Die pure Lust am LebensTanz

Ausbildungsprogramm DE-18/19

zum/zur animoVida®-LeiterIn

Folge deinem Herzen & deiner Berufung!

Allgemeines:

Ich liebe diesen Beruf, oder sollte ich sagen diese Berufung?!

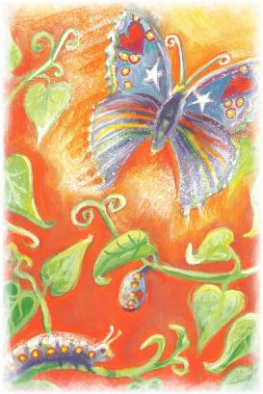
Es ist ein wahres Geschenk, Menschen in ihrem Wachstum so zu unterstützen, wie es mit animoVida® möglich ist. All die Mühe ist vergessen, wenn ich erlebe, wie sich die Herzen von Menschen öffnen und ein Raum entsteht, in dem Heilung und Wachstum möglich ist.

Nach fast 20 Jahren Seminartätigkeit und auch den positiven Erfahrungen innerhalb meiner Ausbildungen, folge ich weiterhin meinem Wunsch, meine Erfahrungen und mein Wissen anderen Menschen anzuvertrauen und ihnen dadurch die Möglichkeit zu geben, auch einer solchen "Herz-Tätigkeit" nachzugehen.

Die Ausbildung zum/zur animoVida®-LeiterIn ist ein Weg des eigenen, inneren Wachstums, auf dem professionelle Fähigkeiten entwickelt werden. Die Wahrnehmungsfähigkeit, die Aufmerksamkeit in der Gegenwart (Präsenz) und die eigene Selbst-Bewusstheit werden gesteigert. Aber auch das Vermitteln vieler "handwerklicher" Elemente liegt mir sehr am Herzen. Diese schaffen einen sicheren Rahmen für eine intuitive Arbeit.

Die Anwendungsbereiche von animoVida® sind sehr umfangreich. Kurse/Seminare können frei organisiert werden oder man arbeitet mit einem Bildungsträger zusammen. Die Themen können dabei so vielschichtig sein wie das Leben. Ferner können Seminare innerhalb betrieblicher Strukturen (Teambildung, Gesundheits-förderung, Motivationstraining, etc.) Anwendung finden. Das große Feld der therapeutischen (u.a. bei PatientenInnen mit internistischen, orthopädischen, psychosomatischen oder psychiatrischen Erkrankungen) sowie der prophylaktischen Anwendung ist zum Teil innerhalb von Kliniken, zum anderen Teil über Institutionen (Fitnessstudios, Firmen, Krankenkassen, etc.) oder auch frei organisiert, möglich. Dabei können auch vorhandene Erfahrungen und Arbeitsfelder mit animoVida® kombiniert bzw. ergänzt werden.

Aufbau der animoVida®-Ausbildung DE-18/19:



Diese kompakte Ausbildung dauert nur 9 Monate und umfasst 7, zum größten Teil verlängerte Wochenenden, welche im „Haus Ebersberg", einem wunderschönen Seminarhotel südlich von Kassel, stattfinden.

Um eine persönliche und individuelle Betreuung zu ermöglichen, ist die TeilnehmerInnenzahl der Ausbildung auf 12 Personen beschränkt.

In die Ausbildung ist die animoVida-Jahresgruppe „Tanze DEIN Leben" integriert, wo intensive Selbsterfahrung ermöglicht wird. Insgesamt (Ausbildung und Jahresgruppe) wird die Gruppe maximal 18 TeilnemerInnen haben.

Die 4 Ausbildungsebenen:

Der erste Schritt, um mit dieser Methode zu arbeiten, ist eigene intensive Erfahrung. Deswegen wird ein Großteil der Ausbildung auch darin bestehen, an der von mir geleiteten

animoVida-Jahresgruppe „Tanze DEIN Leben" teilzunehmen. Dies geschieht parallel zu der „theoretischen" Ausbildung bzw. ist in diese integriert.

animoVida® lässt zwar viel Spielraum für Spontaneität, Intuition und Kreativität, hat aber auch eine Struktur, welche einen sicheren Rahmen für diese „Herz-Tätigkeit" bietet. Das Vermitteln dieser praxisorientierten Theorie liegt mir sehr am Herzen. Jede/r TeilnehmerIn erhält zahlreiche Ausarbeitungen zu konkreten Übungs-/Tanzanleitungen und zu allgemeinen Themen, wie z.B. Trancezustände oder Musiksemantik.

Da die Ausbildung mit nur 7 Treffen, verteilt auf ca. 9 Monate, sehr kompakt ist, wird auch die Zeit zwischen den Ausbildungsterminen für die eigene Weiterentwicklung genutzt. Für dieses Selbststudium biete ich konkrete Aufgaben an: z.B. eine Tanz-/Bewegungsmeditation über einen längeren Zeitraum auszuprobieren, eine passende Musik für eine Übung zu finden, einem bestimmten Lebensthema/Lebensqualität Aufmerksamkeit zu schenken sowie die animoVida®-Ausarbeitungen und ggf. weitere Literatur zu studieren. Ferner wird es jeweils zwischen den Treffen 1-2 Telefon-/Skype-Gruppengespräche geben, wo es die Möglichkeit gibt sich mitzuteilen und Fragen zu stellen.

Schon im Rahmen der Ausbildung ist jede/r TeilnehmerIn eingeladen, eigene Präsentationen und eigene Aufgaben zu übernehmen. So wird jede/r TeilnehmerIn die Möglichkeit haben, einzelne Tänze/Übungen und ganze Sessions anzuleiten, die durch mich supervidiert und mit Hilfe von Feedbacks der Gruppe beleuchtet werden.

Die Ausbildung schließt, nach erfolgreicher Teilnahme und Befähigung, mit der Zertifizierung zur animoVida®-Leiterin / animoVida®-Leiter ab. Dies ermöglicht dir eine eigene Existenz mit animoVida® aufzubauen und unter diesem Namen Seminare/Gruppen anzubieten.

Nach der Ausbildung wirst du in das animoVida®-Netzwerk aufgenommen und erfährst dadurch viele Vorteile. animoVida® hat eine Struktur, ist jedoch nicht starr sondern sich weiter am entwickeln. Deswegen solltest du einmal im Jahr an einer von mir geleiteten Fort- & Weiterbildungsveranstaltung ("Oase der Inspiration", Supervisions-treffen, thematische Fort- & Weiterbildungen, Kongress, etc.) teilnehmen.

Ausbildungsinhalte:

Neben weiteren eigenen intensiven Tanzerfahrungen, biete ich meinen AusbildungsteilnehmerInnen die Möglichkeit, sich in der "Intelligenz des Herzens" (Intuition, Feingefühl, Empathie, ...) zu schulen. Ferner bekommt jede(r) AusbildungsteilnehmerIn sehr viel "Handwerkszeug" (genaue Beschreibung von Tänzen/Übungen, theoretische Betrachtungen und praktische Tipps, ...) mit auf den Weg, die es in vielen anderen vergleichbaren Ausbildungen in der Art nicht gibt! Jede(r) SchülerIn erhält zahlreiche Ausbildungsunterlagen (über 300 Seiten!) und weitere Materialien. Diese sind exklusiv, nur für (angehende) animoVida®-LeiterInnen bestimmt.

Eine Auswahl von Themen bietet folgende Liste. Aus zeitlichen Gründen können nicht alle der genannten Themen in der Tiefe vermittelt werden, bzw. es können andere Themen vorrangig werden. Manchmal ist weniger, mehr, oder anderes wichtiger. Von daher versteht sich die Auflistung als ein möglicher, aber nicht definitiver Ausbildungsleitfaden!

Grundlegende Aspekte von animoVida®

- die animoVida®-Blüte (siehe auch Seite 8-9)
- das Prinzip der Freiwilligkeit
- der primär nonverbale Ansatz

- animoVida® als erlebnisorientierte Methode
- Tanz als Dialog
- humanistische Psychologie und animoVida®
- die Schönheit des Wahrhaftigen

Tänze/Übungen zu den 5 Erlebnisbereichen in animoVida®

- animo
- Flexibilität
- Corazón
- Transzendenz
- Sinnlichkeit

Polaritäten und das Erleben dazwischen

- Nähe & Distanz
- Aggression & Hingabe
- Angst & Liebe
- Macht & Ohnmacht
- Anspannung & Entspannung
- Weite & Enge
- Schnelligkeit & Langsamkeit
- Männlichkeit & Weiblichkeit
- Magnetismus und die Anziehungskraft der Pole
- lineares, duales und multidimensionales Erleben
- Bewertung und deren Begrenzungen

Trance & Regression

- Definitionen
- verschiedene Tranceinduktionen
- historische und kulturelle Aspekte
- qualitatives Erleben von Trancezuständen
- Possessionstrance und das System der Orishas (getanzte Gottheiten des brasilianischen Candomblé)
- Trance als "seelische Dusche"
- häufige Themen innerhalb eines Tranceerlebnisses

- Auflösung von Grenzen (Chance, Risiken und Grenzen geben)
- Integration des Erlebten
- Kontraindikationen & Gefahren
- Erkennen von andauernden Regressionszuständen
- Intervention bei andauernden Regressionszuständen

Für animoVida® wichtige historische und kulturelle Hintergründe

- Tanz in Naturvölkern
- Entwicklung der Tanztherapie in Europa und den USA
- Tanz und Gesellschaft
- Warum tanzt der Mensch?

Massage & Berührungsqualitäten in animoVida®

- Grundprinzipien
- die (Un-)Kultur der Berührung
- verschiedene "Techniken"
- Einsatz von verschiedenen Materialien
- Präsenz
- achtsamer Umgang mit Grenzen

animoVida® als therapeutische versus pädagogische Methode

- Definitionen
- Ausübung der "Heilkunst"
- Einsatzmöglichkeiten und spezielles Setting
- Gefahren, Kontraindikationen und Komplikationen
- Rechtliche und versicherungstechnische Aspekte
- Lernen am Modell

Wichtige psychotherapeutische Inhalte

- Psychosen
- Neurosen
- Angststörungen
- Missbrauchserfahrungen
- Übertragung & Gegenübertragung
- Widerstände & Abwehrmechanismen
- Grenzen von animoVida®
- Krisenintervention sowie Suizidgefahr und deren Prävention

Die Rolle der Seminarleiterin / des Seminarleiters

- Grundprinzipien
- "therapeutische" Distanz
- Gefahren und Missbrauch
- Image versus Authentizität
- Gruppendynamik
- Verantwortung
- Kommunikation

Seminarplanung

- Vorbereitung, Aufbau, Struktur und Nachbereitung einer animoVida®-Session
- Struktur versus Flexibilität/Spontaneität
- die Erlebniskurve in animoVida®
- Einsatzmöglichkeiten von animoVida® und deren strukturelle sowie inhaltliche Unterschiede (freie Seminare, Klinik, Bildungsträger, Betriebe/Firmen)
- Organisatorische Aspekte

Tipps und Tricks für die "Büroarbeit"

- Mailing & Telefonie
- Werbung & Marketing
- Tipps und Tricks für die "technischen" Angelegenheiten
- Rechtliche & finanzielle Aspekte

Musik in animoVida®

- Musikauswahl entsprechend den 5 Erlebnisebenen
- Emotionale Botschaft von Musik
- Musik als therapeutisches Element
- Musiksemantik
- gestalterische Möglichkeiten
- Begrenzungen durch den Einsatz von Musik

Weitere wichtige Themen in animoVida®

- Vertrauen
- Selbstwert
- Aussöhnung mit dem inneren Kind
- Rituale (Sinn, praktische Anwendung, Chance und Begrenzungen)
- Vorstellung von verwandten Methoden (z.T. mit Gastdozenten)

Kosten:

Die Kosten der Ausbildung (Ausbildungsgebühr, Kosten für Übernachtung/ Verpflegung, Fahrtkosten, "Bürobedarf") sind z.T. steuerlich voll absetzbar!

Ggf. kannst du einen Teil der Ausbildung durch einen „Bildungsprämiengutschein" finanzieren. Informationen dazu, findest du unter: www.bildungspraemie.info

Die gesamte Ausbildungsgebühr beläuft sich auf **1.925 € bzw. 2.100 €** bei Ratenzahlung.

Bei einer verbindlichen Anmeldung und Zahlung der Reservierungsgebühr (300 €) bis zum 01. März 2018 erhältst du **80 € Rabatt**. Falls du dich dazu entschließt, auch bis zum oben genannten Datum die gesamte Ausbildungsgebühr zu zahlen, erhältst du nochmals 80 €, also insgesamt **160 € Rabatt**. Ferner erhältst du **weitere 80 € Rabatt für jede Person (die mir bis dato unbekannt ist)**, die du motivierst, mit dir bei der animoVida-Ausbildung dabei zu sein.

Die **Reservierungsgebühr** (Anzahlung der Ausbildungsgebühr) beträgt 300 € und ist innerhalb von 2 Wochen nach Anmeldung bzw. Erhalt der entsprechenden Rechnung zu überweisen.

Den Rest der Ausbildungsgebühr wie folgt:

- 1.465 € bei kompletter Restzahlung, spätestens bis zum 01.03.2018.
- 1.545 € bei kompletter Restzahlung, spätestens bis zum 15.04.2018, aber Anmeldung und Überweisung der Reservierungsgebühr vor dem 01.03.2018
- 1.625 € bei kompletter Restzahlung, spätestens bis zum 15.04.2018, aber bei Anmeldung und Zahlung nach dem 01.03.2018
- Oder 9 Monatsraten á 200 €, jeweils zum 1. des Monats, Beginn (01.04.2018). Die Raten reduziert sich ggf. durch oben genannte Rabatte.
- Die Gebühr kann sich um bis zu 500 €, bei Einreichung eines Bildungsprämien-gutscheins und um jeweils 80 € pro geworbene Person zur Ausbildung reduzieren.

In der gesamten Ausbildungsgebühr sind enthalten:

- Ca. 20 praktische und theoretische Ausbildungstage, inklusive der integrierten animoVida-Jahresgruppe „Tanze DEIN Leben".
- Ca. 7-10 Gruppentelefonate/Skypesitzungen von jeweils ca. 60-90 Minuten.
- Diverse, sehr umfangreiche Ausbildungsunterlagen und weitere Materialien.
- Beratung und Unterstützung auch nach der Ausbildung.
- 50% Rabatt auf weitere Workshops, Seminare und Trainings, soweit diese in dem Zeitraum der Ausbildung liegen.*
- Aufnahme in das Netzwerk der animoVida®-LeiterInnen mit vielen Vorteilen wie z.B. Präsentation auf der Internetseite des Internationalen animoVida®-Instituts (IAI), Unterstützung bei Werbemaßnahmen, Einladungen zu Supervisions- bzw. Fortbildungstreffen, aktive Teilnahme/Präsentation auf animoVida®-Kongressen, Vertretungen sowie Kollegen-Newsletter.

*) Soweit diese nicht über eine Bildungseinrichtung (z.B. VHS) stattfinden. Betrifft auch meine Angebote mit den Methoden Lachyoga und LaughterDanza, außer der Lachyoga-Lehrer-Ausbildung (CLYTT / Level 2).

Darin sind nicht enthalten:

- Kosten für Übernachtung und Vollverpflegung (ca. 46-82 € pro Tag/Nacht)
- Transportkosten zum „Haus Ebersberg", wobei sich häufig, wenn es passt, Fahrgemeinschaften bilden.
- Ggf. eine Software zum Abspielen von Musik (ca. 20 - 50 €)

Bei einer Absage wird die Reservierungsgebühr nur erstattet, falls eine Ersatzperson gestellt werden kann. Weitere Stornobedingungen, insbesondere nach Ausbildungsbeginn bzw. definitiver Anmeldung zur gesamten Ausbildung, sind Inhalt der Ausbildungsvereinbarung, die einem nach einer Anmeldung zugesendet wird.

Anmeldung:

Vor einer Anmeldung, solltest du mit mir Kontakt aufnehmen, um in einem persönlichen Gespräch ein paar Fragen zu klären. Danach kannst du dich entweder formlos oder über die Homepage: www.animoVida.de anmelden. Daraufhin bekommst du eine Ausbildungsvereinbarung und weitere Informationen zugeschickt. Sobald ich die Ausbildungsvereinbarung unterschrieben zurückbekommen habe und die Reservierungsgebühr eingezahlt wurde, hast du einen Ausbildungsplatz sicher.

Termine / Ort (Stand: 05.01.2018):

Die Ausbildung findet im Seminarhotel „Haus Ebersberg", südlich von Kassel (www.haus-ebersberg.de) statt.

1. Treffen: 19. - 22. April 2018
2. Treffen: 21. - 24. Juni 2018
3. Treffen: 23. - 26. August 2018
4. Treffen: 13. - 16. September 2018
5. Treffen: 26. - 28. Oktober 2018
6. Treffen: 13. - 16. Dezember 2018
7. Treffen: 10. - 13. Januar 2019

Ein Einstieg ab dem 2. Treffen, ist evtl. nach Absprache möglich.
Die Treffen starten um 18:00 Uhr und enden mit dem Mittagessen am Sonntag, sodass man entspannt um ca. 14:00 Uhr (ab 13 Uhr ohne Mittagessen) abreisen kann.

Stimmungsbilder:

Lieber Egbert,
dich danke dir von ganzem Herzen für die wundervolle Ausbildung zur animoVida®-Leiterin/LebensTanz. Sie war für mich eine ganz besondere Erfahrungs- und Erlebniszeit und hat meinen Weg des eigenen inneren Wachstums intensiv bereichert.
Du bist wunderbar authentisch, die Ausbildungsunterlagen sind sehr umfangreich und ein wahrer Goldschatz!
Ich wünsche dir, dass noch viele Menschen diesen Weg für sich bei dir finden und in den Genuss deiner einmaligen Herz-Tätigkeit kommen – die Ausbildung kann ich jedem Interessierten nur sehr empfehlen…
Tanz ist innere und äußere Bewegung. DANKE!
(Barbara, 48 Jahre, aus Wunstorf, Yogalehrerin BYV, ärztl. gepr. Gesundheitsberaterin GGB und animoVida®-Leiterin)

Wir waren hoch motiviert, weil es einfach Freude gemacht hat, Neues so fundiert in Theorie und Praxis zu erfahren.
Die Ausbildung wurde sehr gut vorbereitet und angeleitet, angefangen bei therapeutischen Grundlagen, Bewertung und Einsatz von Musik, über einzelne Übungen, bis hin zu Sessions, Gestaltung eines Workshops bis hin zu Anleitung eigener Übungen und Sessions und Feedback-Runden. Es gab umfangreiches Lehrmaterial zu allen Themen.
(Dr. Jutta Stöckling, 55 Jahre, selbständig, Geschäftsführerin und animoVida®-Leiterin)

Wer Interesse hat eine Ausbildung zur Tanztherapeutin zu machen, ich kann es von ganzen Herzen empfehlen. Es hat eine Intensität auf einer Ebene, an die wir im Alltagsleben nicht stoßen können.
Ich habe Seiten an mir entdecken dürfen, die da waren, aber sich nicht entfalten konnten. Und es ist eine unglaublich schöne Herzens-Arbeit. . Ich habe jedes Seminar genossen.

Danke Egbert!
(Sigrid Binder, Yogalehrerin, animoVida®-Leiterin)

Die Ausbildung hat mir sehr gut gefallen. Sie hatte einen guten Aufbau (Methodik und Didaktik) und interessante Inhalte, welche sehr gut vermittelt wurden. Egbert Griebeling weiß wovon er redet, denn er hat durch seine jahrelange Praxis und seine anderen (medizinisch, pflegerisch, therapeutisch) Berufe ein umfangreiches Wissen, welches er in seine Arbeit integriert.
Wir wurden die ganze Ausbildung über motiviert, auch durch die Vielseitigkeit und Offenheit anderen Stilrichtungen gegenüber.
Die TeilnehmerInnen wurden gut in den Lernprozess einbezogen und konnten sich schon innerhalb der Ausbildung ausprobieren.
Die Lehrmaterialien, welche in der Ausbildungsgebühr enthalten sind, waren sehr umfangreich.
Ich kann die Ausbildung nur empfehlen, sei es um damit dann auch wirklich selber zu arbeiten oder auch nur, um sich etwas Gutes zu gönnen.
(Yvonne Peter, Naturheilpraktikerin, animoVida-Leiterin)

Kontaktdaten:

Internationales animoVida®-Institut (IAI)
Egbert Griebeling
Sandersbeek 23
D-37085 Göttingen

Tel.: 0551 / 48 80 52 28
Fax: 0551 / 48 80 52 29
Mobil: 0171 / 41 31 311
(Bei einem Anruf aus dem Ausland bitte zuerst 0049 wählen und die 0 weglassen.)

E-Mail: info@animoVida.de
Homepage: www.animoVida.de

Die animoVida®-Blüte

Durch **animoVida®** wird der **Körper**, die **Seele** und der **Geist** in Bewegung gebracht.

Bewegung: Diese spielt sich zwar primär im Außen ab (sichtbarer Tanz), führt bei animoVida® aber immer auch zu Schwingungen im Inneren, in der Seele und im Geist (unsichtbarer, gespürter Tanz). Bewegung ist Leben!

Begegnungen: animoVida® lebt von den zwischenmenschlichen Begegnungen zweier oder mehrer Menschen (Außen). Dabei, und auch bei den Tänzen, welche alleine ausgeführt werden, wird man immer auch Begegnungen mit Teilen seiner Selbst (Innen) haben.

Berührungen: Viele TeilnehmerInnen berichten darüber, dass sie sich tief berührt fühlen, als wäre ihr „Herz" sanft und liebevoll massiert worden (Innen). Aber es kommt auch zu äußeren Berührungen, mal sanft mal kräftiger, je nach Art des Tanzes. Ferner biete ich manchmal in meinen Seminaren verschiedene, sehr achtsame Massagen (Berührungs-Rituale) an.

Die fünf animoVida®-Erlebnisebenen:
animo: Tänze dieser ersten Ebene, verhelfen uns dazu, wieder Kontakt zu finden zu unserer wahren Lebendigkeit, Vitalität und tiefen Lebensfreude. animo kann man auch übersetzen mit: „Das Gemüt, die Seele beleben!" Mit animo ist eine gut geerdete, freudvolle und aus einem „inneren Feuer" entspringende Lebenskraft gemeint.

Flexibilität: Manchmal sind wir in Gedanken, Gefühlen oder Handlungen verhaftet, die dem Hier & Jetzt nicht angemessen sind. Oft sind es Überbleibsel aus der Vergangenheit, in der wir noch verfangen sind. Gerade wenn man öfters animoVida® erlebt, entwickelt man zunehmend die Fähigkeit, dem Leben entsprechend, im Hier & Jetzt zu Sein. Es braucht sicherlich Mut, andere Wege zu beschreiten und loszulassen von alten Mustern und Gewohnheiten. Spielerisch trainieren wir uns im Tanz in dieser Qualität und gewinnen so Vertrauen in uns selbst (Selbstvertrauen) und in die Freiheit wahrhaftig zu leben.

Corazón: Dies ist die Ebene, wo wir uns erlauben, achtsam und in einem beschützten Rahmen, unser Herz (spanisch: Corazón) zu öffnen. Das Eintauchen in die Welt unserer Emotionen* und aktuellen Gefühle, und vor allem das Akzeptieren dieser, ist der Hauptschlüssel zu der „Kraft der Liebe".
* Gefühle, die ihren Ursprung in der Vergangenheit haben

Transzendenz: Durch verschiedenste Tänze (z. B. Trance-Tanz) können wir uns mit archetypischen Qualitäten und mit einer Wahrnehmung hinter der Wahrnehmung verbinden. Übungen in dieser Erlebnisebene können sehr tiefe Schichten berühren. Viele Menschen erleben diese Ebene als unglaublich wohltuend, reinigend, stärkend und manchmal als spirituelle Erfahrung.

Sinnlichkeit: In diese Stufe sind Tänze und Rituale eingeordnet, welche unsere Sinne stimulieren. Bewegungen, Begegnungen und Berührungen in einem hauptsächlich entschleunigten und entspannten Zustand, aber zum Teil auch in achtsamer (erotischer) Spannung.

Hinweise: Die Übergänge zwischen diesen Ebenen sind fließend. Manche Tänze und Übungen sind klar einer Stufe zugeordnet. Andere wiederum sind z.B. „transzendent-sinnlich" oder berühren die Erlebnisstufe **animo** & **Flexibilität**.
(Fast) jede Session bzw. Seminar ist nach diesem Konzept aufgebaut. Das soll heißen, dass zuerst die Lebenskraft, die Lebendigkeit, **animo** gefördert wird, usw.