

Ausbildungsgänge

Professionelle Flow-Praktikerin

Flow-Trainer

Flow-Expertin

Dezember 2014



Dr. Gasser Flow-Akademie
Fuchsweg 7
CH-8542 Wiesendangen
Tel: +41 (0)52 770 29 29
Fax: +41 (0)52 770 29 08
kontakt@flow-akademie.ch
www.flow-akademie.ch

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort

1. Einleitung	3
----------------------------	----------

Teil I

2. Kleiner Exkurs in die Geschichte der Menschheit	4
---	----------

1) Die Natur - Dominanz über den Menschen	4
---	---

2) Die Kultur - Selbstbehauptung des Menschen oder Dominanz über Natur?	4
---	---

Teil II

3. Das neue Zeitalter der Vitalität	6
--	----------

1) Die Fundur - das Ende von Dominanz	6
---	---

2) Von der Wissensgesellschaft zur Vitalitätsgesellschaft	6
---	---

3) Mehr Globalisierung braucht mehr Vitalität	6
---	---

4) Von der Gewaltlosigkeit zur Flow-Praxis	7
--	---

5) Flow-Führung durch das vitale Wirkprinzip	7
--	---

6) Flow-Pädagogik engagiert die Vitalität als Lehrmeisterin	7
---	---

7) Flow-Praxis - im Grunde eine neue Form von Spiritualität	8
---	---

Teil III

4. Die drei Ausbildungsgänge	9
---	----------

Teil IV

5. Die Ausbildung zum Professionellen Flow-Praktiker	10
---	-----------

1) Was macht der Professionelle Flow-Praktiker?	10
---	----

2) Was sind die Voraussetzungen für die Praktiker-Ausbildung?	11
---	----

3) Wie sieht die Ausbildung aus?	11
--	----

4) Welches sind die fachlichen Inhalte der Ausbildung?	11
--	----

5) Was ist mein zeitlicher und finanzieller Aufwand für die Ausbildung?	19
---	----

6) Was sind die Unterrichtsmethoden?	20
--	----

7) Wer sind die Dozenten?	21
---------------------------------	----

8) Welches sind die Seminarzeiten und Seminarorte?	22
--	----

9) Ist die Ausbildung anerkannt?	22
--	----

Vorwort

Es ist mir eine persönliche Freude, diesen Ausbildungsgang anbieten zu können, denn all die neuen Erkenntnisse aus den Forschungen zum dynamischen Flow und seiner sanften Wucht finden darin eine praktische Anwendung. Die Kommunikation in ihren verschiedensten Formen, von persönlicher Begegnung bis hin zum Internet-Chat, ist eine Urkompetenz aller sozialen und fachlichen Kompetenzen geworden. Deshalb ist heute Bildung in elementarer Kommunikation ebenso wichtig wie Fachausbildung. Elementar meint hier nicht nur den Fakt, dass jeder Austausch Kommunikation ist, sondern dass in jeder Begegnung auch das Grundanliegen des Lebens zum Zuge kommt. Zu diesem Anliegen gehört, stetig mehr Lebendigkeit zirkulieren zu lassen - sei es im persönlichen, im politischen oder ökonomischen Leben.

Lebenskomfort, Bequemlichkeit und Wohlstand können nicht weiterhin in gleichem Masse zunehmen. Nicht grössere Quantität ist gefragt, sondern höhere Intensität. Dann nämlich ist auch nicht mehr der Mensch das Mass aller Dinge, sondern die Vitalität.

Beides - eine elementare Kommunikation und ein neuer Umgang mit den Grundlagen von Lebendigkeit - charakterisiert die neue Zeit. Meine Erfahrung zeigt, dass diese neue Epoche - ich nenne sie das *Zeitalter der Vitalität* - bereits angebrochen ist.

Dieses Morgen beinhaltet einen radikalen Richtungswechsel. Den Ruf, die Richtung zu ändern und das Denken und Handeln nach einer ursprünglichen Leitlinie auszurichten, haben die Weisen verschiedenster Traditionen stets schon aufgenommen. Ständig ging es darum, das tägliche innere und äussere Handeln auf die Grossartigkeit des Lebens auszurichten. Die Kulturen der jeweiligen Epochen haben deren Anliegen mehr oder weniger beachtet. Heute jedoch reicht es nicht mehr, den Grundlagen des Lebens nur am Rande Beachtung zu schenken; dazu reichen die Naturressourcen nicht aus. Es braucht eine neue Grundpriorität.

./.

Ein früher Rufer nach dem authentischen Leben ist der Daoismus (6. Jh. v. Chr). Seine Leitlinie "besser handeln durch nicht handeln" bekommt eine ganz neue Aktualität. Die Flow-Praxis formuliert heute dessen Anliegen als Maxime "*mit weniger mehr erreichen*". Dieser Grundsatz entspricht interessanterweise sowohl dem ökonomischen Ruf nach Effizienz, wie dem Verlangen der Nachhaltigkeit und der Sehnsucht nach einem Leben in Gelassenheit. Die Energiewende etwa oder die Entschleunigung à la *slow food* sind Symptome solch schlauen Denkens. In diesem Sinne war der Daoismus bereits ein früher Vorläufer der Flow-Praxis.

Die Flow-Werkzeuge sind ein Beitrag, damit die rasant wachsende Komplexität eine lebensgünstige Ausrichtung bekommt. Was mir 1989 mit einem ersten Flow-Seminar "*kritisieren ohne zu verletzen*" gelang, hat 25 Jahre später zu einem umfassenden Angebot gefunden, das von allparteilicher Anerkennung über Navigation bis zur Ich-Transformation reicht.

Wandel ist angesagt, nicht um der reinen Veränderung willen, sondern um alles Leben reichhaltiger und intensiver zu gestalten. Dies führt die Welt nicht nur vom Krieg zum gewaltfreien Frieden, sondern darüber hinaus in eine Welt, wo es nicht nur um messbaren Nutzen geht, sondern um die volle Lebensdynamik aller Generationen.

Die Flow-Praxis hilft, eine solch umfassendere Ganzheit ins Werk setzen: Die Vereinigung von Natur, Kultur und Zivilisation mit der echten, dynamischen Lebendigkeit.

Johannes Gasser

1. Einleitung

Die Ausbildung in Flow-Kommunikation, -Pädagogik und -Führung (wir bezeichnen sie zusammenfassend als “Flow-Praxis”) stellt Wissen und Werkzeuge zur Verfügung für ein gewaltfreies und lebensförderliches Miteinander. Sie befähigt Menschen, auch in kritischen Situationen die Verbindung mit dem Urmotor aller Handlung – dem FLOW herzustellen und so ein Mehr an Energie und Bewusstheit zu schaffen. Die *Dr. Gasser Flow-Akademie* bietet drei Stufen der Ausbildung in Flow-Praxis an, die aufeinander aufbauen – den Abschluss als...

- Professioneller Flow-Praktiker / Professionelle Flow-Praktikerin
- Flow-Trainer / Flow-Trainerin
- Flow-Experte / Flow-Expertin

In einem *ersten Teil* dieser Broschüre befassen wir uns mit dem Zeitkontext, in welchem die neue Ausbildung steht. Wir stehen als Menschheit vor einer Menge ungelöster Herausforderungen und unmittelbaren Bedrohungen. Der Ruf nach grundlegenden Veränderungen ist in aller Munde. Doch in welche Richtungen sollen diese Veränderungen gehen? Die Orientierungslosigkeit in den grossen Fragen des Zusammenlebens ist heute mit Händen greifbar. Im ersten Teil beschreiben wir den radikalen Zeitenwandel, wie wir ihn sehen. Ein Übergang, der von uns ein neues Bewusstsein und andere Formen des gegenseitigen Umgangs fordert – sei es in Beziehung und Pädagogik, im wirtschaftlichen Leben oder in der Politik.

Im *zweiten Teil* widmen wir uns ausführlich dieser neuen Zeit – dem Zeitalter der Vitalität. Wir sprechen von den Kernkompetenzen, die künftig gefragt sein werden, um das Überleben der Welt, ihrer Kulturen und der ganzen Menschheit zu sichern. Dabei verweisen wir auf die vielen Symptome, die den Beginn des neuen Zeitalters bereits manifestieren.

Im *dritten Teil* bieten wir einen kleinen Überblick über alle drei Flow-Ausbildungen.

Und im *vierten Teil* schliesslich finden Sie alles Wissenswerte rund um die Ausbildung zum Flow-Praktiker. Das Ausbildungsprogramm legt die Inhalte der Ausbildung und die organisatorischen Aspekte dar. Die Beschreibung der einzelnen Module verschafft Ihnen einen kleinen Eindruck, wie sehr sich die Flow-Thematik bis in die Details des Alltags hineinzieht.

Wir wünschen Ihnen eine interessante und kurzweilige Zeit beim Eintauchen in die Welt des Flow!

Teil I

2. Kleiner Exkurs in die Geschichte der Menschheit

1) Die Natur – Dominanz über den Menschen

In der ersten Epoche der Menschheit, dominierte die Natur über den Menschen. Er war den Naturgewalten oft hilflos ausgeliefert. Sein Überleben oder Untergang war direkt mit den Wettereinflüssen und Naturkatastrophen verknüpft. Mit der Entdeckung des Feuers, erster Werkzeuge und Jagdtechniken lernte der Mensch seine Abhängigkeit zu lindern.

2) Die Kultur -- Selbstbehauptung des Menschen oder Dominanz über Natur?

a. Aufstieg der Kultur

Der Mensch begann sich von den Zyklen und der Unberechenbarkeit der Natur zu lösen und schuf dank der Sprache, den Werkzeugen und der Fähigkeit zum Planen eine menschliche Kultur. 10'000 Jahre v. Chr. begann mit dem Ackerbau der rasante Aufstieg der Zivilisation. Der Mensch wurde immer autonomer, die zivilisatorischen Errungenschaften immer vielfältiger: Städtebau, Schrift, Maschinenbau und Kunst. Mit der modernen Wissenschaft, Technologie und Industrialisierung begannen sich die Machtverhältnisse zwischen Natur und Mensch umzukehren.

b. Dominanz über die Natur

Auf Grund der beschriebenen Kulturierung durch den Menschen sind wir heute in der Lage, die natürlichen Grundlagen des Lebens nachhaltig zu beherrschen, ja sogar zu ruinieren. Heute dominiert nicht mehr die Natur den Menschen, sondern der Mensch dominiert die Natur und somit die Grundlagen des Lebens (Gentechnologie, Ressourcenvernichtung). Die Tatsache, dass wir diesen Ruin der Lebensressourcen effektiv forcieren, zeigt, dass die Kultur mit ihren Mitteln an die Grenzen stösst.

c. Die Grenzen des kulturellen Zeitalters

Heute führen wir die Kulturierung ad absurdum, ...

- indem wir immer noch mehr Wachstum und noch höheren Wohlstand anstreben, obwohl daraus nicht mehr Lebensintensität, Erfüllung oder Gerechtigkeit entstehen.
- indem wir die Individualisierung und persönliche Freiheit weit über das Gemeinwohl stellen und so Gier und Geltungsdrang des Einzelnen fördern.
- indem im Finanzwesen noch immer skrupellose Eigeninteressen über die Gesetze von Lebendigkeit und Menschlichkeit gestellt werden.

- indem wir zwar insgesamt weniger militärische Schlachten führen, dafür aber Armut und Hunger vermehren und so das Leben von ebenso vielen Menschen aktiv auf's Spiel setzen.
- indem wir der Sorge um Kinder und Kindeskindern auf der Liste der Gesellschaftsaufgaben nicht mehr absolute Priorität einräumen und dadurch ganze Länder, Kulturen und Sprachen, demographisch gesprochen, vom Aussterben bedroht sind.
- indem wir unsere Lebensgrundlagen und Naturressourcen in einem Masse ausbeuten, welches das Überleben für unsere Spezies zur Zitterpartie werden lässt.
- indem wir bei zunehmend fundamentalistischen Bewegungen nicht nach tieferliegenden Anliegen suchen und damit der Sehnsucht der Menschen nicht Rechnung tragen, die nach einer höheren Leitlinie suchen als blosser Eigennutz es ist.
- indem wir in Erziehung, Bildung und Führung noch allzu oft Methoden voller Macht und Härte einsetzen und so in Kauf nehmen, dass immer mehr Menschen aus dem System herausfallen oder gesundheitlich beeinträchtigt sind.
- indem sich immer deutlicher zeigt, dass Religion, Ethik und Moral an Wirksamkeit verlieren und wir keine andern kulturellen Mittel an der Hand haben, um das Denken und Handeln in ein höheres Ganzes zu integrieren.

“Wo die Not am grössten ist, ist Gott am nächsten”, lautet eine Volksweisheit. In die heutige Zeit übersetzt, heisst dies: “Wo Bewusstsein am meisten fehlt, entstehen neue Formen der Bewusstheit. Wo Engagement für das Leben am bedrohtesten ist, bieten sich uns Formen von Hingabe, die so faszinierend sind, dass sie mehr Energie geben als sie kosten”.

Teil II

3. Das neue Zeitalter der Vitalität

Was sich uns jetzt auftut, ist ein Zeitalter, bei dem es um den grundlegenden Zusammenhalt der Lebewesen und um die Integration in eine höhere Ganzheit geht – die Fundur.

1) Die Fundur – das Ende von Dominanz

Bei den oben beschriebenen Herausforderungen unserer Zeit fehlt es den Menschen nicht an gutem Willen oder besten Absichten. Was fehlt, ist eine Leitlinie, nach der sich der Einzelne, die Wirtschaft, die Politik, Erziehungs- und Wertesysteme verlässlich ausrichten. Ein Bezugsrahmen, der sich nicht durch Ausbeutung und Dominanz definiert, sondern die Grundbewegung des Lebens in den Mittelpunkt stellt. Dieser Bezugsrahmen wird nicht mehr durch die Kultur geschaffen, sondern durch die Fundur (vom lat. fundus = Grund, Boden). Die funduralen Anliegen sind keine Neuerung, sondern eine Urtendenz der Evolution. Diese Urbewegung der Evolution ist, wie wir heute wissen, nicht Dominanz sondern Kooperation und ständige Höherentwicklung der Lebensformen (Lynn Margulis, Mikrobiologin: "Origin of Eukaryotic Cells"; Negentropie). Wird die Kultur durch Fundur ergänzt, so orientiert sich die Welt nicht mehr nur am menschlichen Mass, sondern an der Lebendigkeit und ihrer Basis – am vitalen Flow. Vitaler Flow ist der Grundantrieb für alle Formen von Wirklichkeit, sowohl von Natur, wie auch von menschlichem Sein und Schaffen.

2) Von der Wissensgesellschaft zur Vitalitätsgesellschaft

1966 sprach der Soziologe Robert Lane von der Wissensgesellschaft („knowledgeable societies“). Diese bekam mit dem Aufkommen der Computer, des Internets und der Handys große Bedeutung. Das artikulierte und publizierte Wissen verdoppelt sich etwa alle drei bis vier Jahre. Doch erst wenn Wissen zu lebensvoller Erkenntnis wird, ist es förderlich. Wir brauchen zwar ständig mehr Wissen, noch dringender ist es jedoch, die Vitalitätsmenge markant zu erhöhen, denn erst so werden neue Potentiale der Lebendigkeit aktiviert.

Bisher wurden Wissenschaft und Technik in den Dienst des Marktes und der persönlichen Freiheit gestellt. Die Zukunft erfordert, dass sie der Nachhaltigkeit von Generationen, der Biodiversität und den Lebenschancen unseres Planeten dienen.

Der Markt wird dann nicht mehr als Weg zum Wohlstand gelten, sondern als ein *Werkzeug* der umfassenden Lebensförderung. Konkret bedeutet dies: nicht der Konsum von Waren ist die Leitlinie, sondern die Frage: "Bringt der Konsum von Waren mehr Bewusstheit und höhere Lebensintensität?"

3) Mehr Globalisierung braucht mehr Vitalität

Je stärker die Globalisierung um sich greift, desto grösser wird die Distanz zwischen Produktion und Kunde (US-Computer made in Taiwan – Kunde in Andermatt). Damit das Gleichgewicht von Natur, Wohlstand und Mensch nicht gestört wird, braucht es

einen umso stärkeren Sinn für Lebendigkeit, für Nachhaltigkeit und für vernetzte Förderlichkeit. Dies ist eigentlich doppelt attraktiv, da das Erleben von Lebendigkeit lustvoll ist und zudem gratis.

4) Von der Gewaltlosigkeit zur Flow-Praxis

Gandhi lehrte und praktizierte den Übergang von der Gewalt zur Gewaltlosigkeit. Marshall Rosenberg setzt die Gewaltlosigkeit in eine Kommunikationsform um. Die Flow-Praxis gestaltet die Weiterführung, nämlich den Übergang von der Gewaltlosigkeit hin zu einer pfißigen, flowvollen Kommunikation. Dabei sind die Praktiken des Flow jene Basis, die einer globalen Welt helfen, das menschliche Handeln auf die Bahnen der Vitalität auszurichten. So wie, gemäss der chinesischen Tradition, das Ki im Körper bestimmten Bahnen folgt und dadurch dem Menschen Gesundheit und Kraft verschafft, so sind es die Bahnen des Flow, welche dem komplexen Handeln von Mensch und Natur, Geist und Erde zu einer Evolution verhelfen, die Gesundheit und umfassenden Wohlstand sichern.

5) Flow-Führung durch das vitale Wirkprinzip

Im funduralen Zeitalter wird Führung nicht mehr nur Produktionsqualität und Rendite im Auge haben oder nur die Zufriedenheit der Mitarbeitenden berücksichtigen, sondern auch miteinbeziehen, welche Lebensqualitäten in der Natur gefördert oder beeinträchtigt werden. Diese Zeit wird nicht das Ego, sondern den vitalen Mehrwert ins Zentrum stellen. Schon heute gibt es Menschen mit grossem Reichtum, die ihr Vermögen lustvoll in höhere Werte transformieren, indem sie Werke schaffen, die dem Gemeinwohl dienen.

6) Flow-Pädagogik engagiert die Vitalität als Lehrmeisterin

Pädagogik heisst in einem umfassenden Sinne, Menschen dazu zu bringen, dass sie freiwillig wollen, was sie von sich aus nicht suchen würden und alleine nicht in der Lage wären. Deshalb gilt, was für Erziehung und Pädagogik propagiert wird, für den Umgang mit Menschen überhaupt. Wer autoritär führt, verursacht innere Emigration. Eine Pädagogik, die vom Standpunkt des "Wir-wissen-es-besser" handelt und sagt "Du musst!" und "Mach!", hat längst ausgedient. Auch eine Pädagogik, die dem Laissez-faire verfällt oder dem Kind die alleinige Führung seiner Entwicklung überlässt, genügt nicht mehr. Die Kinder haben zwar ein Sensorium für Lebendigkeit, doch sie sind zugleich voll von augenblicklichen Impulsen. Um aus diesen situativen Impulsen ein Gemälde des Lebens zu schaffen, braucht es eine Pädagogik, welche die grossen vitalen Leitlinien bis ins kleinste Detail beachtet, eine Pädagogik, die eine Allianz eingeht mit dem verborgenen Potential des Geistes, welches in Kindern und Jugendlichen steckt. Es braucht eine Begleitung, die nicht einfach "erzieht", sondern die tiefen Anliegen der Kinder und Jugendlichen zutage fördert. Sobald es gelingt, das innere Feuer zu aktivieren, braucht es keine Motivation mehr, wie Reinhard Sprenger in seinem Buch "Mythos Motivation" schon darlegt.

7) Flow-Praxis – im Grunde eine neue Form von Spiritualität

Im Andern und im Leben selbst die Grossartigkeit zu sehen und einen grossen Respekt mitzubringen für das, was die Lebendigkeit selber ständig entstehen lässt, verschafft uns einen tiefen Lebensgenuss. Die Flow-Praxis nutzt den Schwung dieser Tatsache.

Es gibt etwas, das jedem heilig ist: Eigene Integrität, Lebenslust und freie kreative Entfaltung. Die Flow-Praxis gibt dieser elementaren Dynamik aktiv Raum. Wie gross die Kostbarkeit eines jeden Herzschlages ist, wird uns oft erst bewusst, wenn wir an die Grenzen kommen. Die Flow-Praktiker arbeiten dafür, diese Kostbarkeit des Lebens auch im Alltag bewusst erfahrbar zu machen. Diese in Grunde spirituelle Praxis hat die Kraft, ganze Wertesysteme zu ersetzen.

Teil III

4. Die drei Ausbildungsgänge

Es werden drei in sich geschlossene Ausbildungsgänge angeboten. Die Ausbildung zum **Professionellen Flow-Praktiker** bildet das Fundament. Die Ausbildung umfasst Theorien, Erfahrungen und Supervisionen, die nötig sind, um im beruflichen und persönlichen Alltag die Gesetzmässigkeiten des Flow bis ins Detail umsetzen zu können.

Auf dieser Basis, baut die Ausbildung zum **Flow-Trainer** auf. Sie eignet sich für Personen, welche die Prinzipien und Hintergründe der Flow-Kommunikation auch an Drittpersonen weitervermitteln möchten und selber Trainings anbieten wollen -- sei es als Führungs- oder Lehrperson, Verantwortliche für Aus- und Weiterbildungen, als Erwachsenenbildner oder Beratungspersonen, als Spezialisten für Kommunikation usw.

Der dritte Ausbildungsgang zum **Flow-Experten** baut auf der Trainer-Ausbildung auf. Er eignet sich für Personen, die aktiv Entwicklungen oder Krisen zur Förderlichkeit und Transformation hinbringen wollen und für Personen, welche die Flow-Praktiken in Gruppen oder Unternehmen einführen wollen oder selber Flow-TrainerInnen ausbilden werden.

Alle drei Ausbildungen schliessen jeweils mit einem Diplom ab und sind eigenständig in der Praxis einsetzbar.

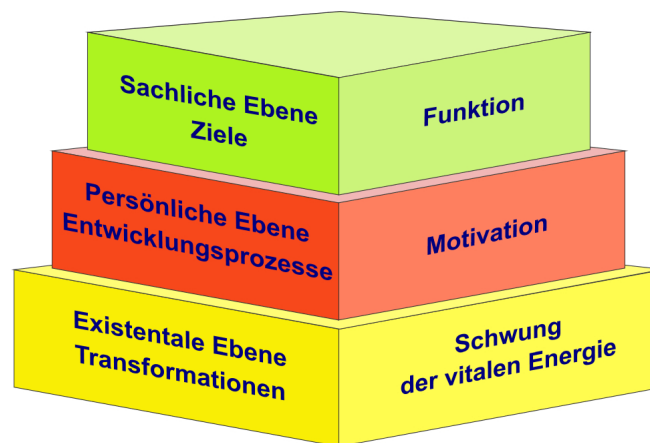
3. Ausbildungsgang Expertenausbildung	Flow-Experte / Expertin Hintergrundwissen Trainerausbildung, Mediation Krisenintervention
2. Ausbildungsgang Trainerausbildung	Flow-Trainer / -Trainerin Spezialwissen Praktiker-Ausbildung Flow-Schulungen, Moderation
1. Ausbildungsgang Ausbildung in professioneller Flow-Praxis	Professionelle(r) Flow-Praktiker / in Grundlagenwissen zum Flow Systematische Umsetzung der Flow-Logik in die Praxis

Teil IV

5. Die Ausbildung zum Professionellen Flow-Praktiker

1) Was macht der Professionelle Flow-Praktiker?

Ein Flow-Praktiker berücksichtigt grundsätzlich immer alle drei Ebenen der Ressourcen Pyramide. Dabei ist er immer darauf bedacht, die Pyramide unten breiter zu halten oder die Basis breiter zu machen als es die oberen Ebenen benötigen. Das heisst, fehlt bei jemandem Energie und Schwung, um eine Aufgabe zu erledigen, setzt er nicht nur bei der sachlichen Lösung (Aufgabe) an, sondern bei der grundlegenden Atmosphäre und der verfügbaren Energie.



Ressource Pyramide nach J. Gasser

Ein Professioneller Flow-Praktiker / eine Flow-Praktikerin sorgt dafür, dass...

- harte und kriegerische Auseinandersetzungen im Alltag einen günstigen Ersatz finden.
- Härte sich in Flow wandelt – sogar dann, wenn ein Schwall von Opposition entgegen kommt.
- Krisen zu Chancen und damit zu Energie-Lieferanten werden.

Ein Professioneller Flow-Praktiker / eine Flow-Praktikerin kann...

- leichter mit den eigenen Grenzen umgehen und sie günstig integrieren.
- die eigene Entwicklung, die Führung oder Erziehung Anderer unter dem Aspekt der Vitalität sehen und sich nicht mehr nur an Leistungsanforderungen oder persönlicher Zufriedenheit orientieren.
- bei "schwierigen" Personen den Ruf der Sehnsucht entdecken, der in ihren Schwierigkeiten steckt.
- im Kleinen das Große sehen und die Illusion etwas abbauen, dass im grossen Glanze der Öffentlichkeit die eigentliche Grösse stecke.

- Katalysator sein für verborgene Ressourcen und die elementare Vitalität.

Ein Professioneller Flow-Praktiker / eine Flow-Praktikerin ist...

- eine(r), dem/der sich zu enthüllen beginnt, wie faszinierend Bewusstheit ist.

Ein Professionelle(r) Flow-Praktiker / eine Flow-Praktikerin kann tätig sein...

- indem er/sie das persönliche Leben sinnbringender und erfüllter lebt.
- indem er/sie im eigenen privaten Umfeld die konsequent förderliche Einflussnahme einsetzt.
- wo immer er/sie arbeitet, um mit dieser Zusatzqualifikation erfolgreicher wirken zu können.
- indem er/sie treffend kommuniziert.

2) Was sind die Voraussetzungen für die Praktiker-Ausbildung?

Entscheidend ist nicht eine bestimmte berufliche oder akademische Vorbildung, sondern...

- die Offenheit, Neues zu lernen und sich selbst zu übersteigen.
- das Interesse daran, die eigenen Gewohnheiten und festen Überzeugungen am Leitfaden der Vitalität zu messen.
- Ausdauer im Verfolgen von neuen Gedanken.
- Begeisterung für Innovation.
- Affinität zu dem, was Lebendigkeit und Vitalität in Gang setzt.

3) Wie sieht die Ausbildung aus?

Der Ausbildungsgang zum Professionellen Flow-Praktiker ist modular aufgebaut und kann nebenberuflich absolviert werden. Die Abfolge der einzelnen Module kann variieren, ebenso die Dauer des Studiums. Innerhalb von 2,5 bis 4 Jahren können alle notwendigen Module absolviert werden. Die Module setzen sich zusammen...

- aus sogenannten Erkenntnismodulen, welche Hintergrundwissen vermitteln.
- aus Werkzeugmodulen, welche konkrete, praktische Werkzeuge der Flow-Praxis vermitteln.
- und aus Aktivierungstagen, an welchen das Gelernte aktiv wiedergegeben wird.

Daneben gehören auch schriftlichen Arbeiten, eigenständige Demonstrationen, die praktische Umsetzung im Alltag und ein Praktikum dazu.

4) Welches sind die fachlichen Inhalte der Ausbildung?

a. Basis-Seminare

Die Flow-Praxis arbeitet mit fünf grundlegenden Dimensionen. In den Basisseminaren werden diese fünf Grundbereiche ausführlich erarbeitet. Damit werden das

Menschenbild und die Hintergründe, welche die Flow-Praxis strukturieren, in ihrer engen Vernetzung sichtbar. Hier die Beschreibung der fünf Basis-Seminare:

Exsource I: Das Prinzip Ursprung (Goldminen-Seminar)

Das Seminar gibt eine Einführung in das Prinzip von Ressource und Ursprünglichkeit. Sie lernen auch die existenzialen Ressourcen, die sogenannten Exsourcen, kennen. Existenziale Ressourcen versiegen nie und brauchen nicht „bezahlt“ zu werden – weder durch Geld, noch durch Mühe oder Ängste. Die Goldmine ist Symbol dafür. Fünf existenziale Ressourcen bilden die vielfältige Grundstruktur unserer Existenz – der „Nährling“, der „Tragling“, der „Schützling“, der „Liebling“ und der „Unsling“. Auch „Versprechen halten“, „Geborgenheit“ und der „Kreislauf des Gebens“ sind Gross-Ressourcen, die genügend Energie liefern können, um auch schwierigste Situationen zu meistern. Ressourcivität bedeutet, dass wir kein Leben HABEN und nicht einfach Sterbliche SIND, sondern dass wir aus dem Grunde der Vitalität unsere unerhörte Grösse beziehen können. Entscheidend ist also nicht, was der Mensch hat, tut oder ist, sondern was DARAUS ENTSTEHT.

Bewusstheit I: Das Prinzip Bewusstsein (Wasserfall-Seminar)

Mentale Power hat viele Potentiale. Stärker noch als mentale Bilder jedoch ist das Bewusstsein. Der Wasserfall ist Symbol für die Kraft des klaren Bewusstseins. Das Seminar vermittelt einen Überblick über grundlegende Bewusstseinsformen und den Lebensnutzen von konkretem Bewusstsein, das jenseits von Intelligenz und Wissen steht. Wir zeigen: Genialität ist normal, wenn wir sie endlich entdecken. Das Bewusstsein in seinen verschiedensten Formen wird in Zukunft wichtig sein, weil die Erziehung von Kindern und die Führung von Erwachsenen immer weniger über Befehle funktioniert sondern der Bewusstseinszustand, in welchem sich die Führungsperson befindet, immer wichtiger wird. Auch Sinnhaftigkeit ist eine Frage der Bewusstheit.

Humanenergie I: Das Prinzip vitale Energie (Vulkan-Seminar)

Das Seminar führt ein in das Prinzip von Energie, Kraft und die Erschaffung der Wirklichkeit. Der Vulkan ist Symbol für die unerhörte Energie, die aus dem Grunde kommt. Ein zentraler Aspekt in der Flow-Praxis ist die Arbeit mit dieser vitalen Energie. Nach dem Motto: Wer die Lebendigkeit direkt „zu fassen“ bekommt, der ist schöpferisch. Im Seminar geht es um die Arbeit mit allen Formen von humanen Energien – Vitalität, Schwung und schlaue Worte. Bei den praktizierten Energie-Modulationen wird Macht durch vitale Frische und Härte durch effiziente Sanftheit ersetzt.

Non-Ich I: Das Prinzip Identität und der geheime Name (Sesam-Seminar)

In diesem Seminar geht es um die Frage der Identität des Menschen. Wer bin ich? Wann bin ich wirklich mich selbst? Was ist das „höhere“ Selbst? Heute gilt oft der Grundsatz: „Ich will mich verwirklichen.“ Das Morgen braucht jedoch eine Haltung, die stärker ist, als die der eigenen Identität. Denn erst wenn wir nicht auf uns fixiert sind, können wir mehr werden, als es von unseren eigenen Kräften her möglich ist. Deshalb geht es in diesem Seminar um die Neu-Entdeckung der geheimnisvollen Identität und um ihre Transformation in reine Freiheit. Dies ist das Potential, das im seltsamen Weisheitsbegriff der Leere steckt. Stichworte dazu: Taoismus, Meditation, transpersonale Wirklichkeit.

Vorderlist I: Das Prinzip Zuvorkommenheit (Fliegender Teppich-Seminar)

Dieses Seminar ist einem -- für unsere westliche Kultur – recht neuen Thema gewidmet. Es geht um den förderlichen Umgang mit List und all ihren Formen. In unserer Kultur ist List eher verpönt, weil sie mit “Hinterhalt” und “Fallen stellen” gleichgesetzt wird. Die chinesische Kultur hingegen sieht in der List eine Form von Weisheit. Die Flow-Praxis nutzt die Kraft und Eleganz der List und verwandelt sie in förderliche Zuvorkommenheit – in Vorderlist. Die Kunst effizient und zuvorkommend vorzugehen, bedeutet, sich dank schlaudem Denken und Handeln viel Mühe zu ersparen und mit wenig Tun viel Förderlichkeit und Transparenz in Gang zu setzen. Vorderlist ist eine transparente und durchwegs förderliche Form von List und strategischem Handeln und stellt sich in den Dienst aller Beteiligten.

b. Acht Erkenntnis-Module

Es ist nur möglich die Flow-Praxis umfassend zu praktizieren, wenn wir unsere Denkausrichtung überprüfen und verschiedene Ausrichtungen kennen lernen. So wird die Sensibilität und das Unterscheidungsvermögen geschult, welches für den Einsatz der Flow-Werkzeuge von entscheidender Bedeutung ist. Die Erkenntnis-Module haben zum Ziel, genau diesen Denkraum zu erweitern. Die Auswahl dieser Module in der Ausbildung zum Professionellen Flow-Praktiker kann variieren. Im Folgenden finden Sie die Auswahl von acht Erkenntnismodulen:

Flow I: Wirken und Sprechen jenseits von Gewalt und Wille

Was ist Flow und wie entsteht er? Was alles bewirken Empfindungen und Worte? Wie wirkt der Druck autoritärer Befehle? Wie verändert Flow das Denken und die gegenwärtigen Begegnungen? In diesem Seminar beantworten wir diese Fragen und setzen der Logik der Macht und des Machens die Logik des Flow entgegen: Wille und Kraft versus Gelassenheit und schlaue Förderlichkeit.

Um den Menschen in seiner ursprünglichen Lebendigkeit anzusprechen, brauchen wir auch eine neue Sprache – die Sprache des Flow. Sie ist voll von Lebendigkeit und frei von Gewalt und lässt die eigentlichen Anliegen und Faszinationen zum Vorschein kommen. Sie lernen, wie gewichtig jedes einzelne Wort und jede kleine Geste wirkt, und wie Sie diese Erkenntnisse neu einsetzen können.

Kreislauf I: Freies Geben und Empfangen, statt Fordern und Liefern

Der Kreislauf von Geben und Empfangen ist die Basisbewegung des Lebens. Atmen bedeutet, frische Luft empfangen und verbrauchte Luft zurückgeben. Den Pulsschlag fühlen bedeutet, das Herz verteilt den Lebenssaft in alle Organe und leitet Abfallsstoffe an die Reinigungsprofis weiter. Einen liebevollen Blick zu empfangen macht Lust, seinerseits Grosszügigkeit zu verschenken. Dieser Sog, der durch echtes Geben entsteht, ergreift uns ganz automatisch und zieht uns mit in den Kreislauf hinein. Im Unterschied dazu nimmt der Kreislauf von Fordern und Liefern alle Lust und Freiheit. Oft wird das Liefern mit dem Geben verwechselt. Aus falschverstandener Gutmütigkeit Forderungen zu erfüllen, ist unschlau und führt längerfristig zu Unstimmigkeit, gegenseitiger Entfremdung oder Burnout. Liefern-Müssen frisst Energie, Schenken-Können gibt Energie.

Exsource IV: Favorit und Farmer

Die Funktion eines Mitarbeiters innezuhaben ist gut und nützlich. Die Identifikation mit dem Betrieb wird aber erst tiefer, wenn der Mitarbeitende auch sich selbst eingibt. Das kann geschehen, wenn er für die Leitungsperson nicht nur Arbeitender, sondern Mensch und nicht mehr nur Mensch, sondern Favorit ist. In der Pädagogik steckt ein ähnliches Potential, wenn der Schüler zum Favoriten wird und spürt, dass er in jedem Moment vom Lehrer (Farmer) begünstigt wird. Ein Farmer bringt im Favoriten das Potential zum Blühen und vermag dadurch mehr zu erreichen als Experten und Coachs es können. Sie lernen in diesem Seminar das Prinzip "Farming" kennen und haben die Möglichkeit selber zu erfahren, was es mit Ihnen macht, wenn Sie favorisiert werden.

Anerkennung I: Anerkennen ist stärker als loben und wertschätzen

Getadelt zu werden, hat niemand gerne. Denn Tadel zeigt uns die Grenzen unserer Individualität auf. Gelobt werden tut gut, falls das Lob ehrlich ist. Ein Lob zeigt uns nämlich, dass unsere Leistung gut ist. Wertschätzung verbindet uns mit den Mitmenschen. Sie zeigt uns, dass wir als Person voll akzeptiert sind. Anerkennung zu erhalten jedoch, lässt uns über uns hinauswachsen. Denn Anerkennung macht unsere wahre Grösse vor aller Welt sichtbar.

Das Geheimnis der Anerkennung liegt darin, dass sie sich nicht wie Lob und Wertschätzung auf momentane und vergangene Leistungen oder Qualitäten bezieht, sondern uns auch das Potential der Zukunft eröffnet.

Weltbild I & II: Das faktische, humanistische und ressourcive Weltbild

Ein Weltbild ist das Grundmuster, das unser Denken und Handeln strukturiert. Wir haben im Abendland bisher zwei ganz große Weltbilder gehabt. Das erste ist das seiend-funktionalistische Weltbild. Es geht davon aus, dass es Dinge und Werte gibt und die Wahrheit in die Welt gesetzt werden kann und soll. Das richtige Funktionieren ist der zentrale Weg, sei es religiös, wenn man die richtigen Handlungen setzen soll, sei es im Lebensalltag, wenn man seine Arbeiten richtig ausführen soll.

Das zweite Weltbild ist das humanistische Weltbild. Es besagt, dass nicht die Dinge im Zentrum stehen, sondern der Mensch und seine Würde. Heute leben wir in diesen modernen Selbstverständlichkeiten von Gleichheit und individueller Freiheit.

Das neue Weltbild ist das ressourcive Weltbild. Hier geht es nicht mehr darum, den Menschen ins Zentrum zu stellen, sondern den Grund des Menschen, der ihn zu dem macht, was er eigentlich ist. Bewusstsein und elementarer Flow rücken ins Zentrum. Im Vordergrund steht nicht mehr primär Leistung, sondern das Wecken der Initiative und Neugierde, die dann zu neuer Leistung führen. Der Mensch wird über die Kultur hinauswachsen und jene Bereiche eröffnen, die durch reine Ursprünglichkeit zu Stande kommen. Paranormale Fähigkeiten, wie Hellsehen, Geistheilen oder ausserkörperliche Erfahrungen werden zu Standardinstrumenten des Menschen.

Macht I: Dominanz durch Macht – Eleganz durch Souveränität

Macht haben bedeutet, sich jederzeit durchsetzen zu können, auch gegen den Willen des Andern. Diese Setzung des eigenen Vorteils erfolgt entweder direkt, zum Beispiel durch Befehle, oder aber getarnt, zum Beispiel bei Manipulation durch systematische Hilflosigkeit. Das Durchsetzen des eigenen Willens hat jedoch einen Preis. Denn wer in seinem Leben

dem eigenen Willen die Führung überlässt, dem bleibt kein Raum, um Vitalität zirkulieren zu lassen. Kurz gesagt: Macht korrumpiert und blockiert Vitalität. Auch Status, Tyrannei und Geltung sind hochwirksam, erdrücken aber die Lebendigkeit.

Was sind nun die Alternativen zur Macht? Direkte Alternativen sind Gelassenheit und echte Souveränität. Wer souverän handelt, übt einen Einfluss aus, der auf Selbstverständlichkeit, Herzlichkeit und gegenseitiger Förderlichkeit beruht. Da dies hochattraktiv ist, bekommen Menschen, die eine solche Echtheit verkörpern automatisch mehr Einfluss.

Die Erkenntnisse über die gigantischen Auswirkungen der Macht sind nur etwas für Menschen mit starken Nerven!

Vorderlist IV: Provokation – Aggression oder günstige Strategie?

Provokation entschärfen oder eskalieren lassen? Nachgeben oder mich durchsetzen? Die Flow-Kommunikation zeigt eine dritte Möglichkeit auf. Oft haben wir heimliche Erwartungen, wie der Andere uns zu begegnen hat – ein Provokateur scheint sich darum nicht zu kümmern. Hinter jeder Erwartung steckt ein berechtigtes Anliegen und hinter jeder Provokation steckt der Ruf nach mehr Lebendigkeit! Beides gilt es ernst zu nehmen. Wenn es gelingt, Provokation als echtes Lebensspiel zu sehen, das aus Sicht der Lebensenergie Sinn macht, werden wir freier im Reden und Handeln. Flow-Kommunikation verwandelt die Erwartungen in Einladungen. Dadurch entstehen völlig neue Formen von Kooperation. Denn auch die grössten Provokateure steigen lieber auf ehrlichen Einladungen ein als auf Erwartungen. Im Seminar erfahren Sie, wie sogar einer aggressiven Provokation der Stachel genommen werden kann und sie sich mehr und mehr in soziale Verbindlichkeit verwandeln kann.

Krieger I: Die 7 Stufen der Auseinandersetzung – vom Krieg zum Fest

Die 7 Stufen der Auseinandersetzung finden sich im familiären Austausch, in Sport, in Diskussionen sowie in feindseligen Kämpfen. Jede Begegnung ist eine Form von Auseinandersetzung. Die Skala dieser Auseinandersetzungen reicht vom destruktiven Krieg, zu welchem Härte und Zerstörung gehören, bis hin zum reinen, grosszügigen Fest. Andere Stufen der schöpferischen Auseinandersetzung finden sich aber auch beim Einkaufen (Handeln), wenn ich mich freue (festliche Atmosphäre) und auch dann, wenn ich ärgerlich bin (Kampf und Drohung ausstrahlend). Die sieben Stufen sind entlang einer Skala des Flow angesiedelt. Im Seminar können Sie sich anschauen, welche Art Auseinandersetzung Sie oder Ihre Mitmenschen in Gang setzen.

c. Zwölf Werkzeug-Module

Neben dem Hintergrundwissen geht es in der Flow-Praxis vor allem um die praktische Umsetzung der Erkenntnisse. Die Werkzeuggesteure führen deshalb ein in das konkrete Handwerkszeug der Flow-Praxis. In diesen Modulen steht das Üben einzelner Flow-Werkzeuge im Zentrum. Die Ausbildung zum Professionellen Flow-Praktiker beinhaltet zwölf spezifische Flow-Werkzeuge, zum Beispiel:

Den Andern durch Einladungen gewinnen

Wir drohen oft mit Strafen oder Liebesentzug: "Sei brav, sonst...", "Mach, andernfalls...". Einladungen in Worten, Gesten und Taten wirken stärken, denn sie erzeugen einen unwiderstehlichen Sog. Eine Einladung eröffnet einen Raum, in welchem man Lust bekommt einzutreten. Wer droht, will den Andern abhalten. Wer einlädt, lockt den Andern zu sich her. Weil

der unbedingte Bezug zum Andern in jeder Drohung schon da ist, braucht es "nur" die Umwandlung vom Abhalten zum Herholen. Dieses Seminar zeigt, wie Drohungen, die durch Ärger, Zorn und Kränkung entstehen, zu Einladungen werden können.

Aktiv Lebenslust navigieren

Navigation ist die aktive Modulation von vitaler Energie. Dies passiert in jeder Begegnung zwischen Menschen ganz automatisch. Um Navigationen aber bewusst und konsequent förderlich zu gestalten, ist es nötig, die zu Grunde liegende Logik der Energieströme zu kennen. In den Navigationen der Flow-Praxis werden harte Energieformen konsequent in eine förderliche Richtung gewendet und damit das Gegenüber gewonnen. Die Kunst, die Fließlinien der Energie förderlich zu beeinflussen, bewirkt, dass die Menschen sich sogar gerne auf einen Wandel in Denken, Handeln einlassen.

Sie bekommen die Möglichkeit am eigenen Leib zu erfahren, was verschiedene Formen von Navigationen unweigerlich mit Ihnen anstellen und lernen den riesigen Einfluss unseres Tuns und Lassens kennen.

Skripte – die cleveren Drehbücher des Geistes

Wer präzise weiss, was er will, und wer die inneren Bilder genau vorbereitet und strukturiert, der spart sich für die Zukunft viel Mühe und Ärger – zum Beispiel ständige Motivation oder laufende Unklarheiten. Ein solches Drehbuch ist auch in der Erziehung und Führung sehr hilfreich. Es organisiert Denken und Vorstellung im Voraus bis ins Detail. Ist das Drehbuch innerlich akzeptiert, dann laufen die Taten im Aussen danach "wie von selbst ab". Proteste und Verweigerungen verschwinden. Sie lernen selber Skripts zu machen und dieses Werkzeug im Umgang mit Andern einzusetzen.

Sinngespräche führen

Mangel an Sinn macht krank, wie schon der Psychologe und Überlebende des Konzentrationslagers, Viktor Frankl, erkannte. Fehlender Sinn lässt sich nicht durch Ziel und Zweck ersetzen. Wer keinen Sinn sieht, hat keine Energie zur Verfügung und die weitreichende Orientierung fehlt. Sinn vermag uns über Durststrecken hinweg zu tragen und sogar schwere Krankheiten zu heilen. Aber nicht nur bei grossen Krisen, sondern auch im alltäglichen Umgang mit Partnern, Angestellten oder Kindern können Sinngespräche die grosse Wende einleiten. Denn wenn das Gegenüber sich verweigert, liegt dies oft daran, dass das Begehren sinnlos erscheint und nicht "einleuchtet". Sobald es gelingt, das eigentliche Anliegen zu formulieren, werden die Menschen willig, und Opposition wandelt sich in Kooperation. Sie lernen, klar strukturierte Gespräche zu führen, die den Sinn eröffnen und das Verständnis für das Anliegen wecken.

Abmachungen treffen, die halten, statt Befehle erteilen, die umgangen werden

Abmachungen sind einzuhalten. Ob es gelingt, liegt nicht in erster Linie am Inhalt sondern an der Energieform, die hinter der Abmachung zirkuliert. Das heisst, Abmachungen sind sekundär, deren Energieströme sind primär. Nicht der Inhalt oder die Zusage zählt, sondern ob die innere Zuneigung beidseitig und echt da ist. Wenn diese da ist, folgt die Verlässlichkeit von selbst. Eine günstige Abmachung, die voller Energie steckt, lässt alle Wünsche auf den Tisch kommen, behandelt alle Beteiligten als gleichberechtigt und regelt nicht nur die unmittelbaren Sachinhalte sondern auch die Details der Durchführung, Kontrolle und Auswertung. Sie lernen Abmachungen zu treffen, die halten, weil deren Basis reine Lebenslust ist.

Frei werden von der Last des Müssens

“Ich muss noch telefonieren”; “Ich muss zur Arbeit”. Wir glauben, dass wir müssen. Solches Müssen gibt Druck. Doch nicht die Notwendigkeit ist das Schwierige, sondern unser Glaube an das Müssen raubt Energie. Sie lernen, dass es effizientere Energieformen gibt als den Druck des Müssens. Dieses Seminar bietet Ihnen ein neues Verständnis dessen, was Müssen tut. Sie lernen Alternativen zum Müssen kennen und trainieren, vom Druck des Müssens los zu kommen.

Kritisieren ohne zu verletzen

Traditionelle Kritik fokussiert auf den Fehler – unabhängig davon, ob die Kritik destruktiv oder konstruktiv gestaltet wird. Die Last der Unzulänglichkeit und der nötigen Veränderungen trägt in jedem Fall der Kritisierte. Dies ist der Grund, wieso wir meist nicht gerne kritisiert werden und oft auch nicht gerne Kritik anbringen. Sätze wie “Das hast Du falsch gemacht!” sind negativ, verhindern Kooperation und verschliessen die Ohren. Flow-Kritik jedoch geht davon aus, dass Menschen keine Fehler machen, sondern ihnen Fehler unterlaufen. Deshalb ist der Fehler in der Flow-Kritik lediglich der Anlass für Weiterentwicklung und nicht der Diskussionspunkt der Kritik. Die Aufgabe des Flow-Kritikers ist es, den andern nicht blosszustellen, sondern Kooperation und offene Ohren zu gewinnen. Dabei fokussiert er darauf, was die kritisierte Person braucht, um Verbesserungen herzustellen, gibt Energie und weckt Lust auf Veränderung.

Verschwenderisch fantasieren statt bloss befehlen

Fantasie ist eine schöpferische Kraft, die wir nutzen können. Fantasieren bedeutet, Bilder, Assoziationen, Sinneseindrücke sich multiplizieren lassen um damit schneller zum Wesentlichen kommen. Die Fantasie eröffnet den Weg zur Weite des Lebens. Erklärungen, Aufträge und der Umgang mit schwierigen und belastenden Situationen werden leichter, wenn die große Fantasie aktiviert wird. Fantasie überzeugt. Wer die Fantasie des Andern gewinnt, braucht keine Befehle mehr, sondern nur noch Hinweise, wie die Umsetzung am besten geschehen kann. Wenn wir Geschichten erzählen anstatt Fakten darzulegen, dann ist die Denklandschaft reich und sinnvoll ausgestattet und Leistungen sind kein Problem. Sie lernen, in diesem Seminar Fantasie zu praktizieren, Assoziationen und Bilder zu modulieren.

Widerstand nicht als Verweigerung sondern als Angebot sehen

Die Flow-Pädagogik stört sich nicht an den Widerständen und Verweigerungen, sondern sieht sie als Angebot, den grundlegenden Anliegen, die hinter dem Widerstand stecken auf die Spur zu kommen. Dabei geht es darum, sich nicht von der Härte und Opposition beeindrucken zu lassen, sondern die Energie, die im inneren Kern des Widerstandes steckt, aufzunehmen und zu wandeln. Verweigerung ist ein Symptom und Hilferuf und keine Tatsache. Wird das tiefe Anliegen hinter dem Widerstand gehört, folgen Engagement und Kooperation von selbst.

Kredit geben als Grossressource für Vitalität

Im Finanzbereich sind Geld-Kredite ein Mittel, den Aufbau eines Betriebs zu ermöglichen. In Beziehungen ermöglichen vitale Kredite die Vernetzung der Gegenwart mit einer lebendigen Zukunft. Persönlicher Kredit ist die Fähigkeit, einem Menschen durch echte Anerkennung oder grosszügige Gesten Vorschuss (Chancen) zu geben. Dies ist hoch effizient und ruft automatisch nach einer günstigen Gegengeste. Das heisst, derjenige, der Kredit bekommen

hat, wird den Sog spüren, ebenfalls grosszügig zu sein und auf die Anliegen des andern einzugehen. Der vitale Kredit schafft im Gegensatz zum Investitionskredit also keine Schuldner sondern Lust auf Grossherzigkeit. Sie lernen die Logik von Kredit und Gegenkredit kennen und bekommen Gelegenheit, die praktische Übertragung des Gelernten auf den Alltag zu üben.

Ich- und Du-Botschaften von Erwartungen erlösen

"Du hast den Abfall wieder nicht rausgetragen!" Solche Du-Botschaften sind unbeliebt, denn sie attackieren mit dem Zeigefinger den Angesprochenen. Doch auch Ich-Botschaften machen oft, gewollt oder ungewollt, Druck. Dahinter stecken nämlich meist heimliche Erwartungen, die Druck erzeugen. Dagegen wehrt sich der freie Geist. "Ich bin sehr enttäuscht, dass der Abfall noch immer hier steht." Der Angesprochene weiss genau, wozu er mit dieser Botschaft aufgefordert wird. Er wird allerdings wenig Lust haben, darauf einzusteigen, denn auch die Ich-Botschaft lässt ihn klein dastehen und raubt ihm Energie. Das zeigt: Nachrichten transportieren nicht nur Informationen und persönliche Botschaften, sondern immer auch vitale Energieformen. Sie lernen Sachinformationen und persönliche Botschaften so zu formulieren, dass sie keine Forderungen und Erwartungen transportieren sondern einladend wirken.

Für das Ohr des Zuhörenden reden

Viele unserer alltäglichen Probleme treten auf, weil die Wahrnehmung des Senders sich grundsätzlich von jener des Empfängers unterscheidet. Es gibt verschiedene Möglichkeiten mit dieser Diskrepanz umzugehen. Im senderorientierten Austausch stehen Wahrnehmung und Absicht des Senders im Vordergrund – der Empfänger hat sich anzupassen. In der Empfängerorientierung steht das Wohl des Empfängers im Vordergrund – der Sender hat sich anzupassen. In beiden Fällen muss einer der beiden sich und seine Anliegen unterordnen. Glücklicherweise gibt es eine dritte Möglichkeit. Sie beruht auf dem Prinzip der Resonanz. Wenn der Sender den Ton trifft, bei dem der Empfänger lustvoll mit einstimmt, verschwindet der Kampf von Interessen und Absichten. Ob dies gelingt, hängt immer von zwei Elementen ab. Erstens: "Entsteht ein Raum, in welchem ich mich frei und unverletzt entfalten kann?" Und zweitens: "Stehen wir beide in Resonanz miteinander?" Wenn diese Fragen für beide positiv beantwortet werden können, hört der Empfänger gerne zu und der Sender trifft den Ton.

d. Neunzehn Aktivierungstage

Neues Wissen und frische Vorgehensweisen leuchten meist schnell ein, wenn man sie als Zuhörer empfängt. Es braucht allerdings einen weiteren grossen Lernschritt, um dieses Wissen und Können aktiv einzusetzen und das eigene Vorgehen auch erklären zu können. Die Aktivierungstage sind genau dafür vorgesehen. Die Studierenden üben das selbstständige Erklären von Hintergründen und Praktiken der Flow-Kommunikation. Thematisch sind die Aktivierungstage abgestimmt auf die Erkenntnis- und Werkzeugmodule.

e. Drei Tage Mentaltraining

Zur Arbeit mit dem Bewusstsein gehört die Erfahrung des Mentaltrainings. Dieses ermöglicht selber zu erfahren, wie Bewusstseinszustände günstig moduliert werden. Vorhandene Erfahrungen mit Mentaltraining können angerechnet werden.

f. Zwei Wochen Praktikum

Das Praktikum kann absolviert werden an einer Institution oder an einem Arbeitsplatz, wo in anerkannter Weise die Prinzipien von Ressourcivität und Zuvorkommenheit im Alltag umgesetzt werden. Es soll einen Einblick vermitteln, wie die Flow-Praxis (oder ein zentrales Element der Flow-Praxis) in Alltag konkret umgesetzt wird. Nicht in den Prinzipien sitzt die vitale Energie, sondern im Detail. Deshalb ist die konkrete Umsetzung der Erkenntnisse bis in die Details von Gedanken, Worten, Gesten und Entscheiden wesentlich.

Die Beobachtung und Nachahmung von kompetenten Vorbildern hat einen vertiefenden Effekt. Dabei werden auch die Begrenzungen der Umsetzung vom Studierenden erkannt, benannt und analysiert.

Wenn es nicht möglich ist, das Praktikum zwei Wochen am Stück zu absolvieren, können auch kleinere Einheiten angerechnet werden. Das Verfassen eines Praktikumsberichtes gehört zum Praktikum dazu.

g. Selbstentwicklung und Selbststudium

Die Grundausrichtung der Flow-Praxis erfordert erfahrungsgemäss einen intensiven Wandel alter Denkgewohnheiten. Deshalb reicht es nicht, sich neue, theoretische Erkenntnisse anzuhören und wiederzugeben. Ein intensives Selbststudium ist nötig, damit das Neue Denken und Handeln sich im Alltag etablieren kann. Zur Ausbildung zum Professionellen Flow-Praktiker gehören deshalb auch:

- Selbstübungen
- Navigationen im Alltag
- Coaching
- 9 schriftliche Arbeiten: Präsentationen, Modularbeiten, Praxisdokumentationen
- 18 Einheiten von Demonstration, Selbstreflexion und Intervision (Austausch über vergangene Erfahrungen und Verbesserungen des Vorgehens)
- 30 Stunden Selbsterfahrung (davon mindestens 10 Stunden Körperarbeit)
- 6 Fallberichte zur Praxis mit Präsentation
- Abschlussarbeit zum Diplom
- Diplomprüfung, theoretisch (mündlich) und praktisch

5) Was ist mein zeitlicher und finanzieller Aufwand für die Ausbildung?

Die gesamte Ausbildung nimmt 70 Tage in Anspruch, aufgeteilt in Module zu einem oder zwei Tagen oder als Seminarwoche. Das entspricht 529 Lektionen. Dazu kommen geschätzte 1030 Lektionen für die Verarbeitung zu Hause, Einübung in der Praxis, Intervision und Demonstration und Erstellung der schriftlichen Arbeiten.

Da die Ausbildung modular aufgebaut ist, variiert die Ausbildungsdauer je nach Kapazität der Studierenden und angebotenen Modulen. Die *Dr. Gasser Flow-Akademie* gewährleistet das Angebot aller Module innerhalb von vier Jahren.

Die Ausbildungskosten betragen 18'900 Franken. Die Details finden Sie in der Beilage "Übersicht zu Anforderungen und Kosten".

6) Was sind die Unterrichtsmethoden?

Präsentationen: Der Dozent vermittelt verbal und über die direkte Erfahrung Hintergrundwissen zur Flow-Praxis und konkrete Anleitungen zu den Werkzeugen. Ein Skript zum jeweiligen Thema hilft, offene Fragen zu beantworten und die präsentierten Inhalte zu festigen.

Navigationen: In der Navigation werden Energie- und Bewusstseinsfelder direkt moduliert und die TeilnehmerInnen erfahren, wie Worte und Gesten unmittelbar wirken.

Praktische Übungen, Trainings: Um die Wahrnehmung zu schulen und die neuen Flow-Werkzeuge zu üben, gibt es immer wieder praktische Aufgabenstellungen, die gemeinsam oder einzeln gelöst werden.

Reflexionen: Ständige Reflexion hilft der Einbettung neuer Inhalte ins Bestehende und gibt die Richtung für das weitere Vorgehen.

Einbringen eigener Fallbeispiele: Laufend gibt es die Möglichkeit konkret an Hand von eigenen Fallbeispielen aus dem Alltag (aktuelle Herausforderungen) zu lernen. Nach einer Analyse und der nochmaligen Erfahrung des Ist-Zustandes, wird ein neues Handeln in Gang gesetzt und die Auswirkungen direkt erfahrbar gemacht.

Lektüre von Texten: Wenn es der Vertiefung neuer Inhalte dient und die Unterscheidungsfähigkeit unterstützt, werden Texte gemeinsam gelesen und analysiert.

Praktische Coachings: Taucht ein akutes Thema auf, wird dies unmittelbar in Form eines Coachings thematisiert.

7) Wer sind die Dozenten?



DrDr. Johannes Gasser, habil.

Philosoph, klinischer Psychologe FSP, Forscher und Begründer der ressourciven Flow-Pädagogik

Dozent und Ausbildungsleiter



Prof. dipl. Päd. Traugott Elsässer

Dozent für Erziehungswissenschaften und Mentor an der Pädagogischen Hochschule St.Gallen

Dozent für Pädagogik, Methodik und Didaktik



Marianne Fischer

Lehrerin für textiles Gestalten, dipl. Tanz- und Bewegungstherapeutin, Bewegungspädagogin BGB, Professionelle Flow-Praktikerin und Flow-Trainerin i. A.

Trainerin für Flow in Bewegung und Körper

8) Welches sind die Seminarzeiten und Seminarorte?

Die Seminarzeiten sind in der Regel wie folgt:

Einzeltage und Wochenenden: 9.00 – 17.30

Wochenseminare: Jeweils Samstagmittag bis Samstagmittag

Praktikum: individuell

Ein Tag umfasst 7,5 Lektionen à 50 Minuten, Pausen exklusive. In der Regel dauert die Mittagspause 1,5 Stunden.

Die Seminare finden in Wiesendangen b. Winterthur statt: Raum zur Platane
Schulstrasse 38
8542 Wiesendangen

9) Ist die Ausbildung anerkannt?

Die Ausbildungsgänge zur Flow-Praxis sind eine Innovation. Innovationen müssen erfahrungsgemäss erst breitflächig praktiziert werden, bevor sie von staatlichen Institutionen anerkannt werden. Deshalb braucht es sogenannte First-Adapters (Erstanwender), die beim praktischen Umgang mit Flow Feuer fangen und die Flamme der Lebenslust in den vielfältigen Kommunikationsalltag weitertragen.

Der Aufbau der Ausbildungsgänge orientiert sich am europäischen Credit-System (ECTS), um die Ausbildung vergleichbar zu machen.

Ausbildung Professionelle Flow-Praktiker(innen) - Beilage

Übersicht zu Anforderungen, Zeitaufwand, Credits und Kosten - Stand 2015

Eine Unterrichtseinheit der Akademie ist 1 Lektion = 50 Minuten
 Ein Unterrichtstag = 7.5 Lektionen
 1 Credit = 25 Lektionen

Inhalte	Tage	Lekt.	Credits
Unterricht			
5 Basisseminare	10	75	
8 Erkenntnismodule	16	120	
12 Werkzeugmodule	12	90	
19 Aktivierungstage	19	142.5	
3 Tage Mentaltraining*	3	22.5	
<i>Unterricht durch die Akademie</i>	<i>60</i>	<i>450</i>	<i>18.0</i>
1.5 Lekt. Selbststudium & -entwicklung pro Unterrichtslektion		675	27.0
Subtotal für Unterricht und Selbststudium	60	1'125	45.0
Werkarbeiten			
3 Präsentationen		30	
3 Modularbeiten		30	
3 Praxisdokumentationen		30	
6 Fallberichte		60	
Subtotal Werkarbeiten		150	6.0
Selbstanwendung			
Selbsterfahrung (davon 10 Lektionen Körperarbeit)		30	
6 Interventionen		18	
6 Praktische Demonstration		6	
6 Selbstreflexion Darlegung		6	
Subtotal Selbstanwendung		60	2.4
Praktikum			
Hospitation	10	75	
Praktikums-Berichte		25	
Subtotal Praktikum	10	100	4.0
Abschluss			
Diplomarbeit		120	
Examen mündlich und praktisch		4	
Subtotal Abschluss		124	5.0
Total Ausbildung	70	1'559	62

Zeitaufwand			
Anzahl Tage / Lektionen in der Akademie + Praktikum	70	529	
Anzahl Lektionen in Eigenorganisation		1030	

Kosten			CHF
60 Unterrichtstage an der Akademie à 280.-			16'800.00
10 Einzellektionen Körperarbeit à CHF 90.-			900.00
Supervision, Prüfungen, Diplom			1'200.00
Total Kosten			18'900.00
Dazu kommen die Kosten für 20 Lektionen Selbsterfahrung* bei Dritten			

* Ausgewiesene Selbsterfahrungen und Mentaltraining können angerechnet werden

Credits

ECTS (European Credit Transfer and Accumulation System) ist ein europaweit anerkanntes System zur Anrechnung, Übertragung und Akkumulierung von Studienleistungen. Es ist auf die Studierenden ausgerichtet und basiert auf dem Arbeitspensum, das diese absolvieren müssen, um die Ziele eines Studiengangs zu erreichen. Diese Ziele werden vorzugsweise in Form von Lernergebnissen und zu erwerbenden Fähigkeiten festgelegt. Das Arbeitspensum der Studierenden wird in Creditpunkten oder Credits ausgedrückt. Die Dr. Gasser Flow-Akademie berechnet die Creditpunkte anhand der aufgewendeten Lektionen.

Als Regel des ECTS gilt:

60 Creditpunkte werden für ein Studienjahr vergeben.

180 Creditpunkte sind für den Erwerb des Bachelordiploms und

90 – 120 Creditpunkte sind für den Erwerb des Masterdiploms nötig.



Dr. Gasser Flow-Akademie

Fuchsweg 7

CH-8542 Wiesendangen

Tel: +41 (0)52 770 29 29

Fax: +41 (0)52 770 29 08

kontakt@flow-akademie.ch

www.flow-akademie.ch