



---

**Ausbildung zum  
Selbsterfahrungscoach  
Walking a free life  
Monika Andrea Schembera**

---

**Finde dich selbst-erfinde dich neu**



## ***Methodische Prozessarbeit Befreite Seele Zertifizierte Ausbildung zum Trainer/In***

Die Methode entstand nach meinen vielen Ausbildungen wie: Aufstellungsarbeit, Walking in your shoes, Geh dich Frei und vieler anderer Ausbildungen. Jede Ausbildung ist etwas Besonderes, doch oft ist eine Methode zu wenig. In methodischer Prozessarbeit sind viele Methoden mit anderem Hintergrundwissen vereint. Die Methode wird bereits seit Jahren in der Praxis von mir und anderen Ausgebildeten Anwendern mit Erfolg angewandt. Der Mensch, der sich verändern will, aber noch nicht herausgefunden hat wie, tut sich oft schwer den Fokus zu finden.

Vielleicht sitzt es so tief, dass du dich immer an Anderen orientierst, dass du gar nicht weißt, was du selbst willst. Achtsamkeit leben für dich, achtsamer Umgang mit deinen Mitmenschen.

An 8 Modulen dieser Ausbildung, erarbeiten wir gemeinsam einen persönlichen Weg zu deinen Fähigkeiten und Gaben für diese Selbsterfahrungsmethode! In den einzelnen Sitzungen werden wir gemeinsam an deinen eigenen, sowie an globalen Themen arbeiten.

Du lernst einerseits, wie du in einer Gruppe arbeitest und andererseits, wie du das Erlernte in einer „Einzelsitzung“ anwendest. Wir werden auch in der freien Natur gehen und lernen damit umzugehen, wenn die Energien in die Natur fließen. Du lernst, wie die Energie in einer Gruppe gehalten wird und wie man einen Walk einstimmen kann. An diesen Wochenenden werden wir auch über rechtliche Dinge sprechen und wie du mit dieser Methode nach außen gehen kannst. Mitgefühl und Empathie, Dinge die wir in dieser Ausbildung angehen. Als Selbsterfahrungscoach bist du in der Ausbildung aufgefordert an deine persönlichen Themen zu gehen. Die Ausbildung ist sehr tiefgreifend, man kommt immer wieder an seine Grenzen, da der blinde Fleck, den jeder von uns hat, zum Vorschein kommt und dabei mit achtsamer Arbeit gemeinsam betrachtet wird.

Willst du für dich erkennen, was sich alles Gutes in deinem Leben gezeigt hat, du bisher jedoch nicht wusstest, was dich in deine Stärke bringt? Was heißt es wütend und aggressiv sein zu können? Ist es wirklich immer negativ? Vielleicht hast du es gebraucht, um dich hierher zu kämpfen?

Willst du kämpfen oder im Jetzt leben? Leichtigkeit im SEIN, eines der Dinge, die du in dieser Ausbildung für dich und deine Kunden lernen kannst. Deine Stärken herausfinden und mit deinen Schwächen umgehen lernen!

Wenn dich diese Sätze berühren und du diese Erfahrung gerne deinen Kunden/Klienten weitergeben möchtest, dann bist du in dieser Ausbildung genau richtig!

Oft hindert uns ein Glaubenssatz oder Muster, die wir uns kreierte haben, um das Leben zu meistern. Bei diesen Dingen, die wir gewohnt sind, ist es oft schwer auszusteigen. Ich kenne das aus eigener Erfahrung, doch als ich begriffen habe, dass es auch anders gehen kann, dass ich nicht immer den Weg gehen muss, der einfach erscheint, klärte sich einiges für mich!

Vielleicht willst du auch auf dich und deine Seele achten? Was wäre es, wenn du durch Begleitung in einer Ausbildung erlernst, wie du dich aus deinem Muster befreien kannst? In 8 Tools lernst du wie du die Methode für dich und deine Arbeit verwenden kannst. Es werden dir auch Bücher vorgegeben, die du zur Ausbildung lesen darfst, es ist nicht verpflichtend, jedoch oft erforderlich, um ein Verständnis zu bekommen.

Folgende Module findest du in deiner Ausbildung:

**Modul Ahnenarbeit:** Wie stellt sich meine Familie auf, woher komme ich, wie sind meine Eltern und Großeltern aufgewachsen? Warum ist das wichtig? Um ein Bild über mich und meine Familie zu bekommen, Verständnis für einen selbst, Verständnis für die Menschen in meiner Familie. Klarheit über mich und mein Leben, warum ich so bin wie ich bin.

**Modul Walking a free life:** Erdung - Verwurzelung – Balance: Wurzeln meiner Ahnen- Ahnen Wertigkeit, Wichtigkeit Glaubenssätze, Sichtweise der Themen mit Walking a free life auszuarbeiten, Gehen und noch vieles mehr. Unterlagen zur Ausbildung + "learning by doing"

**Modul Inneres Kind, Innerer Verhinderer, innerer Saboteur:** Diese Arbeit wird in vielen Ebenen der Module immer wieder eingebracht. Aufarbeiten deiner kindlichen Verletzungen, wie war meine Kindheit, Sonnenkind, Schattenkind. Körperübungen zum Thema Abgrenzung, Innere Mitte, Fokus halten.

**Modul Walking a free life:** Diese Methode wird in verschiedenen Sequenzen immer wieder ein Teil deiner Ausbildung. Du lernst: wie kann ich prozessorientiert und lösungsorientiert mit Klienten Sequenzen einbauen, wie komme ich mit meinen Klienten, mit mir selbst zur Essenz meiner Themen, wie kann ich sie lösen?

**Modul Glaubenssätze auflösen, löschen, neu integrieren,** Reise meines Lebens in ein neues ICH! Lebenspyramide: Wir erkennen unsere Glaubenssätze und Muster, machen sie uns in Übungen bewusst und lernen dabei, wie wir sie aus unserem System löschen und neue dafür ersetzen. Wir reisen durch eine Übung durch unsere Ebenen, von der Geburt bis zum Jetzt. Mit einem Visionsboard formen wir uns unsere Ziele im Leben, wie z.B. Partnerschaft, Beruf, Erfolg, Gesundheit...

**Modul Ankommen bei mir:** Gemeinsames Wochenende in der Natur mit Meditationstechniken lernst du wie du dich selbst und deine Klienten in kurzer Zeit in das Spüren und Fühlen bringst. Der Ansatz zum Gehen in der Natur mit der Stille umgehen wird ein weiterer Teil dieses Wochenendes sein. (Ein Tag mit externer Expertin aus Deutschland)

**Modul Selbsterfahrungscoach:** Wie kann ich als Trainer Leiter in Gruppen arbeiten, wie stelle ich richtig meine Fragen, was braucht diese Methode, um Klarheit in die Themen zu bringen? Was kann diese Methode mir in anderen Methoden helfen? Du lernst wie dein Klient die Orientierung finden und neue Sichtweisen erkennen kann, sich selbst zu reflektieren mit Professionelle Unterstützung, um Sicherheit und Klarheit zu finden. Gemeinsam werden Hilfestellungen beim Prozess für Entscheidungs- und Lösungsfindung im privaten und beruflichen Umfeld erarbeitet.

**Modul Selbsterfahrungscoach:** Wie halte ich die Energie in einer Gruppe, wie kann ich mit Klienten umgehen, die in einem Thema festsitzen und den Blick nicht verändern können? Wie gehe ich mit der Methode nach außen? Wo ist meine Positionierung, mit welche Kunden, Klienten will ich arbeiten? (Ein Tag mit externer Expertin aus Deutschland)

Mehr Info zur Ausbildung per Mail oder direkt bei mir! Dauer der Ausbildung ca. 18 Monate!

Die Module finden in Traun und OÖ statt. Jeweils Samstag 10:00 bis 17:00 Uhr Sonntag 09:00 bis 16:00 Uhr Ausnahmen: Ahnenwochenende, diese findet meist in einem Seminarhaus statt, Dauer Freitag 16:00 Uhr bis Sonntag 14:00 Uhr, Übernachtung für Ahnenseminar sind nicht inkludiert.

Bei Interesse melde dich über meine Homepage zu einer kostenlosen Schnuppereinheit (30min) an und lasse dich ein in diese Methode. Achtung nur begrenzte Teilnehmerzahlen! Mehr Info zur Ausbildung per Mail oder direkt bei mir!

Warum ist diese Ausbildung sehr umfangreich? Es ist wichtig, den Klienten nicht nur mit dem Walk zu begleiten, um sichtbar zu machen was los ist. Mir liegt es am Herzen, als zukünftiger Selbsterfahrungscoach, auch die Tools mitzubekommen, um die Klienten achtsam durch die Situation zu begleiten. Fast jeder Klient hat das Wissen in sich, man muss ihn nur dabei begleiten, um es sichtbar und spürbar zu machen.

**Ausbildungsbeginn Frühjahr 2021**

Termine zur Ausbildung sind Mitte Dezember auf der Homepage zu finden.

Veranstaltungsort Traun

Ich behalte mir vor, den Ausbildungsort dem Seminarthema anzupassen.

Kosten der Ausbildung:

Kosten der Ausbildung: Die Ausbildung findet an 7 Wochenenden statt, jeweils von Freitag bzw. Samstag 10:00 Uhr bis Sonntag 16:00 Uhr. Jedoch, je nach Themenwochenende auch nur Samstag bis Sonntag 10:00 bis 17:00 Uhr inkl. Snacks, Kaffee und Getränke, Kosten der Ausbildung je Wochenende ohne Übernachtung und Verpflegung Mittag/Abendessen

Kosten: € 1980,-- bei gesamter Zahlung. Preis gültig ab 01.05.2020

Einzelzahlung möglich: Je Tool: € 265,-- Freitag vor Seminarbeginn oder bar vor Ort. Als Einzelseminar je Tag € 147,-- für eine Wochenende € 265,-- ohne Ausbildung.

Aktion!! bei Anmeldung bis 31.12.2020 5% auf den gesamten Kursbeitrag!

Bei Anmeldung sind 10% des Betrages zu zahlen, Anmeldung mit Adresse und Geburtsdatum.

Sollte die Ausbildung von der Ausbildungsleitung beendet werden, wird der anfallende Kursbeitrag für die bereits absolvierten Tage verrechnet. Beendet der Ausbildungsteilnehmer die Ausbildung, werden die absolvierten Tage verrechnet und 15 % Storno Gebühr.

Willst du noch mehr dazu wissen? Du kannst dir gerne einen persönlichen Termin geben lassen, um dich von mir und meiner Arbeit zu überzeugen!

Harmonie Kraft Balance Monika Andrea Schembera, Fasangasse 20, 4050 Traun  
+43664/3082453

Anmeldung unter: [harmoniekraftbalance@aon.at](mailto:harmoniekraftbalance@aon.at) oder  
[assistent.harmoniekraftbalance@aon.at](mailto:assistent.harmoniekraftbalance@aon.at)

