

Entwicklungsprozesse professionell begleiten

1-jährige Fortbildung mit Elementen der HAKOMI® Methode

Leitung: Dagmar Wernicke und Ha-Jo Diehl



Mit dieser Fortbildung bieten wir einen Lern- und Erfahrungsweg für ein achtsamkeitsbasiertes, professionelles Begleiten von Menschen in ihren Entwicklungsprozessen und Anliegen. Ansprechen möchten wir damit Menschen, die in beratenden, helfenden und heilenden Berufen tätig sind, ihre beruflichen Fähigkeiten erweitern möchten oder eine solche berufliche Perspektive anvisieren.

Teilnehmer*innen, **die eine zukünftige psychotherapeutische Ausbildung in Erwägung ziehen** (wie z. B. die curriculare Fortbildung zur HAKOMI® Therapeut*in), bietet unser Angebot die Möglichkeit, eine solche Perspektive für sich zu überprüfen.

Übersicht über das Curriculum

Mit dieser Übersicht möchten wir Einblicke in die Inhalte dieses Trainings vermitteln und damit Interessierten eine Vororientierung ermöglichen.

Im Folgenden sind die Kernelemente des Trainings in drei Kategorien zugeordnet und in Kurzform auf die 8 Module verteilt dargestellt:

- **Auf HAKOMI Elementen basierende Begleitmethode**
- **Ergänzende Aspekte aus anderen psychotherapeutischen Methoden**
- **Methodenübergreifende Grundlagen**

1. Modul 25.09.- 27.09.2026 Dagmar Wernicke + Ha-Jo Diehl

Ankommen und kennenlernen. Überblick über das gesamte Training.

Auf HAKOMI Elementen basierende Begleitmethode:

Innere Achtsamkeit und Beziehungsgestaltung

Einführung und Überblick.

Innere Achtsamkeit, gegenwärtiges Erleben, Modalitäten des Erlebens, der innere Beobachter. Die achtsame Gestaltung von Begegnung, die Haltung der anteilnehmenden Neugierde.

2. Modul 30.10.- 01.11.2026 Dagmar Wernicke

Auf HAKOMI Elementen basierende Begleitmethode:

Kontakt und Tracking

Die Kunst der Wahrnehmung und das Wagnis der Begegnung. Verbaler und nonverbaler Kontakt.

Ergänzende Aspekte aus der Transaktionsanalyse:

Ich-Zustände, Dramadreiseck, OK - Positionen.

Methodenübergreifende Grundlagen:

Große Lebensthemen in Bezug zur kindlichen Entwicklung.

Seite 1 von 4

Entwicklungsprozesse professionell begleiten Curriculum



3. Modul 11.12. – 13.12.2026 Dagmar Wernicke + Ha-Jo Diehl

Auf HAKOMI Elementen basierende Begleitmethode:

Einstellungen und Haltungen

Die formende Macht innerer Einstellungen bei der Prozessbegleitung.

Vorstellung der HAKOMI Methode - Achtsamkeitszentrierte Körperpsychotherapie:

Achtsame Selbsterforschung, Experimentelles Vorgehen,
Körper-Geist-Einheit, Gewaltlosigkeit.

Methodenübergreifende Grundlagen:

Klinische Diagnostik I.

4. Modul 05.02. – 07.02.2027 Ha-Jo Diehl

Auf HAKOMI Elementen basierende Begleitmethode:

Körpererleben

Auf den Körper hören, Möglichkeiten und Bedeutungen körperlicher Interventionen.

Ergänzende Aspekte aus der Tiefenpsychologie und der Psychoanalyse:

Kindliche Entwicklung, Übertragung u. Gegenübertragung, Objektbeziehung und Trennung.

Methodenübergreifende Grundlagen:

Erstkontakt und kontextbezogene Anamnese.

5. Modul 09.04. – 11.04.2027 Dagmar Wernicke + Ha-Jo Diehl

Auf HAKOMI Elementen basierende Begleitmethode:

Accessing

In der Erfahrung halten, ihr folgen und die Aufmerksamkeit führen.

Ergänzende Aspekte aus Internal Family Systems:

Arbeit mit inneren Persönlichkeitsanteilen

Selbstführung, Kommunikation innerer Anteile untereinander.

Methodenübergreifende Grundlagen:

Klinische Diagnostik II.

Entwicklungsprozesse professionell begleiten Curriculum



6. Modul 04.06. – 06.06.2027 Dagmar Wernicke

Auf HAKOMI Elementen basierende Begleitmethode:

Bewusstseinszustand Inneres Kind

Achtsames Arbeiten mit kindhaften Anteilen in inneren Prozessen.

Ergänzende Aspekte aus dem Focusing:

Arbeit mit dem Erleben und der Bedeutung von Körperempfindungen.

Methodenübergreifende Grundlagen:

Ethik.

7. Modul 16.07. – 18.07.2027 Ha-Jo Diehl

Auf HAKOMI Elementen basierende Begleitmethode:

Arbeit mit Gefühlen

Bedeutung des emotionalen Erlebens und des emotionalen Ausdrucks. Der konstruktive Umgang mit starken Emotionen.

Ergänzende Aspekte aus der systemischen Paar- und Familientherapie:

Systemtheorie, Kommunikationsstile, Beziehungsdynamiken, Generationenperspektive.

Methodenübergreifende Grundlagen:

Umgang mit Krisen.

8. Modul 17.09. – 19.09.2027 Dagmar Wernicke + Ha-Jo Diehl

Auf HAKOMI Elementen basierende Begleitmethode:

Integration und Abschluss

Methodenübergreifende Grundlagen:

Intervision und Supervision.

Persönliche Integration, Transfer in den Alltag, Resümee, Abschied.

Selbsterfahrung

Während des gesamten Verlaufs der Fortbildung gilt unsere Aufmerksamkeit immer wieder der Erkundung des persönlichen Potentials und der Grenzen in der Rolle als Begleitperson. Sowohl im Rahmen des Gruppenprozesses als auch in verschiedenen praktischen Übungen in Kleingruppen besteht Gelegenheit, die eigenen Persönlichkeitsanteile und Prozesse, die in die Begleitung von Menschen hineinwirken, kennenzulernen.

Dabei werden unterschiedlichste Fragen berührt, u.a.:

- Worin bestehen meine **Stärken und Talente**?
- Was sind meine **Schwächen und Begrenzungen**?
- Welche inneren **Haltungen und Einstellungen** stehen mir zur Verfügung, wie beeinflusst das die **Qualität der Beziehung** und wie wirkt sich dies in die Kommunikation und für die Begegnungsgestaltung aus?
- Welche **bewussten und unbewussten Vorstellungen** leiten mich in meiner Rolle?

Diese Liste von Fragen ließe sich noch fortsetzen und wird für jede/n Teilnehmer*in andere persönliche Schwerpunkte beinhalten.

Die Auseinandersetzung mit sich selbst kann unter Umständen tief gehen.

Deshalb empfehlen wir den Kursteilnehmer*innen, sich außerhalb des Trainings eine Möglichkeit der therapeutischen Begleitung eigener Prozesse zu schaffen.

Wir behalten uns vor, je nach Gruppenprozess Umstellungen im inhaltlichen Ablauf vorzunehmen.

Stand: 01.26