

# Női meditáció Professional szint képzés



## 42 órás Professional képzés

**Gyakorlatorientált, profi szinten meditációt és csoportot vezetni vágyóknak**

Kizárólag az alap és a haladó képzést sikeresen elvégzettek részére. A képzés kezdéséig kötelező választani egy személyt vagy alkotni egy meditációs csoportot, akit/akiket kísér a tanuló a 42 óra képzés idő alatt. Enélkül a képzésen való részvétel az esetmegbeszélések és a gyakorlati alkalmak túlnyomó része miatt nem lehetséges. A Professional képzés tananyagaival és gyakorlataival hivatásos szintre fejleszthető, és bővíthető az alapképzésen és a haladó képzésen már tanult egyéni, illetve csoportos meditációk technikái / vezetési stratégiái. A képzés tartalmaz Segítő-Megbízó szerződést is, és a szerződés készítésének alapjai különböző meditációs a esetelemzésekkel intenzíven fejlesztheti a meditációra épülő konzultációit.

### Elméleti és gyakorlati órák

Kérdezés technika (2 óra)

Meditáció írás és vezetés gyakorlati óra (10 óra)

Megerősítések hatékonysága-Hogyan működnek, milyen a jó megerősítés (2 óra)

Szervek és érzelmek kapcsolata (2 óra)

Klienstípusok, határkijelölés, szerződés (2 óra)

Helfer-szindróma fogalma (2 óra)

Tanfolyamzáró beszélgetés (2 óra)

Esetmegbeszélő, nyomonkövetés (8 alkalom, 2,5 óra)

Esetmegbeszélő, nyomonkövetés havi legalább 2 alkalommal kötelező, enélkül a tanúsítvány nem kerül kiadásra, ugyanis a felnőttképzőnek feladata ellenőrizni a tanuló egyénileg vagy csoportban tartott meditáció vezetés alatti megéléseit, tapasztalatait, hogy segíthesse a meditáció vezető segítőEn önismeretét, önreflexióját, munkája hatékonyságát, esetleg erőforrásokkal támogassa, amikor a tanulónak arra van szüksége.

Ez a képzés különösen fontos, mert vannak, akik még a tanfolyamok elvégzése után sem érzik magukat elég magabiztosnak ahhoz, hogy egyedül belevágjanak a szakmájukba vagy a meditáció vezetésbe. Ez a program azonban kifejezetten arra szolgál, hogy támogasson és megerősítsen az első lépések megtételében, és ténylegesen magas szintre emelhető legyen a hivatásod.

**Az esetmegbeszélőkön minden résztvevőt titoktartás kötelez!**

**A képzés elvégzésével hivatalos FAR tanúsítvány és Professional minősítésű Elismerő Oklevél jár.**

# Összegzés

A képzés elvégzése után mindenki megkapja a tananyagot, ezért bármikor újraolvasható, de a tanfolyam alatt is érdemes jegyzetelni. Készülj füzetten és tollal.

A képzésre való bejutáshoz a küldött jelentkezési lap kitöltése kötelező, ezt követően felnőttképzési szerződést kötünk, amelynek egyik példányát postai úton kell visszaküldeni a megadott címre. Ezek nélkül sajnos nem tudsz részt venni a képzésen.

Minden témakörhöz saját, általam írt tananyag rész tartozik, kutatásoknál forrás megjelölésével, hogy tiszta és átfogó képet kapj az agyról, az idegrendszeréről, a lélekről és ezek kapcsolatáról.

A képzés végére képes leszel egyénileg és csoportban is magas szintű meditációkat tartani, önreflektálni, és megfelelően kezelni a hivatás kihívásait.

A megszerzett tudás beépíthető vagy ráépíthető korábbi segítői végzettséged munkakörébe vagy praxisába és az alapképzésen tanultakba..

Fontos, hogy a két nap elvégzése nem egyszerű, hiszen a tananyag tömör és intenzív, ezért számíts rá, hogy koncentrált figyelmet igényel.



Fábian Adél

Tapasztalati szakértő, Mentálhigiénés konzulens,  
Várandósság/szüléskísérő, Bábatanonc,  
Egyetemi vendégelőadó, CsV szakmai partner  
Felnőttképző

Positive Psychiatry & Mental Health (Certified at University of Sydney)

WellBeing Science (Certified at Yale University)

[www.fabianadel.com](http://www.fabianadel.com)