



EMDR-Techniken für Coaches

Glaubenssatzarbeit, Verhaltensänderung und Ressourcenarbeit
mit EMDR-Techniken

*3-tägige Fortbildung für erfahrene Coaches, inkl. Nachbegleitung über
Gruppensupervision*

EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) ist eine Methodik, bei der zunächst festgestellt wurde, *dass* sie wirkt, bevor man wusste, *wie* sie wirkt. Inzwischen ist die Wirksamkeit von EMDR wissenschaftlich nachgewiesen und eine anerkannte Therapiemethode zur Verarbeitung von Traumata. Im Coaching hat sich EMDR zu einer besonders kraftvollen Methodik entwickelt und begeistert durch ihre sanfte und gleichzeitig tiefgreifende Wirkung. Der Transfer dieser Technik ins Coaching ermöglicht:

- Nachhaltige Transformation von einschränkenden Glaubenssätzen
- Verarbeitung belastender Erinnerungen und Desensibilisierung von Triggern
- Dauerhafte Verhaltensänderungen bzw. Musterunterbrechung durch neuronale Neuverknüpfungen
- Gezielte Aktivierung verborgener Ressourcen
- Steigerung der Handlungs- und Wahlmöglichkeiten
- Multisensorische Einbindung des Körpers in den Veränderungsprozess

Im Seminar habt ihr die Möglichkeit, das Arbeiten mit bilateraler Stimulation – visuell, auditiv und taktil – kennenzulernen und selbst zu erfahren. Die entspannte und multifokale Achtsamkeit reguliert u.a. die Aktivität der Amygdala, sodass die Verarbeitung belastender Gedächtnisinhalte stattfinden kann und neuronale Neuverknüpfungen ermöglicht werden.

Über den integrativen Einsatz von EMDR in bewährte Coaching-Techniken aktivieren wir alle drei Gedächtnisebenen – die kognitive, die implizite Ebene der Denk-, Fühl- und Verhaltensgewohnheiten sowie die Ebene des Körpergedächtnisses. Hierbei beziehen wir die heutigen Erkenntnisse aus der Hirnforschung mit ein und arbeiten prozessorientiert. Diese ganzheitliche Herangehensweise zeigt sich als besonders nachhaltig und wirkungsvoll.

- Fundierte **neurowissenschaftliche Grundlagen** der Persönlichkeitsentwicklung
- **Aufbau einer EMDR-Sitzung** und **Wirkungsweise** von EMDR-Verfahren
- **Transformation dysfunktionaler Überzeugungen** und **Verarbeitung belastender Erinnerungen** über EMDR
- Erweitertes Repertoire für **nachhaltige Ressourcenarbeit** und zur **Änderung hartnäckiger Verhaltensmuster**
- Einsatz von EMDR-Techniken bei **Prokrastination** und **Burnout-Prävention**
- **Stabilisierungs- und Grounding-Techniken**
- **Traumata**: Wissen erweitern, Abgrenzung Coaching/Therapie, Reflektion und Umgang im Coaching
- **Prozessorientiertes Arbeiten auf allen drei Gedächtnisebenen** (kognitiv, Denk-, Fühl- und Verhaltensgewohnheiten, Körper)
- **Zielerreichungs-Blockaden**
- **Bilaterale Stimulationsmöglichkeiten visuell, auditiv und taktil** kennenlernen und selbst erfahren
- **Kreative Methoden der bilateralen Stimulationstechniken**

Im Seminar wird ein großer Schwerpunkt auf das neurowissenschaftlich fundierte und integrative Arbeiten in Theorie und Praxis gelegt. Die Teilnehmenden erhalten umfassende Unterlagen. Es wechseln sich ab:

- Input-Einheiten
- Intensive Übungen und Selbsterfahrung
- Einzel- und Gruppen-Demos
- EMDR-Coaching in Kleingruppen
- Reflexion

Follow-up:

An den beiden Online-Terminen zur Nachbegleitung, wird es die Gelegenheit geben, eigene Fälle supervidieren zu lassen, Fragen aus der Praxis zu klären und das Wissen weiter zu vertiefen.

Voraussetzungen:

- Grundausbildung zum Coach/system. Berater*in bei einem anerkannten Ausbildungsinstitut plus praktische Erfahrung mit Klient*innen
- Intensive Auseinandersetzung mit der Abgrenzung von Coaching und Therapie (bspw. über Ausbildungsbestandteil zu Psychopathologie für Coaches, HP Psych., regelmäßige Supervision mit praktizierenden Therapeuten/Heilpraktikern)

Gruppengröße: Max. 12 Teilnehmer*innen

Investition: 890 € + Tagungspauschale von 15-25 €/Tag (richtet sich nach dem Verpflegungsangebot der jeweiligen Location); alle Preise zzgl. der gesetzlichen MwSt

Ausbildungstermin in Augsburg:

06.-08.10.2025

Seminarzeiten:

Tag 1 und 2: je 9-17 Uhr

Tag 3: 9-15.30 Uhr

Online Follow-up, inkl. Gruppensupervision

[21.11.2025 und 06.02.2026,
jeweils von 10-12 Uhr]

Ausbildungstermin in Frankfurt (Main):

26.-28.11.2025

Seminarzeiten:

Tag 1 und 2: je 9-17 Uhr

Tag 3: 9-15.30 Uhr

Online Follow-up, inkl. Gruppensupervision

[16.01.2026 und 27.02.2026,
jeweils von 10-12 Uhr]

„Danke für die inspirierende Lernerfahrung! Es hat mir große Freude bereitet, die Theorie so fundiert präsentiert zu bekommen und lustvoll Raum fürs Üben, Reflektieren und Integrieren zu genießen. Wir hatten es sehr intensiv - und leicht. Für alle die EMDR kennenlernen wollen: Volle Empfehlung!“

„Die Fortbildung ist rundum gelungen! Sehr fundiert, eine tolle Gruppe und ein super Rahmen zum Lernen! Herzlichen Dank!“

„Die letzten Tage durfte ich wundervolle Lerntage zum Thema "EMDR-Techniken für Coaches" genießen. Danke liebe Caro, für das sehr fundierte und dabei lockere Durchführen durch das spannende Thema, den Raum für vertrauensvolles Ausprobieren, Selbsterfahrung und Üben und den kollegialen Austausch mit wundervollen Menschen.“

„Das war besonders. Besonders tief, besonders gut. Besonders bereichernd. Ich danke Dir von Herzen.“

„Große Empfehlung - es war eine richtig gute Erfahrung bei der ich nicht nur tolle Inhalte gelernt, sondern auch auf wahnsinnig inspirierende neue Menschen getroffen bin. Dafür empfinde ich große Dankbarkeit.“

„Vielen Dank für die tollen und lehrreichen Tage - "EMDR-Techniken für Coaches" kann ich nur jedem Coach für den eigenen Methodenkoffer empfehlen. Es ist erstaunlich, wie tief und gleichzeitig leicht der Prozess läuft. Danke dir für das tolle Setting, die abwechslungsreichen Inputs und den vertrauensvollen Rahmen, den du für uns zum Lernen und Ausprobieren geschaffen hast.“

Carolin Pfau | Progressive Coaching | sabicon Institut
Integratives und neurowissenschaftlich fundiertes Coaching

Oytalstr. 18 c
86163 Augsburg

+49 (0)176 21 327 150

c.pfau@progressive-coaching.de

<https://www.progressive-coaching.de/>

