

# Trainer Kontakt-Brief

www.trainertreffen.de

Trainertreffen Deutschland  
Tel. 05121 - 26 53 36  
www.trainertreffen.de  
Nr. 43 Juni - Sept. 2003, 10.Jg.

Trainertreffen

Trainer-Kontakt-Brief

Trainer-Agentur

Service-Center

## Inhalt

- 2 Editorial
- 3 Trainertreffen-News
- 6 DVWO, FWW, SGB III
- 7 **Strategie:** Wachstum in wirtschaftlich schwierigen Zeiten, Wolfgang Tast
- 8 News
- 10 **Marktplatz:** Suche & Biete, Impressum
- 11 **Training & Recht:** Verträge selbstständiger Trainer mit Bildungsanbietern, RA Dr. Kai Stumper
- 12 **Blended Learning:** Erfolgreiche Blended Learning Seminarkonzepte, Wilhelm Nolting, Tina Thurow
- 13 **Blended Learning:** Traineeprogramm Blended Learning, Ralf Volkmer
- 15 **Trainerversorgung:** Deutschland im Reformfieber, Edit Frater
- 16 **Methoden:** Rollenklarheit: Welche Rolle haben Sie (nicht)? Anita von Hertel, Julia Meyer
- 17 **Methoden:** Coaching in Projektumgebungen, Ulrike Wikner
- 18 **Werkzeuge:** Persönlichkeitsinventare: BIP® und 16 PF-R®, Peter Uhde
- 20 **Organisationsentwicklung:** Der Papiercomputer für Ziele, Prof. Dr. Martin Lehner & Prof. Dr. Falko Wilms
- 21 **TT-Service-Partner**
- 25 **Professionalisierung:** Ein Dokortitel macht sich bezahlt, Carina Neumann
- 26 **Trainerliteratur**
- 28 **Leserrezensionen**
- 29 **Test-Center:** tool-tribe Connector®, Whiteboard und Computer integrieren, Heinz Kraft
- 30 **Forum:** Körper oder Geist? Ela Starkmann
- 32 **Trainer-Agentur:** Zukunft Personal, Partner gesucht, DGFP-Kongress
- 33 **Selbstmanagement:** Der organisierte Arbeitsplatz, Brigitte Jahn
- 34 **Seminarbericht:** Training im Ausland, Heidi Reimer
- 35 **Veranstaltungskalender**

## Beilagen

- Misco Germany
- Trainings-Ideen Simmerl
- ExpertWeb KG
- Virtual Center
- wirtschaft & weiterbildung PREMIUM



## Trainingseffizienz erhöhen mit Kinesiologie

Paola Paruschke

**Immer wieder hört man: „Trainings bringen nichts“. Es gibt aber auch Beispiele, wie man andauernde Wirkungen erzielen kann. Aus dem ehemaligen Selbsthilfemodell ‚Kinesiologie‘ entwickelte sich inzwischen eine Lehre, die es ermöglicht Berge zu versetzen, Blockaden aufzuheben und mit Leichtigkeit nachhaltigen Erfolg zu erzielen.**

Meine erste Berührung mit Klienten aus der freien Wirtschaft liegt ca. 13 Jahre zurück. Damals, aus der Physiotherapie kommend, hatte ich mich gerade in meiner eigenen Praxis selbständig gemacht und arbeitete vorwiegend mit Privatklienten am Thema Persönlichkeitsentwicklung.

Zu mir kam eines Tages der Inhaber einer Autohauskette. Er suchte nach Hilfe, um sein Privat- und Berufsleben neu zu ordnen. Sowohl in seiner Firma, als auch zu Hause herrschte ein Kompetenz-, Hierarchie- und Gefühlschaos. Seit mehreren Wochen war er latent krank und wusste nicht mehr, wie er dieses Knäuel lösen könnte. Er hatte es schon mit Zielsetzungen, der Schaffung neuer Strukturen, mit Fortbildungen im fachlichen Bereich, dem delegieren von Aufgaben, der Klärung von Konflikten, der Entwicklung von Visionen vom privaten und beruflichen Leben versucht ... und, obwohl eigentlich alles ganz klar war, blieb alles beim Alten und war für ihn völlig unbefriedigend.

Ich hatte zwar meine Zweifel, ob gerade ich mit meinem Background die richtige Begleitung für ihn war. Schon damals lagen aber meine besonderen Stärken darin, herauszufinden, was Menschen sich wirklich von Herzen wünschen und mit ihnen die Schritte zu erarbeiten, die sie zu ihren Herzenswünschen führen.

Ich informierte ihn über meine Möglichkeiten und wir vereinbarten, dass ich ihn begleiten und die gemeinsame Arbeit dann beenden würde, wenn sich innerhalb eines halben Jahres keine Fortschritte ergäben.

### Drei wunderbare Werkzeuge

Meine drei wunderbare Werkzeuge, mit denen ich arbeite, sind: NLP, Kinesiologie und systemisches Verständnis.

Wir begannen, indem wir uns zunächst mit seiner Werte-Ebene beschäftigten. Während der ersten Treffen stellte er fest, dass ihm früher, als sein Vater noch im Unternehmen mitgearbeitet hatte, „Kreativität“ und „Freiheit“ sowohl in privater, als auch beruflicher Hinsicht besonders wichtig gewesen waren. Seitdem er die Firma jedoch ganz allein führte, war dies nicht mehr möglich, da er Angst hatte, am Ende die Kontrolle zu verlieren, wenn er diese Werte leben würde. Dadurch hatte er faktisch gar keine Wahlmöglichkeit mehr, konnte nur das tun, was er tat, ohne sich wirklich von Herzen dafür zu entscheiden zu haben.

### Vom Wunsch zum Ziel

Der nächste Schritt bestand darin, seine Werte „Kreativität“ und „Freiheit“ wieder hervor zu holen, spürbar zu machen, damit er wieder über Wahlmöglichkeiten verfügen konnte. Übrigens eine sehr wichtige Fähigkeit, ohne die wir sonst in scheinbaren Abhängigkeiten verkümmern können.

Wie immer erarbeitete ich auch mit diesem Klienten ein klares Zielbild, überprüfte seine Wirkung auf das private und berufliche System, in dem der Klient lebte und führte eine kinesiologische Balance durch. Mit Hilfe einer Balance wird das innere Gleichgewicht wieder hergestellt und werden vorhandene Blockaden aufgelöst.

weiter auf Seite 14

## Fortsetzung: Kinesiologie in der Praxis

Schon in der vierten Coachingstunde berichtete er, dass er gute Ideen entwickelt hatte, um einige Bereiche in der Firma so umzustellen, dass er mehr Freiraum bekam, das zu machen, was ihm Spaß machte. Er organisierte einige Events, brachte die Firma in Bewegung. Die Folge: Plötzlich hatte er motivierte Mitarbeiter. Die Konflikte in der Firma wurden genutzt, um neue Wege zu finden und stellten kein Tabu mehr dar. Sein Privatleben wurde wieder interessant und er fühlte sich wieder gesund. Das Knäuel begann sich aufzulösen.

Was war passiert? Wir hatten eigentlich keine neuen Strukturen erarbeitet, keine neuen Konzepte entwickelt, kein Teambuilding initiiert. Zu dem Zeitpunkt wusste ich es noch nicht genau. Ich dachte damals eher an das Zusammenwirken glücklicher Umstände. Erst später, als sich diese „Zufälle“ wiederholten, wurde mir bewusst, dass dahinter ein System stecken musste, das die Erfolge zustande brachte.

### Bewusst mit dem Unterbewussten arbeiten

Aus Untersuchungen von Tor Nørretranders\* erfuhr ich später, dass das Unterbewusstsein wertvolle Informationen speichert und zu einem bestimmten Zeitpunkt wieder freigibt. Im Unbewussten können neue Erfahrungen, neues Lernen abgerufen und gespeichert, neu Erlerntes dauerhaft, nachhaltig integriert und verankert werden. Was man sich bewusst mit 40 Bits pro Sekunde hart erarbeiten muss, verarbeitet das Unbewusste spielend mit 11 Millionen Bits pro Sekunde. Das bedeutet: je mehr das Unterbewusstsein in den Lernprozess eingebunden wird, desto intensiver ist der Lernerfolg. Es sind also nicht nur Gedanken, die „Berge versetzen können“ sondern vor allem unser Unterbewusstsein. Dort sind alle Ressourcen gespeichert, alle Stärken, alle Potenziale, alle Denkmuster, alle Blockaden und Hindernisse, die uns gestatten oder hindern unsere Ziele zu erreichen. Die Tatsache, dass unser Unterbewusstsein derartig effizient arbeitet, lässt sich hervorragend nutzen.

### Zugang zum Unbewussten finden

Wie kann man so viele unbewusste Fähigkeiten, Stärken, Potenziale aber auch Blockaden und Hindernisse vom Unbewussten zum Bewusstsein transportieren, so dass unbewusstes Wissen verarbeitet und für den Alltag integriert werden kann?

Die Kinesiologie hat in über mehr als zwanzig Jahren ein Bio-Feedback-Werkzeug entwickelt - den Muskeltest - der in Situationen des Einzel-Coachings besonders hilfreich ist, um unbewusste Informationen ins Bewusstsein zu holen. Unbewusste Blockaden werden bewusst gemacht und dann verändert.

### Was war passiert?

In unserem Beispiel wurde auf bewusster Ebene eine neue Vision erarbeitet, wie, wo, wann und mit wem genau Freiheit und Kreativität gelebt werden können. Auf der unbewussten Ebene wurde der emotionale Stress, der in Bezug auf die Vision vorhanden war, lokalisiert.

Durch das Berühren von bestimmten Akupunkturpunkten, die in Verbindung mit zugeordneten Meridianen stehen, wurde dann der - in Bezug auf das Ziel - vorhandene körperliche Stress abgebaut. Das ist ein sehr wirksamer energetischer Prozess.

Die Beachtung des körperlichen Stresses war dabei sehr wichtig. Jede Erfahrung im Leben wird von Geburt an im Körper gespeichert. Verstandesmäßig sind viele Erfahrungen nicht abrufbar, beeinflussen uns aber ständig unbewusst. Je nachdem, ob unsere Erfahrungen mit positiven oder negativen Erlebnissen gekoppelt sind, beeinflussen sie uns in dem Moment, in dem sie auftauchen: Hormone werden im Körper freigesetzt und führen dazu, dass die rechte und linke Hirnhälfte zusammen arbeiten oder nicht. Arbeiten beide Gehirn-Hemisphären optimal zusammen, sind wir kreativ, wissen wir, was wir wollen und sind bereit, Neues zu lernen oder Gelerntes zu aktivieren und umzusetzen. Dadurch machen wir wiederum neue, meist positive Erfahrungen, die uns innerlich zu Selbstbestätigung, äußerlich zu mehr Erfolg führen. Das beeinflusst natürlich die Ziele, die wir erreichen wollen.

### Das Meridiansystem

Für das Auge unsichtbar existiert das im menschlichen Körper vorhandene Energiebahnen-System, die so genannten Meridiane. Sie wurden vor Tausenden von Jahren in Asien entdeckt, sind heute auch naturwissenschaftlich belegt. Das stete und harmonische Fließen der Energie (das Chi) in den Meridianen gibt uns ein positives Gefühl und ausreichend Energie für unsere Aktivitäten. Ist der Energiefluss blockiert, fühlt man sich unwohl, kraftlos oder gar krank. Erfahrungen sind gekoppelt mit Emotionen, diese wiederum mit Meridianen. Aktivieren wir durch unsere Gedanken, unsere Bewegung positive Erfahrungen, so werden Meridiane aktiviert. Aktivieren wir negative Erfahrungen, entstehen unangenehme Gefühle und blockieren unser Energiesystem. Es werden Hormone ausgeschüttet, die bewirken, dass das Gehirn nicht mehr integriert arbeitet.

### Das Neue integrieren

Das wiederum bedeutet, dass unser Klient erst dann sein neues Wissen in seinem Alltag integrieren kann, wenn die Blockaden aufgelöst sind. Unser Autohausinhaber hatte am Vorbild seines Vaters gelernt und das Konzept unbewusst übernommen, dass Männer, und ganz besonders Selbständige, alles allein machen müssen, dass alle Fäden bei ihnen zusammenlaufen, und dass man sich auf diese Weise „Respekt“ verschaffen „muss“, um anerkannt zu werden.

Dieses Handlungs-Konzept passte nicht zu seinem eigenen Wertesystem, zu seiner Persönlichkeit. Dem entsprechend gab es Blockaden auf körperlicher, emotionaler und geistiger Ebene. Er konnte seine Kreativität nicht mehr einbringen, um neue Wege zu finden. Dadurch breitete sich immer mehr Unzufriedenheit in seinem Leben aus, sein Immunsystem funktionierte immer weniger und er begann zu kränkeln.

Unser nächster Schritt bestand nun darin, das neue Zielbild zu balancieren, um zu schauen wie sein Energiesystem und somit

sein Unbewusstes darauf reagiert. Jede Bewegung, die zum Erreichen von Kreativität und Freiheit nötig war, brachte den Energiehaushalt meines Klienten vor der Balance noch völlig durcheinander. Deshalb ist es wichtig, die Werkzeuge richtig zu beherrschen, um auch mit solchen Reaktionen umgehen zu können.

Das Bewusste und das Unbewusste sind komplementär. Manchmal ist es gut, etwas ins Bewusstsein zu holen. Manchmal ist es wichtig, das Unbewusste zu unterstützen, damit die Integration im Gehirn möglich wird und Prozesse gefördert werden. Sicherlich ist es wichtig, sich bewusst für ein Ziel zu entscheiden. Genau so wichtig ist es aber auch unbewusste Ressourcen zu nutzen, um dort hin zu kommen, wo man hin möchte.

Mein Klient baute innerhalb der folgenden zwei Jahre seine Autohauskette weiter aus. Er entwickelte ein gesundes Unternehmen mit motivierten Mitarbeitern, die gerne zusammen arbeiten und ihn in der Umsetzung seiner Ideen unterstützen. Seit dem Zeitpunkt kann er seine Kreativität einbringen und sich immer wieder Freiräume schaffen. Die größte Freiheit, die er sich seitdem gönnt - ein alter Jugendtraum: Einmal im Jahr nimmt er mit seiner Frau an Bergtouren in Süd-Amerika teil und tankt dort frische Kräfte auf.

Wie steht es mit ihnen? Haben Sie auch Lust, ein Stück mehr Lebensqualität und Leichtigkeit in Ihre Trainings einzubauen? Haben Sie auch Lust, nachhaltige Ergebnisse zu produzieren? Möchten Sie nicht auch Ihre Herzenswünsche verwirklichen?

Mit meinem Erlebnisbericht möchte ich Ihnen zeigen, welche bemerkenswerten Ergebnisse wir mit unseren Werkzeugen heute erreichen können. Wenn Sie sich selbst auch für die Arbeit mit diesen Instrumenten interessieren, rufen Sie mich an. Wir können dann im Gespräch feststellen, welchen Weg Sie gehen sollten und bei wem Sie eine qualifizierte Ausbildung erfahren können.

### \*Literaturempfehlung

- M. La Tourelle / A. Courtenay:  
Was ist Angewandte Kinesiologie? VAK Verlag
- Gerald Hüter:  
Bedienungsanleitung für ein menschliches Gehirn. Vandenhoeck & Ruprecht
- Tor Nørretranders:  
Spüre die Welt. Die Wissenschaft des Bewusstseins. Rowohlt Taschenbuch Verlag

**Paola Paruschke**, Jg. 1960, in Italien geboren, aus der Physiotherapie kommend, hat Erfahrungen in Körperarbeit, wie Feldenkrais und Alexander Technik gesammelt. Ausbildung zur systemischen Supervisorin, NLP-Lehrtrainerin und Coaching Kinesiologin. Seit 1990 sowohl in Einzelberatung und Coaching, als auch in Trainings und Projekten erfolgreich tätig. Sie entwickelte 1995 das systemische nlpK® Training, leitet das nlpK® Institut in Bruckmühl bei Rosenheim, hält Vorträge auf internationaler Ebene und bildet u.a. aus in nlpK® (NLP, Kinesiologie und Systemische Lehre).

**nlpK® Institut Paola Paruschke**  
**Aus- und Weiterbildung**  
**Breitensteinstr. 12, D-83052 Bruckmühl**  
**Tel. 08062-4718, Fax 08062-800947**  
**Info@nlpk.de, www.nlpk.de**