

Zertifikat

SOLICO & SOBUCO - Körperorientiertes Coaching



**Frau
Marion Meiner**

hat in der Zeit von Januar 2009 bis Dezember 2010
die **Ausbildung Körperorientiertes Coaching**
absolviert und mit Erfolg abgeschlossen.



Eberhard Morawa
Ausbildungsleiter in der TRIKAYA Akademie



Das Ausbildungsprogramm umfasste die folgenden Themen:

Somatics im Coaching (SOLICO und SOBUCO) BASICS

Coaching als Somatics Life Coaching oder Somatics Business Coaching

Körpersprache und Körpersignale

Blockaden auf der Entscheidungs- oder Handlungsebene

Kontaktsignale, Distanzverhalten, Reversspiele im Alltag

Wahrnehmungs- und Spürfähigkeit des eigenen Körpers

Körpersprache und Signalbeobachtung

Arbeitsgrundlagen Arbeit mit Einzelpersonen & Eigenreflektion

Weiterentwicklungen Typologie von Ron Kurtz (Hakomi), Core Energetics (j.Pierrakos), IBP (Jack Rosenberg)

Modell der „Verkörperten Gefühle“ nach Stanley Keleman

Body Wisdom Theatre (nach dem Method Acting von Lee Strasberg & Konstantin Stanislawski)

Modelle von Moshe Feldenkrais und Thomas B. Hanna „Somatics“

Neurobiologie & Bindungstheorie und ihre Auswirkungen im Beruf und im Leben

Differenzierung psychosomatisch orientierter Beratungssituationen (Coaching, Körpertherapie)

Kombinationen von KBT/KBA (konzentrativer Bewegungstherapie/- Arbeit und Berührungaspekten)

■ Somatics Business Coaching

Beobachtungs- und Themenkern auf beruflicher Veränderung, Konfliktlösung, Perspektivenentwicklung, Umsetzungsstrategien in Wirtschaft und Beruf, Work-Life-Balance, Team- und Gruppendynamiken in Organisationen.

Interaktionales Darstellen von Körper und System in dynamischen Formen („SOBUCO & SOLICO“ Medien in Einzel-, Teamcoaching und Organisationsarchitektur)

Bindungseinstellung- Bindungskompetenz Erwachsener im Berufsfeldbezug.

Klassifikationen von Bindungsschemata:

- Autonome Bindungseinstellung „free-autonomous“
- Distanziert-beziehungsabweisende Bindungseinstellung „dismissing“
- Präokkupierte, verstrickte Bindungseinstellung „entangled-enmeshed“
- Von unverarbeitungem Objektverlust beeinflusste Bindungseinstellung „unresolved“

■ Körperorientiertes Somatics Coaching in Team und Gruppen

Auch in der Arbeit mit Teams, Gruppen und Organisationen ist die Verkörperung von Beziehungen, Empfindungen, Stellungnahmen erleichternd, verdeutlichend und schnell im Vergleich zu rein gesprächsorientierten Prozessen.

Medien, Symbole und Metaphern

Schnittmuster Theatermetapher

Idee der geschlossenen und offenen Gestalt aus der Gestaltarbeit

Modelle von Kets de Vries

■ Somatics Life Coaching

Psychodrama nach Moreno und die Theatermetapher nach Bernd Schmid (Wiesloch)

Theaterelemente im Coaching:

- Thema
- Story
- Bühne
- Rollen im Stück (Beziehungen, die diese Rollen entsprechen)
- Intendant und Regisseur
- Inszenierungsstil

Modell der Heldenreise nach Campbell/ Vogler und Rebillot

Gruppendynamik nach Levin (Tavistock Centre)

Parts Party und Familienskulpturen nach Virginia Satir

Lebensrad - Modell nach Whitworth

Gruppe-Feld-Familie-Dyade-Triade und ihre Dynamiken im Coachingprozess

Ansätze moderner Körperarbeit (Somatics, Felt Sense, Somatic Experiencing, Appreciative Shame Inquiry)

Ergebnisse neurobiologischer Forschung

Bindungseinstellung- Bindungskompetenz Erwachsener im Lebensweltbezug

Klassifikationen von Bindungsschemata:

- Autonome Bindungseinstellung „free-autonomous“
- Distanziert-beziehungsabweisende Bindungseinstellung „dismissing“
- Präokkupierte, verstrickte Bindungseinstellung „entangled-enmeshed“
- Von unverarbeitetem Objektverlust beeinflusste Bindungseinstellung „unresolved“

Modell der Muster der Hypnotischen Techniken von Milton H.Erickson M.D.

- Struktur der Trancesprache
- Ideomotorischen Signale in der Tranceinduktion
- Transderivationale Phänomene
- Transderivationale Suche - Generalisierter referentieller Index

Rollen in der Gruppe nach Raul Schindler

- Alpha (der Führer)- Beta (die Spezialisten)- Gamma (die Arbeiter)- Omega (der Sündenbock)

Gruppendynamik in der Erwachsenenbildung

- Dependenz - Abhängigkeit
- Konterdependenz - Gegenabhängigkeit/Trotz
- Interdependenz

Gruppendynamische Intervention

- Niedrigstrukturiertheit und initiale Verunsicherung
- Das Hier-und-jetzt-Prinzip
- Feedback
- Die 10 affektiven dyadischen Grundbeziehungen
- Triangulierung in der systemischen Therapie
- Bedeutung verschiedener Triaden

Real Live Coaching in der offenen und geschlossenen Fishbowl-Struktur mit Probanden

Supervision

Reflektionsrunden und kollegiale Beratung Ethik im Coaching

In der Ausbildung wurden bereits folgende Stunden absolviert:

**60 Praxisstunden
während der Ausbildung**

**10 Praxisstunden mit
Probanden während der Ausbildung**

**10 Praxisstunden mit
Probanden nach der Ausbildung
(Dokumentiert)**