



AUSBILDUNG LEVEL 2

Sooni Kind

Praxis und Schule für Ernährungs-
beratung und Physiognomik

**Die 5-Elemente-
Ernährung**

AUSBILDUNG LEVEL 2

Modul 1: Disharmonie-Muster (WE 1–5)

Thema dieser Ausbildungs-Einheit ist die Entstehung und Entwicklung von Disharmonien in den einzelnen Wandlungsphasen mit dem Ziel, Abweichungen auf einer tieferen Ebene zu verstehen.

Disharmonien entwickeln sich in unterschiedlichen Phasen. Zunächst kommt es zu einem Überschuss oder einer Unterversorgung in dem jeweiligen Element. So kann bei einer Disharmonie in der Erde die besinnliche Ruhe zu lähmender Schlappeit werden, der Milz-Qi-Schwäche mit all ihren Auswirkungen auf körperlicher und psychischer Ebene. Wird diese Stufe von Disharmonie nicht ausgeglichen, kann dies in das gesamte Beziehungsgefüge der Elemente untereinander eingreifen. In dieser zweiten Phase könnte sich die Feuchtigkeit der Milz mit einem aufflammenden Leber-Feuer zu einer Feuchten Hitze verbinden, die sich in Gewichtszunahme oder Depressionen bis hin zu einer chronischen Krankheit äußern könnte.

Der Fragestellung von Level 1 „Wie zeigen sich die Elemente?“ folgen in Level 2 drei Fragen. Zunächst: „Was bringt die Elemente aus dem Gleichgewicht?“ und danach: „Wie reagieren die anderen Wandlungsphasen auf dieses Ungleichgewicht?“ Erfahrungsgemäß kristallisieren sich aus der lebhaften Kommunikation der Elemente untereinander gängige Kombinations-Muster und Achsen heraus. Mit dieser Diagnostik ist es möglich, die Beschwerden zu verstehen und mit Hilfe der 5-Elemente-Ernährung auszugleichen. Westlich gesprochen geht es dabei um leichte bis mittlere Funktionsstörungen wie Migräne und Depression, Bluthochdruck, Allergien, Neurodermitis, Autismus und Angst.

Im letzten Schritt werden Ernährungstherapien für die jeweiligen Disharmonien erarbeitet als Antwort auf die dritte Frage: „Welche Nahrungsmittel, Kräuter und Gewürze, welche Kochtechniken, Gerichte und Getränke schaffen Ausgleich?“

Modul 2: Kochkurs

Das Kochwochenende bietet die Möglichkeit der praktischen Umsetzung des ersten Moduls. An beiden Tagen wird die Zubereitung von Gerichten, Menus, Getränken und Kompressen demonstriert, mit deren Hilfe Disharmonien ins Gleichgewicht gebracht werden können. Bei diesem Kochkurs werden die in Level 1 vermittelten Kenntnisse vorausgesetzt.



Das alte Ideal von „Nahrung als Heilmittel“ bietet ein ausgezeichnetes und zudem noch schmackhaftes Instrument, um Disharmonien wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Diese Form der 5-Elemente-Ernährung kann Menschen dabei unterstützen, Krankheiten vorzubeugen und positiv regulierend auf ihren Gesundheitszustand einzuwirken.

Auch die therapeutischen Behandlungen von Heilpraktikern und Ärzten, Psycho- und Physiotherapeuten können auf diese Weise einfach und effektiv unterstützt werden. Dabei werden die Prinzipien eines uralten Systems lebendig und zeitnah vermittelt, um diese Methode für jeden zugänglich und persönlich anwendbar zu machen.

Modul 3: Fortbildungen

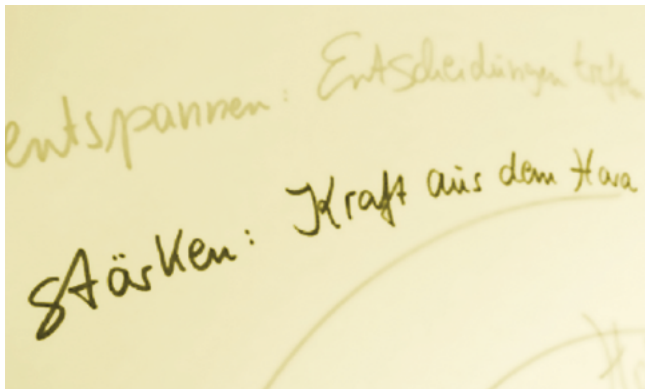
Für dieses Modul kann jährlich aus zwei Wochenenden ausgewählt werden. Dabei werden Themen aus unterschiedlichsten Bereichen angeboten: von Krebs und Diabetes über Essstörungen und Psychosomatik bis hin zu Beratungstechniken und Themen aus den Bereichen der Physiognomik.

Diese Fortbildungen können von Teilnehmern aus Level 1 und Level 2 besucht werden. Sie geben die Möglichkeit, sich in aller Tiefe mit einem speziellen Thema auseinanderzusetzen und auch Ansätze aus der westlichen Medizin und Psychologie einzubeziehen. Dabei handelt es sich oft um Probleme oder Krankheiten, die im alten China nicht existierten oder nicht bekannt waren, mit denen wir jedoch in unserer heutigen westlichen Gesellschaft konfrontiert sind.

Für den Abschluss von Level 2 ist die Teilnahme an zwei Fortbildungen erforderlich.

Abschluss und Zertifikat

Die Ausbildung wird zertifiziert als 5-Elemente-ErnährungsberaterIn Level 2. Die Prüfung besteht wahlweise aus einer Arbeit zu einem selbst gewählten Thema aus dem Bereich der Ausbildung oder einer 3-stündigen schriftlichen Prüfung sowie aus einer eigenständig abgehaltenen individuellen Ernährungsberatung unter Supervision der Dozentin. Die Prüfungsgebühr von 130,- Euro entfällt, wenn die Ausbildung innerhalb von zwei Jahren abgeschlossen wird.



Forschen ist mehr als Wissen.
Heiteres Erkennen ist mehr als Forschen.

Konfuzius



Foto: Ingo Heuer

Sooni Kind

- Studium Germanistik/Romanistik mit anschließender Assistenzzeit an der Uni Köln
- 3-jährige Ausbildung zur Ernährungsberaterin in Schweden und in der Schweiz
- 3-jährige Ausbildung in Psycho-Physiognomik bei Wilma Castrian
- Seit 1994 selbständig in eigener Praxis und Schule für Ernährungsberatung und Physiognomik
- Schwerpunkt: Coachings im Bereich Selbstmanagement und Ernährung, Seminare und Ausbildungen

Zeitplan Level 2

Modul 1

WE 1 Holz
Disharmonie-Muster mit Patho-Physiognomik und Ernährungstherapie

Schwerpunkte:

- Leber-Hitze, Leber-Qi-Stagnation, Leber-Blut- und Yin-Mangel und Leber-Yang-Mangel

z. B.: Kopfschmerzen, Migräne, gynäkologische Probleme, Stimmungsschwankungen, Reizbarkeit

WE 2 Feuer
Disharmonie-Muster mit Patho-Physiognomik und Ernährungstherapie

Schwerpunkte:

- Loderndes Herz-Feuer, Herz-Qi- und Yang-Mangel, Herz-Blut- und Yin-Mangel, Schleimstörungen des Herzens

z. B.: Bluthochdruck, Herzrasen, Hyperaktivität, Burnout, Schlafstörungen, innere Unruhe, Verlust an Leidenschaft und Lebensfreude

WE 3 Erde
Disharmonie-Muster mit Patho-Physiognomik und Ernährungstherapie

Schwerpunkte:

- Milz-Qi-Schwäche mit Kombinationsmustern, Kalte Feuchtigkeit und Feuchte Hitze in der Milz, rebellierendes Magen-Qi, Magen-Hitze

z. B.: Verdauungsstörungen, Gewichtsprobleme, Konzentrationsstörungen, Schweregefühl, Depressionen

WE 4 Metall
Disharmonie-Muster mit Patho-Physiognomik und Ernährungstherapie

Schwerpunkte:

- Hitze und Trockenheit in Lunge und Dickdarm, Schleimmuster der Lungen und des Dickdarms; Schwäche des Wei-Qi

z. B.: Erkältungen, Infektanfälligkeit, Abwehrschwäche, Asthma, Hauterkrankungen, Verstopfung, Depressionen, Autismus

Modul 1

WE 5 Wasser
Disharmonie-Muster mit Patho-Physiognomik und Ernährungstherapie

Schwerpunkte:

- Nieren-Essenz-Mangel, Kombinationsmuster Herz und Niere, Nieren-Yin-Mangel mit und ohne Hitze

z. B.: Tinnitus, Schwindel, Wasseransammlungen, Vitalitätsmangel, Müdigkeit, sexuelle Probleme, Unfruchtbarkeit, Zahn-/Knochenprobleme, Ängste, mangelndes Selbstvertrauen, Übervorsicht

Modul 2

WE 6 Kochkurs Level 2

Schwerpunkte:

- Nahrungsmittel, Heilgetränke, Gerichte, Gewürze, Kräuter und Kochtechniken, mit denen die Ungleichgewichte in den Elementen ausgeglichen werden können.

Modul 3

WE 7 Jährlich wechselnde Fortbildungen zu unterschiedlichen Themen:

Allgemeine Themen:

- Beratungstechniken
- Psychosomatik
- Gewicht/Essstörungen
- Wechseljahre

Krankheiten:

- Diabetes
- Krebs
- Darmerkrankungen und Allergien
- Rheumatische Erkrankungen

Neben der Entwicklung der komplexen Disharmonie-Muster nach der Traditionellen Chinesischen Medizin werden bei diesen Fortbildungen auch westliche Therapie-Ansätze berücksichtigt.

Preise und Leistungen

Ausbildungsdauer:

7 Wochenenden (Termine siehe Innenseite)

Unterrichtszeit:

Samstag: 10.00 – 17.30 Uhr

Sonntag: 10.00 – 16.00 Uhr

Ausbildungsort:

Karl-Rahner-Akademie

Jabachstraße 4–8, 50676 Köln

Preis: Level 2 1.645,- Euro

Module 245,- Euro / WE

Die Ausbildung wird zertifiziert.

Bankverbindung:

Sooni Kind, IBAN: DE91 3705 0198 0026 8021 08

BIC: COLSDE33 (Sparkasse Köln-Bonn)

Preise inklusive ausführliche Seminarunterlagen. Während der Unterrichtszeit werden kostenlos 5-Elemente-Tees gereicht. Lebensmittel für die Kochkurse werden anteilmäßig umgelegt.

Sooni Kind

Praxis und Schule für Ernährungsberatung
und Physiognomik

Kaisersescher Straße 16

50935 Köln

Fon: 0221 - 4 30 47 30

Mail: info@sooni-kind.de

www.sooni-kind.de