



# Ausbildung zum **Mentor der Gedankenpsychologie**

**Beginn:** 24. März 2012 von 9 - 18 Uhr

Die Ausbildung findet an 15 Ausbildungstagen statt, deren Termine am ersten Tag miteinander vereinbart werden.

**Anzahl der Teilnehmer:** min. 6, max. 12

**Kosten:** € 120,- / Tag

## Wie unsere Gedanken wirken

Die Qualität unserer Gedanken bestimmt unser Wohlbefinden. Jedem Erlebnis und jeder Erfahrung geben wir eine gedankliche Form, wenn wir sie abspeichern. Der wenigsten Erfahrungen sind wir uns bewusst. Und auch die bewusst gemachten Erfahrungen wandern irgendwann ins Unterbewusstsein. Wir meinen, zu vergessen. Doch das stimmt nur zum Teil. Wir mögen zwar das bewusste Erlebnis vergessen, doch die dazugehörigen Gedanken wirken auch aus dem Unterbewusstsein heraus weiter und beeinflussen unsere Wahrnehmung. Unsere Wahrnehmung will uns weismachen, uns würde erneut das widerfahren, was wir bereits erlebt haben. So wiederholt sich unser Erleben scheinbar immer wieder aufs Neue ohne unser Zutun.

Das wäre gut für uns, würde unser Leben ausschließlich aus positiven Erfahrungen bestehen. Doch meist ist es anders. Als Kinder konnten wir auf Verletzungen nicht angemessen reagieren. Wir fanden nicht die richtigen Antworten und mussten uns verschließen. Unbewusst erwarten wir nun, dass das immer so bleiben wird. Und weil wir es erwarten, wiederholt es sich. Mit der Kraft unserer Gedanken holen wir bereits gemachte Erfahrungen als neue Erfahrungen in unser Leben. Wir wiederholen uns.

## Ausbildungsinhalt

Die Ausbildung zum **Mentor der Gedankenpsychologie** soll Ihnen diese Kraft Ihrer eigenen Gedanken bewusst machen. Sie soll Sie dazu befähigen, zu erkennen, dass Sie sich Ihre Erlebnisse und Gefühle selbst erschaffen, indem Sie sie vorher herbei denken. Ihre unbewussten Gedanken wirken in Ihnen und lassen damit Ihre bewussten Erlebnisse entstehen. Werden Sie sich Ihrer Gedanken bewusst und verändern Sie sie. Das wird Sie dazu befähigen, sich die Situationen ins Leben zu holen, die Sie wirklich erleben wollen.

Gemeinsam erarbeiten wir uns mittels der **Spiegeltechnik** ein Prinzip, das uns dazu befähigt unsere unbewussten Gedanken zu erkennen. Wie das funktioniert? Ganz einfach. Das Unbewusste sind die Anderen. Das Unbewusste ist das, was wir anderen unterstellen zu sein. Es ist das, was uns an anderen emotional macht, und berührt, uns aufregt oder erzürnt. Denn mit dem emotionsgeladenen Blick auf den Anderen, erblicken wir in Wirklichkeit uns selbst. Wir schauen in den Spiegel. Schauen wir reflexiv auf uns selbst, erhalten wir eine Chance, unsere vermeintlich vergessenen Gedanken über uns selbst wieder zu erkennen und zu formulieren.

An sich selbst und in Gruppenarbeit mit den anderen Ausbildungsteilnehmern werden Sie lernen, ...

... Erkenntnisprozesse in Gang zu bringen.

... Gedankenstrukturen zu erkennen, sie zu lösen und sie neu zu programmieren.

... die Gefühle Ihres verletzten Inneren Kindes anzuerkennen und es zu heilen.

Die Ausbildung zum **Mentor der Gedankenpsychologie** ist in mehrere thematische Abschnitte gegliedert. Zum jeweiligen Termin werden Sie einen wichtigen Lebensaspekt unter die Lupe nehmen und Ihre Gedanken zu diesem Thema analysieren. Sie werden Möglichkeiten zur Veränderung selbst zerstörerischer Gedanken erarbeiten. Jeder Ausbildungsteilnehmer ist aufgefordert, sich seiner eigenen Gedanken und deren Wirkung bewusst zu werden. Denn nur, was Sie selbst an sich erkennen, können Sie aus eigener Kraft verändern.

Ziel der Ausbildung zum **Mentor der Gedankenpsychologie** ist die Entwicklungsförderung Ihrer eigenen Persönlichkeit. Sie soll Sie dazu befähigen, Ihre Erkenntnisse in Ihr Arbeits- und Alltagsleben einzubinden, um Ihnen ein bewusstes und stabiles Leben nach Ihren eigenen Vorstellungen und gemäß Ihren eigenen individuellen Fähigkeiten zu ermöglichen.

Begleitend zur Ausbildung ist es empfehlenswert, in Eigen- und in Gruppenarbeit, Ihre persönlichen Themen zu klären, die Ihnen Lebensschwierigkeiten bereiten. In Absprache mit den anderen Ausbildungsteilnehmern können Sie hierfür Arbeitsgruppen bilden, in denen Sie sich gegenseitig unter Anwendung der Spiegeltechnik Hilfestellung leisten. Darüber hinaus biete ich Ihnen zusätzlich meine Supervision in Einzelgesprächen nach persönlicher Vereinbarung an.

## **Die Ausbildungsabschnitte im Einzelnen**

**Ursache-Wirkung** (1 Tag, 24. März 2012 von 9.00 bis 18. Uhr)

Von nichts kommt nichts. Jede Handlung erzielt eine Wirkung. Dasselbe gilt für einen Gedanken.

Sie beschäftigen sich heute mit Ihren Gedanken und deren Wirkung auf Ihr Leben.

**Kommunikationsregeln** (2 Tage)

Will ich verstehen, was mir ein anderer sagt, will ich auch zuhören. Am besten gelingt mir das, wenn ich »aktiv zuhöre« und zu »verstehen gebe«. Der andere wiederum versteht mich am besten, wenn ich mich in »Ich-Botschaften« mitteile. Mit konsequenter Selbstbehauptung und Selbstmitteilung gelingt es Ihnen, sich im Dialog mitzuteilen und zu öffnen.

**Die Wirkung von Wörtern** (1 Tag)

Mir über eine Sache klar werden kann ich erst, wenn ich Klartext rede. Wie soll das aber möglich sein, wenn ich immer etwas anderes sage als ich eigentlich meine? Sie machen sich heute die Bedeutung und Wirkung der Wörter bewusst, die Sie Tag für Tag im Selbstgespräch und im Gespräch mit anderen verwenden.

### **Emotionen – Verdrängungsmechanismen (1 Tag)**

Wie kommt es eigentlich, das wir manchmal so heftig reagieren? Was verursacht unsere Emotionen und welchem Zweck dienen sie? Sie machen sich heute bewusst, warum Sie manches, was Sie emotional macht, lieber nicht wissen wollen, und zu welchen Mitteln Sie greifen, um zu vergessen.

### **Frau sein - Mann sein (2 Tage)**

Typisch Frau und typisch Mann? Stimmt das eigentlich und wenn ja, was bedeutet das für mein Erleben? An diesen beiden Tagen entdecken Sie Ihre Fraulichkeit bzw. Ihre Männlichkeit neu. Sind Sie ganz Sie selbst? Oder haben Sie Strukturen von Mutter und Vater übernommen? Es lohnt sich, hinter die Kulissen zu schauen.

### **Eltern (1 Tag)**

Ab dem ersten Lebenstag, unterliegen wir dem gedanklichen Einfluss von Mutter und Vater, ihrem Weltbild, ihrer Vorstellung von richtig und falsch, ihren Sorgen und Ängsten. Wie wurden Sie selbst von Ihren Eltern programmiert? Welche ihrer eigenen Programme haben sie Ihnen mit auf den Weg gegeben, die Sie heute noch unbewusst leben?

### **Sexualität (1 Tag)**

Wir sind geschlechtliche Wesen mit geschlechtsspezifischen Besonderheiten. Sind Sie sich dieser Besonderheiten bewusst und erkennen Sie sie an? Leben Sie sie aus? Sie machen sich heute bewusst, ob Sie Ihre Sexualität zeigen oder ob Sie Gründe haben, sie zu verstecken.

### **Ängste (1 Tag)**

Angst ist das größte Hindernis in unserem Leben, denn sie macht uns handlungsunfähig. Sie hinterfragen heute die Gründe für Ihre Angst und machen sich bewusst, wie sich Ihre Angst auf Ihr Erleben und Handeln auswirkt.

### **Beziehungen (1 Tag)**

Wir sind in einer Beziehungsstruktur auf die Welt gekommen und gehen jeden Tag neue Beziehungen ein. Heute machen Sie sich bewusst, welche Beziehungen Sie zu Ihren Mitmenschen haben, und wie Sie sich selbst in diesen Beziehungen erleben. Tut Ihnen jede Ihrer Beziehungen gut? Falls nicht - warum erhalten Sie sie aufrecht?

### **Intuition (1 Tag)**

Jedes Kind hat sie. Wenn wir erwachsen sind, verbinden wir mit Intuition oft nur ein Wort. Also – was ist Intuition? Nutzen Sie sie und wenn ja dann wie? Trauen Sie ihr? Wenn nicht – was blockiert Sie am Zugang zu ihr?

### **Fähigkeiten und Talente (1 Tag)**

Unsere Fähigkeiten und Talente sind so individuell wie unser genetisches Erbgut. Das besondere an ihnen ist, dass sie sich erst zeigen, indem wir etwas tun. Wir müssen also tun, um sie zu entdecken. Oft bleiben Fähigkeiten unentdeckt, weil sie nicht beim Tun entdeckt werden konnten. Kennen Sie Ihre Fähigkeiten und Talente? Nutzen und leben Sie sie? Oder lassen Sie sie verkümmern? Sie gehen heute der Frage nach, wofür Sie Ihre Fähigkeiten bekommen haben.

### **Lebensziele** (1 Tag)

Unsere Lebensziele geben uns eine Richtung im Leben. Kennen Sie Ihre Lebensziele? Wissen Sie, warum Sie in dieser Welt sind und welchen Sinn Sie in ihr haben? Wie weit sind Sie vom Erreichen Ihrer Bestimmung entfernt?

### **Innerstes Sein** (1Tag)

Kennen Sie die Quelle Ihrer Kraft und Ihres schöpferischen Reichtums? Sie setzen sich heute mit den Fragen auseinander: Woher komme ich? Was bin ich im Innersten?

### **Ausbildungsabschluss**

Sie erarbeiten unter Anwendung der erlernten Techniken Ihre Gedanken und deren Wirkungen bezogen auf ein für Sie wichtiges Thema. Sie setzen sich damit auseinander, wie Sie fortan Ihre eigenen Fähigkeiten und Talente in diesen Teil Ihres Lebens integrieren können. Ihr Thema stellen Sie im Rahmen einer 3-stündigen Präsentation den anderen Ausbildungsteilnehmern vor.

Am letzten Tag der Ausbildung erhält jeder Ausbildungsteilnehmer ein Zertifikat, mit welchem die Teilnahme an der Ausbildung zum **Mentor der Gedankenpsychologie** bescheinigt wird.

# Anmeldung

An  
Kommunikation und Gesundheit  
Praxis für heilkundliche Psychotherapie  
Anny Lodes  
Riegelstein 31

91282 Betzenstein

Tel. 09152-928861  
Fax. 09152-928862

[www.kommunikation-gesundheit.com](http://www.kommunikation-gesundheit.com)  
[Email:anny.lodes@t-online.de](mailto:anny.lodes@t-online.de)

Name:

Vorname:

Straße:

PLZ:

Ort:

Tel.:

Email:

**Hiermit melde ich mich verbindlich  
für die Ausbildung zum Mentor der Gedankenpsychologie an**

**Beginn 24. März 2012**

Datum

Unterschrift

---

Praxis f. Heilkundliche Psychotherapie  
Anny Lodes  
Riegelstein 31  
91282 Betzenstein