausbildung sind aufgefordert, ihr eigenes Bewusstsein für sich und ihren Körper zu sensibilisieren, um andere kraftvoll und authentisch zu begleiten.

Im Einzelnen lernen die Teilnehmer

- sich selbst in der Bewegung wahrzunehmen
- ihren Körper als Instrument mit allen Sinnen zu spüren und wertzuschätzen
- vielfältige tanz- bewegungs und körpertherapeutische Methoden anzuwenden
- Menschen aller Altersgruppen körper- und tanztherapeutisch zu begleiten
- professionelle Bewegungsangebote zielgruppenspezifisch anzubieten
- mit den Erkenntnissen aus der Gestalttherapie und dem systemischen Denken vertraut zu werden
- die Idee des ganzheitlichen Veränderungsprozesses am Beispiel des Monomythos „Heldenreise“ auf der Leib-Körperebene zu erfahren

Am Ende dieser Ausbildung können die Teilnehmer als Transformativer Tanz- und Bewegungscoach Menschen einzeln oder in Gruppen begleiten, sich als Tanztherapeutin weiterqualifizieren oder das „verleiblichte“ Wissen in ihren persönlichen/beruflichen Hintergrund nutzen und integrieren.



Vor-Modul Persönlichkeitsentwicklung "Die Heldenreise"

Seit vielen Jahren mache ich die Erfahrung, dass es keine bessere Basis für die Arbeit mit der eigenen Persönlichkeit und der Kontaktfähigkeit im Umgang mit anderen Menschen gibt als die Teilnahme an einer Heldenreise. In der Heldenreise verwandeln und integrieren die Teilnehmer die Inhalte sehr erfolgreich über Tanz und Bewegung. Die innere Bewegung darf sich über den Körperausdruck äußern. Eine äußerst nachhaltige Erfahrung. Nur wer selbst den Weg der Veränderung und Krise gegangen ist, kann andere Menschen verstehen und begleiten. Deshalb ist sie Grundvoraussetzung für alle Aus- und Fortbildungen am IGE.

Die Heldenreise bildet in einem kreativen Prozess die Grundlagen der Gestalttherapie ab. Darüber hinaus werden viele Methoden der humanistischen Psychologie erlebt (Trancereisen, Körperarbeit, kreativer Ausdruck, Inszenierung), die einen Tanzcoach oder Tanztherapeuten sehr bereichern und in dieser Ausbildung vertieft werden.

Mit der Heldenreise bieten wir ein optimales Werkzeug, um

- die persönliche Vision (weiter-) zu entwickeln
- Widerstände und Blockaden abzubauen
- Energie zu tanken, die eigene Energie zu lösen und zu mobilisieren
- dem Burn Out vorzubeugen, psychosomatische Beschwerden abzubauen
- noch kontaktfähiger und kontaktfreudiger zu werden
- einen großen Schritt zu einer kreativeren Persönlichkeit zu machen
- noch mehr Erfüllung, Freude und Zufriedenheit in sich selbst ,im Beruf und in Beziehungen zu finden.

Die Idee der Heldenreise

In jedem Menschen steckt ein Teil, der etwas aus seinem Leben machen will, der Veränderung und Weiterentwicklung sucht; und ein anderer Teil, der die Bequemlichkeit des Vertrauten schätzt, der lieber leidet, als anzupacken. Wird dieser Konflikt zwischen Sehnsucht und Sicherheit nicht gelöst, ist Lähmung, Energielosigkeit und Unzufriedenheit die Folge. Authentische und in ihrem Sinne erfolgreiche Menschen haben gelernt, ihren abenteuerlustigen und ihren schützenden Teil zu integrieren.

Für uns Menschen ist dieser Konflikt sehr bedeutsam. Ihn zu lösen, heißt letztlich, erwachsen, reif und selbständig zu werden. In anderen Kulturen halfen oder helfen Initiationsrituale dabei, die nötigen Schritte zu gehen. In unserer Kultur werden wir dabei ziemlich allein gelassen. In der Heldenreise haben die TeilnehmerInnen Gelegenheit, diese beiden widerstreitenden Persönlichkeitsanteile herauszuarbeiten und ein Stück weit zu integrieren.



Institut für
Gestalt und Erfahrung

Bücher zur Heldenreise:



Der "Klassiker" zur
Heldenreise:

Paul Rebillot, Melissa Kay:
"Die Heldenreise", Eagle
Books 2011



Das neue Standardwerk
zur "Großen Heldenreise"
und zum Hintergrund
unserer Arbeit:
Franz Mittermair: "Neue
Helden braucht das Land",
Eagle Books 2011



Inhalt

Vor-Modul: Persönlichkeitsmanagement (Heldenreise)

Siehe vorherige Seite.
Dieses Modul entfällt für alle, die bereits an einer Heldenreise® teilgenommen haben.

Ausbildungsbeginn: 2.10.2014

1. Modul: "Der Ruf" - Beginn

2 .- 5. 10. 2014

(Sonja und Franz Mittermair)

Grundlagen und Geschichte der Tanztherapie, Gestalttherapie bezogen auf Bewegung, Theorie des ganzheitlichen Veränderungsprozesses nach Stämmeler/Bock. Grundformen der Bewegung nach Laban, Kontakte in der Bewegung. Sensory Awareness Übungen, Energiezentren (Chakrenlehre). Im Körper zuhause sein. Tanz der Fünf Rhythmen.

2. Modul: "Der Held" - Die Heldenqualität in Tanz und Bewegung

26. 2. - 1. 3. 2015

(Sonja Mittermair und Anja Deharde)

Ressourcen- und zielorientiertes Bewegen und Tanzen: Afrobrasilianischer Tanz, Kampf und Tanz, Archetypentanz, Rituelle Tänze, Coachen im Tanz, Kontakt und Grenze in der Bewegung, Bilden von Statuen.

3. Modul: "Der Dämon" - Schattenenergie in Bewegung umsetzen

14. - 17. 5. 2015

(Sonja Mittermair und Volker Klein)

Lust und Bewegung, Aggression und Bewegung, Widerstände erkennen und bewegen, Dämonentanz, Bioenergetische Grundlagen, Grounding, Verlangsamung der Bewegung, Butoh Tanz, Bühnenarbeit

4. Modul: "Die Konfrontation"- Tanzen von Polen

2. - 5. 7. 2015

(Sonja Mittermair, N.N.)

Dreieckstanz, Elemente tanzen, Polaritäten und Übergänge tanzen, Kontakt und Grenze in der Bewegung, Rituellicher Tanz, Kreistanz, Bühnenarbeit, Sufi- Meditation

Abschluss erstes Jahr



5. Modul: "Das Land der Wunder"- Tanzen mit kreativen Medien

15. - 18. 10. 2015

(Sonja Mittermair und Birke Knopp)

Tanzen mit Material (Ton, Farbe, Naturmaterialien oder Stoffe),
Rhythmus als Stütze, Krafttiertanz

6. Modul: "Die große Prüfung"- Arbeit mit Klienten

21. - 24. 1. 2016

(Sonja Mittermair)

Begleiten, Beobachten, Coachen (eigene Themen), den eigenen
Rhythmus tanzen

Biografisches Tanzen

7. Modul: "Belohnung"- Tanz und Spiritualität

7. - 10. 4. 2016

(Sonja Mittermair, N.N.)

Ritual und Tanz, Jahreszeiten tanzen, Kundalini, stärkende
Übungen aus dem Quigong und Yoga, Kreistänze

8. Modul:"Rückkehr" - Abschluss und Zertifizierung

23. - 26. 6. 2016

(Sonja und Franz Mittermair)

Erstkontakt, Rahmenbedingungen, Verantwortung des Coachs und
Therapeuten, Vernetzung, Weiterbildung

Jedes Modul beginnt am Donnerstag um 18 Uhr und endet am Sonntag um 15 Uhr .



Institut für
Gestalt und Erfahrung



Ausbildungsleitung

Sonja Mittermair



ist Pädagogin, verheiratet und hat zwei Söhne. Beim Institut für Integrative Gestalttherapie Würzburg absolvierte sie eine vierjährige Ausbildung in Gestalttherapie und eine Weiterbildung zum Systemischen Gestalt-Coach. Paul Rebillot bildete sie in Strukturierter Gestaltarbeit aus, Ursula Burek in Tanztherapie.

Ich leite seit zehn Jahren Seminare für Persönlichkeitsentwicklung, biete in Wasserburg den von mir entwickelten "Body-and-Soul-Dance" an, gebe Gestalt-Einzelberatung und Coaching in unseren Praxen in München und Wasserburg und bilde in Transformativer Tanztherapie, Gestalttherapie und Systemischem Gestalt-Coaching aus.

Referenten/innen

Anja Martina Deharde



Lebenstänzerin, Trainerin für bewegte Kommunikation, Liz. Sportübungsleiterin

Wesentliche Einflüsse meiner tänzerischen Aus- und Weiterbildungen seit 13 Jahren sind der zeitgenössische Tanz, Prinzipien alter Heil- und Kampfkünste, Rituelle Tänze der Sufi- und afro-brasilianischen Tradition, Kontaktimprovisation sowie Praxiserfahrungen als Bewegungscoach und Tanzdozentin in der Erwachsenenbildung und Kindertanzpädagogik. Ich unterrichte in München und gebe Tanzseminare auf der Fraueninsel, in Málaga/Spainien und Salvador de Bahia.

In offenen Kursen und Workshops nutze ich das Medium Tanz und Bewegung, um neue Handlungs- und Erfahrungsspielräume zu öffnen, Bewegungs- und emotionale Ressourcen freizusetzen, um die eigenen Grenzen spielerisch und wachsam zu erweitern.

Kontakt: www.lebenstanz.com

Volker Klein

Tätigkeit in der Krankenpflege, staatlich geprüfter Masseur und medizinischer Bademeister, Heilpraktiker, Bergwanderführer.

Aus- und Weiterbildungen in Osteopathie und Chiropraktik, Klientenzentrierter Gesprächsführung, Hypnotherapie nach Milton Erickson, Bioenergetischer Analyse und Dynamischer Körpertherapie. Tänzerische Weiterbildung in Butoh bei Sabine Seume Düsseldorf/Hannover.

Atmung und Bewegung als Ausdruck verkörperter Lebensgeschichte ist mein Tätigkeitsschwerpunkt. Meine Arbeit an einengenden Lebensweisen (Charakterstrukturen, W. Reich/A. Lowen) beinhaltet den Kontakt zum Boden (Erdung bzw. Grounding), den Körper als Ort unmittelbarer Erfahrung (Hier und Jetzt) und als Instrument unserer Beziehungen. Selbstregulation durch das bioenergetische Prinzip von Erdung, Sammlung und Fluss ist das Ziel meiner Arbeit.

Birke Knopp

Pädagogin, Gestalttherapeutin und Wandlungskünstlerin.

Seit 11 Jahren freie Seminarleiterin im Bereich der kreativen Selbsterfahrung mit Schwerpunkt Maskenbau und Maskenspiel, Tanz und Ritualarbeit, Arbeit mit Frauen. Ausbildungen im Kreativen Tanz, Rituellem Maskenspiel bei Reinhard Winkler und Gestalttherapieausbildung beim IGE.

Seit 2008 lebe und arbeite ich in der Gemeinschaft Schloss Glarisegg am Bodensee.

Kontakt: www.maske-mythos-ritual.de

Franz Mittermair

Diplompädagoge, Gestalt-Körpertherapeut, Seminarleiter und Ausbilder in Gestalttherapie und Coaching, verheiratet, vier Kinder.

Ich widme als Seminarleiter und Ausbilder meine ganze Arbeitskraft der persönlichen und beruflichen Weiterentwicklung von Pädagogen und Psychologen, Therapeuten, Trainern und Coaches und von allen anderen Menschen, die ernsthaft und mit viel Spaß an sich arbeiten wollen.

Autor des Buches "Körpererfahrung und Körperkontakt", isko Press Verlag 2006 und "Neue Helden braucht das Land. Persönlichkeitsentwicklung und Heilung durch Rituelle Gestaltarbeit", Eagle Books 2011.

Kontakt: www.heldenreise.de





Teilnahmebedingungen

- Vorherige Teilnahme am Seminar „Die Heldenreise“, Termine unter www.heldenreise.de
- Freude an der Bewegung
- Interesse an der Begleitung von Menschen
- Offenheit für die eigenen Körperprozesse und -wahrnehmungen
- Bereitschaft sich selbst zu hinterfragen und zu erkunden
- stabile körperliche und geistige Gesamtkonstitution

Die Teilnehmerzahl ist auf 21 begrenzt.
Die Teilnahme ist für Männer und Frauen jeden Alters geeignet.



Ort und Kosten

Die Seminare finden im Seminarhaus Attenhausen, 94405 Landau an der Isar, Tel: 09951-1500, www.attenhausen.de statt.
Das Haus ist bekannt für seine hervorragende Küche und seine großzügige Saunaanlage.

Die Kosten betragen 350 € mehrwertsteuerfrei pro Seminareinheit, insgesamt also 2.800 €.

Dazu kommen Kosten für Unterkunft und Verpflegung von ca. 180 € bis ca. 255 € pro Seminareinheit je nach Zimmerkategorie.



Seminarhaus Attenhausen bei Landau an der Isar
Innenhof und Seminarraum

Abschluss

Bei erfolgreichem Abschluss der Ausbildung verleihen wir das Zertifikat Transformativer Tanzcoach (IGE).

Werden zwei weitere Jahre Gestalttherapieausbildung am IGE (die Tanztherapieausbildung gilt als erstes Jahr) oder eine vergleichbare Therapieausbildung an anderen Instituten nachgewiesen, verleihen wir das Zertifikat Transformativ/r Tanztherapeut/in (IGE).

In Verbindung mit der Prüfung zum Heilpraktiker für Psychotherapie stellt dieses Zertifikat eine staatlich anerkannte Berufsausbildung dar.

Die gesamte Unterrichtszeit umfasst einschließlich dem Vormodul "Die Heldenreise" und der Arbeit in Peer-Groups 270 tanz- und bewegungstherapeutische Ausbildungsstunden.

Bewerbung

Bitte senden Sie uns per Email oder Post ein Schreiben mit Ihren persönlichen Daten (Name, Anschrift, Telefon, Email-Adresse, Geburtsdatum) und beantworten Sie folgende Fragen:

1. Motivation für die Coachingausbildung
2. Beruflicher und fachlicher Hintergrund
3. Bisherige Aus-, Fort- und Weiterbildungen in den Bereichen Tanz und Bewegung
4. Lebensumgebung (Wie gestaltet sich momentan Ihr Lebenshintergrund: Zuhause, Arbeit, Beziehungen, Selbst)

Wir freuen uns auf Ihr Schreiben und behandeln selbstverständlich alle Inhalte vertraulich.

Bitte per Brief oder Email an:

**Institut für
Gestalt und
Erfahrung**

A m F ö r c h e t 2
D-83547 Babensham
Tel. +49-(0)8071/7288745
sm@heldenreise.de



Institut für
Gestalt und Erfahrung

Energie darf sich wandeln

Die Ausbildung in Transformativer Tanztherapie verbindet die Gestalttherapie mit tanz- und körpertherapeutischen Erkenntnissen erfahrener Bewegungspioniere (v.a. Ursel Burek, Trudi Schoop, Gabrielle Roth, Paul Rebillot, Wilhelm Reich, Rudolf Laban, Alexander Lowen) und vieler anderer.

Die Ausbildung in Transformativer Tanztherapie vermittelt den Teilnehmern die Kompetenz, Menschen und ihre Bewegungen ressourcenorientiert zu unterstützen. Sie lernen vielfältige Methoden kennen, ihren Klienten die kraftspendende Schwingung des eigenen Körpers wieder nahe zu bringen und sie körperorientiert zu unterstützen. Die Teilnehmer dieser Ausbildung sind aufgefordert, ihr eigenes Bewusstsein für sich und ihren Körper zu sensibilisieren, um andere kraftvoll und authentisch zu begleiten.

Diese Ausbildung ist als erstes
Jahr unserer Ausbildung in
Gestalttherapie anerkannt!



**Institut für
Gestalt und
Erfahrung**

Am Förchet 2
D-83547 Babensham
Tel. +49-(0)8071/103489
info@heldenreise.de

info@tanztherapieausbildung.de
www.tanztherapieausbildung.de

www.tanztherapieausbildung.de