



Erläuterungen zur Ausbildung

Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) und die 5 Elemente (Wochenende 1-3)

Dieser Ausbildungsteil bietet ein Grundverständnis der TCM und gibt einen Einblick in die 5 Elemente. Das Kennenlernen der 5 Elemente basiert auf dem Wissen der TCM in Verbindung mit unserer westlichen Kultur.

Es geht nicht vornehmlich darum, ein abstraktes System einer alten östlichen Tradition zu verinnerlichen, sondern dieses Denksystem auf die westliche Kultur zu übertragen und dem Therapeuten/Klienten der westlichen Welt nutzbar zu machen. Ziel ist es, das westliche (kausale) Denken um die Dimension des östlichen (analogen) Denkansatzes zu erweitern.

Beispiele aus der Praxis der Ausbildungsleiterin und aus dem Teilnehmerkreis machen diesen Ausbildungsteil lebendig und praxisorientiert. An diesen Wochenenden wird der Grundstock für die Diagnose nach der Befragung gelegt

Ernährungsberatung nach den 5 Elementen (Wochenende 4)

An diesem Wochenende geht es um den Ansatz der 5 Elemente Ernährung nach Sooni Kind. Im Laufe ihrer 15-jährigen Beratungs-Praxis hat sie die klassische Ernährungsberatung der TCM den Bedingungen und Bedürfnissen der westlichen Kultur angepasst und das klassische Modell modifiziert und erweitert.

Dieser Ansatz vereinfacht die klassische 5 Elemente Ernährung und macht sie praktikabel für Klienten, die die 5 Elemente Ernährung bisher als zu aufwändig und kompliziert abgelehnt haben (z. B. im Business-Bereich, die „Berufstätigen und Eiligen“).

Dieses Wochenende ist die Basis für das erste Koch-Wochenende (Wochenende 5).

Kochkurse (Wochenende 5 und 10)

Diese Wochenenden geben eine praktische Einführung in die grundlegenden Kochtechniken, Nahrungsmittel und -zusammenstellungen der 5 Elemente Küche.

Vom Frühstück über Snacks bis zum Mittag-/Abendessen mit einem leckeren (zuckerfreien!) Dessert werden attraktive Alternativen zur üblichen Kost aufgezeigt. Dabei gibt es viele vegetarische Eiweißquellen, die das Reduzieren von Milchprodukten und Fleisch zum Genuss werden lassen.

Nach dem Einführungs-Wochenende (WE 5) werden im zweiten Kochkurs (WE 10) themenbezogene 5 Elemente Menus vorgestellt (Krankheit, Schwangerschaft, Kinder).



Diagnose (Wochenende 6 und 7)

Anstelle der in der TCM üblichen Puls- und Zungendiagnose steht in dieser Ausbildung die **visuelle Diagnose**.

Die sogenannte **Patho-Physiognomik** hat eine lange Tradition in der westlichen und östlichen Welt. Gegenüber Puls- und Zungendiagnose bietet sie den Vorteil, Zeichen von Disharmonien (Patho = Krankheit/ Physiognomik = Zeichen im Gesicht deuten) im Gesicht ablesen zu können. Diese Antlitzdiagnose ist unkompliziert und überall – also auch außerhalb der ärztlichen /naturheilkundlichen Praxis – einsetzbar.

Ergänzend zur Patho-Physiognomik bietet die **Psycho-Physiognomik** (WE 6) die Möglichkeit, psychische Dispositionen im Gesicht erkennen zu können.

In Verbindung mit dem an den WE 1-3 angebotenen Studium der 5 Elemente bieten Psycho- und Patho-Physiognomik ein solides Handwerkszeug für die Diagnose nach den 5 Elementen.

Stoffwechselphysiologie/ Ernährung bei Krankheiten/ Schwangerschaft/ Kinder (Wochenende 8 und 9)

An diesen Wochenenden geht es um eine Synthese von Ost und West: häufige Krankheitsbilder der westlichen Welt werden anhand östlicher Disharmonie – Muster erklärt und der Behandlungsansatz nach der 5 Elemente Ernährung aufgezeigt. Themenschwerpunkte des letzten Ausbildungstages sind Schwangerschaft/Geburt und Kinder. Diese beiden Wochenenden sind die Basis für das zweite Kochwochenende (WE 10).

Individuelle Ernährungsberatung (Wochenende 11)

An diesem Wochenende geht es um die Techniken von Beratung / Coaching nach den 5 Elementen. Etwa ab dem 5. Wochenende gibt es die Möglichkeit zu praktischen Übungen: Beratungen in Kleingruppen aus dem Teilnehmerkreis sowie Gruppenberatungen von externen Klienten.

Abschlusswochenende (Wochenende 12)

Das Abschluss- oder Prüfungswochenende dient den Teilnehmern dieser Ausbildung zur Überprüfung ihres Wissens und gibt Selbstsicherheit und Vertrauen in das eigene Können.

Am Samstagvormittag gibt es ca. 25 Fragen, die schriftlich beantwortet werden.

Anstelle von Noten gibt es einen persönlichen Kommentar von Sooni Kind zu jeder einzelnen Antwort und eine abschließende Gesamt-Einschätzung.

Anhand dieser Kommentare kann jeder seine persönlichen Stärken und Schwächen einschätzen und sich entsprechend orientieren. Der Samstagnachmittag steht unter dem Thema: Wie mache ich mich selbstständig bzw. welche berufliche Perspektiven zeigen sich auf als 5 Elemente-Ernährungsberater.

Der Sonntagvormittag besteht aus einer Gruppenberatung eines externen Klienten (eine Aufgabe, die bereits an vorangehenden Wochenenden geübt wurde).

Am Sonntagnachmittag gibt es ein kleines Abschieds-Ritual mit Zertifikat-Übergabe.