



**Ausbildungszentrum für  
Bindungsenergetik**

Als Trainer des Zentrums für Bindungsenergetik Bremen heiße ich sie herzlich willkommen.

Unser Team besteht aus vier Therapeutinnen und Therapeuten, die seit vielen Jahren in Freundschaft und Arbeit verbunden sind. Dirk Toboll, Bettina Munzel, und Bärbel Westerhof leiten die Ausbildungen. Michael Munzel begleitet die Ausbildungen als Berater und Gastdozent, wird einige Seminare durchführen und ist der Leiter der Zertifizierungsphase.

Im Februar 2023 beginnt die nächste Ausbildungsgruppe im **Institut für Bindungsenergetik in Hamburg** und auf den folgenden Seiten stelle ich ihnen unsere Ausbildung im Einzelnen vor.

Ich wünsche ihnen viel Freude bei der Lektüre.



**Herzliche Grüße Dirk Toboll**

### Der Diplompsychologe Michael Munzel

entwickelt die Bindungsenergetik seit dem Jahr 2000. Die Entwicklung nahm ihren Anfang mit einer therapeutischen Methode, der Herztherapie, und wurde von da an zu einem umfangreichen therapeutischen Ansatz aufgebaut.

Die Bindungsenergetik ist ein moderner Therapieansatz, der auf einem umfassenden Verständnis von emotionaler Bindung und psychischer Gesundheit fußt. Insbesondere die von ihm entdeckten Zusammenhänge von psychischer Gesundheit und Eigenmotivation machen die bindungsenergetische Therapie zu einer eigenständigen und zukunftsweisenden Therapie, die bisher nicht gekannte Behandlungsmöglichkeiten aufzeigt.

Im Kern ermöglicht die Anwendung von Bindungsfähigkeiten, in Kombination mit der heilsamen Wirkung der Herztherapie, eine Festigung von psychischer Gesundheit, weil sie die Fähigkeit zur Zufriedenheit, einer tragfähigen Zuversicht und der Nutzung des eigenen Verstandes in den Mittelpunkt eines aufbauenden Therapieprozesses rückt.

Im Zentrum der Behandlung stehen darüber hinaus die Entfaltung und Reifung von Eigenmotivation, Eigeninitiative und Eigenaktivitäten. Durch sie wird sichergestellt, dass in zunehmendem Maße Fehl-motivationen, sowie der Mangel an eigener Initiative und aufreibende und die Vitalität schwächende Aktivitäten eingestellt und ersetzt werden können.

In der Ausbildung werden entsprechend umfassende Erkenntnisse zum Thema „gesunde emotionale Bindung und psychische Gesundheit“, sowie deren praktische Umsetzung und Handhabung in der Therapie vermittelt.

Grundlegend für Ausbildung sind die von Michael Munzel verfassten Bücher:

- *In besseren Kreisen, Bremen 2009*
- *Das erfolgreiche Streben nach Sicherheit, Bremen 2011*
- *Zufrieden, zuversichtlich und bei klarem Verstand, Bremen 2013*
- *Die Bindungsenergetische Diagnostik, Bremen 2016*
- *Die gefestigte Persönlichkeit, Bremen 2016*
- *Gesunde Autonomie, Bremen 2018*

**Für weitere Informationen siehe auch:  
WWW. Bindungsenergetik.de und Bindungsenergetik-Hamburg.de**

## **Die Ausbildung in Bindungsenergetischer Psychotherapie vermittelt u. a. die folgenden Fähigkeiten, Kenntnisse und Erfahrungen:**

### **Sie lernen gesundheitsorientiert zu denken und zu handeln**

„Fit wie ein Turnschuh“, „Bäume ausreißen können“, „Singend durch die Gegend laufen“..., dies sind einige Aussagen psychisch gesunder Menschen. In der bindungsenergetischen Therapie geht es um die Wiederherstellung dieser, individuellen, psychischen Gesundheit die wir an diesen Zuständen und Aussagen erkennen.

### **Im Training erlernen Sie motivierende von erfahrungsgebundenen Gefühlen zu unterscheiden**

Wie jeder weiß ist das Herz der Ort der Verletzung, aber eben auch der Heilung. Am Herzen, unserem emotionalen Zentrum, können wir immer zwei Arten von Gefühlen wahrnehmen. Zum einen die aus dem Leid – wie Enttäuschung, Resignation, Mut-losigkeit, Kränkung usw. Zum anderen jedoch auch gesunde, motivierende Gefühle wie Hoffnung, Freude, Mut, Glück...

### **Sie lernen Gefühle und Zustände des Herzens wahrzunehmen und in Worte zu fassen.**

Ein wesentliches Merkmal der Bindungsenergetik ist die direkte Kontaktaufnahme zu diesen gesunden und damit motivierenden Grundgefühlen am Herzen. Die ruhende Hand des Therapeuten auf dem Herzen des Klienten beruhigt die aktuellen emotionalen Stürme und ermöglicht ein gemeinsames Wahrnehmen von gesunden Gefühlen. Der Austausch über diese gemeinsame Wahrnehmung stellt einen weiteren Kern unserer Arbeit dar.

### **Sie lernen aktiv und gezielt durch die Anwendung von Bindungsfähigkeiten Bindung herzustellen**

Sich Hineinversetzen, die Welt mit den Augen des Gegenübers zu sehen, Mitfühlen zu können, zu Denken wie ihr Gegenüber, sind einige Bindungsfähigkeiten die gezielt im Training geschult werden.

### **Sie lernen Widerstandskräfte zu stärken und gesunde Abwehr zu etablieren**

Geduld ist eine feine Eigenschaft. Sie wird pathologisch wenn die Person nicht in der Lage ist an geeigneter Stelle ungeduldig zu werden. Toleranz wird als Fähigkeit hoch geschätzt. Genauso wichtig ist es zu erkennen wann man etwas nicht mehr tragen kann oder will. Intoleranz ist also genau so bedeutend wie Toleranz. Wir benötigen das gesamte Spektrum unserer Abwehrfähigkeiten für unsere psychische Gesundheit. Psychische Widerstandskraft und gesunde Abwehrtätigkeiten lernen Sie zu erkennen und festigen.

### **Sie lernen gesunde von krankmachenden Tätigkeiten zu unterscheiden**

Ein Beispiel aus der Praxis:

Aufgrund einer schweren Liebesenttäuschung hat sich ein Klient „total zurückgezogen“. Dieses „total zurückgezogen“ ist am Herzen wahrnehmbar. Diese Tätigkeit diene dem Schutz vor weiteren Verletzungen und Enttäuschungen. Dieser Klient ist jedoch selber voller Liebe. Diese kann aber durch den totalen Rückzug nicht zur Entfaltung kommen. Sich selbst total zurück ziehen wiederholt heute die Enttäuschung – nur leider tut sich der Klient das heute selber an. Insofern ist auch die Geschichte mit den früher handelnden Personen von untergeordneter Bedeutung. Die Herzbehandlung ersetzt diese krankmachende Tätigkeit durch gesunde Eigenaktivitäten. Hier – „sich Zuwenden“ statt „total zurückziehen“

### **Sie lernen zu differenzieren zwischen emotionaler Sicherheit und Selbstsicherheit**

Aus einem, aus der früheren Not geborenen, Streben nach emotionaler Sicherheit, entwickelt sich eine Selbstsicherheit, die es ermöglicht sich den realen Anforderungen des Lebens zu stellen und zu meistern. Es findet ein Wechsel statt – von ehemals notwendiger emotionaler Bindungssicherung zu erfolgreicher, sicherer Bindung heute - an sich selbst und zur Welt.

### **Sie lernen psychische Gesundheit zu erkennen und mit dem Klienten her zu stellen**

Im Rahmen der Ausbildung in Bindungsenergetischer Psychotherapie lernen Sie psychische Gesundheit mit ihrem Gegenüber zu festigen. Sie werden in der Lage sein die Not aus der Prägung von den eigenen Anlagen zu unterscheiden, gesunde und damit motivierende Grundgefühle zu erkennen und bindend zu machen.

### **Sie lernen in die Rolle eines Psychotherapeuten hinein zu wachsen, bzw., bindungsenergetisch zu denken.**

Die Fähigkeiten, Kenntnisse und Erfahrungen aus der Ausbildung sind universell anwendbar. Ob Sie nun in einem psychotherapeutischen, medizinischen, sozialpädagogischen oder pädagogischen Umfeld tätig sind – wann immer Sie mit Menschen arbeiten ist die Herstellung von gelungener Bindung ein Gewinn.

## Fähigkeiten, Kenntnisse und Erfahrungen in Stichworten

### Sie entwickeln u. a. folgende Fähigkeiten:

- Sich auf den Herzpuls als Informationsträger ihres Gegenüber ein zu stimmen
- Motivierende Grundgefühle zu erfassen
- Durch aktive und gezielte Anwendung von Bindungsfähigkeiten Bindung auf zu nehmen
- Auf das Herz zu hören
- Gelungene Bindung von nicht gelungener Bindung zu unterscheiden
- Eine Störung zu erkennen
- Einen Therapieprozess zu begleiten
- Bindungsenergetisch zu denken und zu handeln
- In Kreisläufen zu denken
- Die Widerstandskräfte zu stärken und gesunde Abwehr zu stabilisieren
- Grundlagen bindungsenergetischer Gesprächsarbeit, Körperarbeit und Bewusstseinsarbeit

### Sie erwerben u. a. Kenntnisse über:

- Das Herz als unser stärkstes emotionales und Bindungsorgan
- Das Gehirn als soziales Organ mit seinen Sicherungsstrategien und seiner Formbarkeit
- Die Dominanz der Welt im Kopf
- Über die grundsätzliche Differenz zwischen den ursprünglich eigenen Anlagen und den möglichen Folgen prägender Erfahrungen
- Über Bindung (Körper-, Geist- und emotionale Bindung) sowie über Lösungs- und Entbindungsprozesse
- Die Existenz und Wirksamkeit von Herz schwächenden Kreisläufen
- Die Möglichkeiten darüber hinaus zu wachsen
- Bindungsenergetische Gesundheit

### Sie erfahren:

- Die heilsame Wirkung gestärkter Herzkräfte
- Den Gewinn von Selbstsicherheit und Vertrauen in ihre Fähigkeiten
- Die Sicherheit in der Gesprächsführung
- Das sie mehr sind als die Summe ihrer schlechten Kindheitserfahrungen
- Die Festigung psychischer Gesundheit
- Das vertrauensvolle und aufbauende Ausbildungsklima in der Gruppe
- Die Freude und das Glück einen Klienten motivierend zu begleiten
- Wie motivierend und heilend gelungene Bindung ist

### Aufbau des Trainings:

- Vermittlung des zentralen Grundlagenwissens der Bindungsenergetischen Therapie
- Praktische Demonstration und Übung der speziellen bindungsenergetischen Methoden
- Wiederholen der körperlichen und verbalen Bindungsinterventionen unter Anleitung in einer Übungsgruppe
- Übung in Kleingruppen (zwischen den Workshops)
- Begleitende Protokolle und Literatur zu den vorgestellten Trainingsinhalten
- Empfohlene Selbsterfahrung in Einzeltherapie und Herz-Gruppen

Das Grundtraining steht unter dem Motto: „Anlagen und Prägung“, das Haupttraining folgt der „Eigenmotivation und Gesundheit“

### GRUNDTRAINING (Anlagen und Prägung) Modul 1 (1. Jahr)

- **WS 1 + 2 Die Herzmethode**

Das Grundmodell der Bindungsenergetischen Therapie, der herzstärkende Therapieansatz, bindungsaufbauende und erfahrungsgebundene Prozesse, gesunde Herzkreisläufe und bindungsschwächende Teufelskreise

- **WS 3 +4 Bindung und Informationsfluss**

Diagnostische und methodische Grundlagen: Anwendung eigener Bindungsfähigkeiten, Orientierung an Wirkungen und Informationen, Einführung in die Körperarbeit

- **WS 5 + 6 Herzbotschaften und Bedürfnisse**

Herzbotschaften hören, Einführung in die Diagnostik, Bindungstiftendes Arbeiten

- **WS 7 + 8 Bindungsenergetische Gesprächsführung und Körperarbeit**

Prinzipien der verbalen Arbeit, den Herzprozess im Gespräch stärken. Der Körper in der Therapie

### GRUNDTRAINING Modul 2 (2. Jahr)

- **WS 9 +10 Bestimmung und Handhabung der Gehirn dominierenden Bindungsmusterwelt**

Erfassung der prägenden sozialen Erfahrungswelt und der damit verbundenen Grundorientierung, Unterscheidung von erfahrungsgebundenem und eigenem Denken, Unterstützung bindungsaufbauender Denkprozesse

- **WS 11 + 12 Die Bindungsdimensionen und die Bestimmung der Pathologie**

Wie wir die Krankheitssymptome lesen und daraus die Therapie ableiten.

- **WS 13 + 14 Herzbeziehungen**

Herzbeziehungen, Selbstbeziehungen und Beziehungsstörungen, Bindung und Übertragung

- **WS 15 + 16 Gesundheit und Pathologie**

Die Dimensionen von Bindung und die Diagnostik: die Unterscheidung von Gefühlszuständen und pathologischen Mustern, das Erfassen der emotionalen Not eines Menschen und damit der genauen Bindungsstörung, das bindungsenergetische Verständnis von Gesundheit

### HAUPTTRAINING (Eigenmotivation und Gesundheit) Modul 3 (3. Jahr):

- **WS 17 Anlagebedingte und geprägte Eigenschaften**

Das Erfassen ureigener Eigenschaften der Persönlichkeit und unterscheiden von in der Bindung erworbenen Eigenschaften

- **WS 18 Die Begabungen**

Persönlichkeitsbedingte Fähigkeiten und Begabungen eines Menschen unterscheiden von Fähigkeiten, die zum Zwecke der Bindungssicherung erworben wurden

- **WS 19 Der Eigensinn**

Die persönliche Wahrnehmungsstärke, von der geprägten Wahrnehmung differenzieren und stärken

- **WS 20 Eigeninitiative und Zuversicht**

Seinen eigenen Fähigkeiten trauen, eigeninitiativ werden und immer eine Perspektive haben

- **WS 21 Eigenaktivität und Zufriedenheit**

Grundbedürfnisse kennen lernen, deren Befriedigung zu Vitalität, Eigenaktivität und Zufriedenheit führen

- **WS 22 Eigenreflexion**

Der bindungssichernde Reflexionsrahmen von der Eigenreflexion unterscheiden

- **WS 23 Liebe und Anteilnahme**

Über Hörerfahrungen und erworbene Sprachmuster im Zusammenhang mit prägenden Liebeserfahrungen, Unterscheidung von geprägter und eigener Anteilnahme, Ohrarbeit.

- **WS 24 Liebe und Teilnahme**



Was ist der eigene, gesunde Beitrag, auf der Grundlage der gesunden Kräfte

### HAUPTTRAINING Modul 4 (4. Jahr):

- **WS 25 Emotionale Sicherheit und Selbstsicherheit**  
Angstlösung – die Unterscheidung von emotionaler Sicherheit und Selbstsicherheit
- **WS 26 Die Bindungsmusterspur und die eigene Erfolgsspur**  
Zurückfinden in die eigene Erfolgsspur
- **WS 27 Zuversicht**  
Wenn Eigeninitiative bindend wird
- **WS 28 Zufriedenheit**  
Erfahrungsgebundene Fürsorgeanforderungen und eigene Ansprüche, den eigenen Anspruch kennen lernen und verwirklichen
- **WS 29 Klarheit**  
Geistige Klarheit von der Klarheit in der Sicherungswelt unterscheiden
- **WS 30 Klarer Verstand**  
Wie gesunde Motivation den Verstand klärt
- **WS 31 Gesundheit**  
Kriterien für Bindungsenergetische Gesundheit; Zufriedenheit, Zuversicht und Klarheit, sich Wohlfühlen. Das Erfassen individueller Gesundheitszustände
- **WS 32 Erfolgreiche Bindung**  
Das Wohl, das Glück und Zufriedenheit. Baucharbeit.

Die Reihenfolge und Inhalte haben sich seit vielen Jahren bewährt. Dennoch kann es notwendig sein besonders die Inhalte an neue Entwicklungen anzupassen. Änderungen bleiben somit vorbehalten.

## Ablauf der Ausbildung

Das Training in Bindungsenergetik bereitet als berufsbegleitende Therapieausbildung auf die Tätigkeit als Bindungsenergetische/r Therapeut/in vor. Die Ausbildung wird in zwei Stufen, mit insgesamt vier Modulen, angeboten.

Vor Beginn der Ausbildung empfehlen wir die Teilnahme an einer **Herzgruppe** mit Ausbildungsperspektive oder einem **ausbildungsvorbereitenden Workshop**. Dort können sie eigene Erfahrungen mit der bindungsenergetischen Arbeit machen oder bereits erworbene Erfahrungen hinsichtlich der Ausbildung vertiefen und einen praktischen Einblick in die Welt der Bindungsenergetischen Therapie bekommen. Dadurch ist es leichter, sich für oder gegen ein langjähriges Training zu entscheiden.

Das zweijährige **Grundtraining (Modul 1 + 2)** eignet sich für alle Menschen, die im sozialen, heilenden oder psychologischen Bereich tätig sind und ihre Kenntnisse über Bindung und Herzgeschehen erweitern wollen. Angesprochen sind zudem all jene, die die bindungsenergetische Therapie kennen lernen wollen, bevor sie sich für den Beruf des Therapeuten entscheiden.

Im anschließenden zweijährigen **Haupttraining (Modul 3 + 4)** werden die Inhalte, Techniken und Methoden aus dem Grundtraining vertiefend erweitert und gefestigt. Mit dem Ablauf des 4-jährigen Trainings haben Sie umfassende Kompetenzen erworben um mit Menschen auf den verschiedensten Berufsfeldern tätig zu sein.

Theorie und Praxis werden in der Großgruppe vermittelt, die praktische Arbeit wird in Kleingruppen und Paaren vertieft und geübt.

Wir weisen darauf hin, dass zur Ausübung einer psychotherapeutischen Tätigkeit eine Zulassung als Arzt, Heilpraktiker, Heilpraktiker (beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie) oder Psychotherapeut gesondert erworben werden muss.

## Umfang und Zeiten der Ausbildung

Die Ausbildung in Bindungsenergetischer Therapie findet berufsbegleitend in Kompaktseminaren, jeweils von Freitag bis Sonntag statt.

Die **Unterrichtszeiten** sind in der Regel:

1. Freitag 9.00 Uhr – 12.30 Uhr und 14.00 Uhr – 17.15 Uhr
2. Samstag 9.00 Uhr – 12.30 Uhr und 14.00 Uhr – 17.15 Uhr
3. Sonntag 9.00 Uhr – 12.30 Uhr

Die Ausbildungsworkshops finden statt:

**Institut für Bindungsenergetik Hamburg, Blücherstr. 37, 22767 Hamburg – Altona  
Und  
Zentrum für Bindungsenergetik, Fedelhöfen 106, 28203 Bremen**

**Dirk Toboll – Tel.: 0171 – 89 23 453**

Die **Grundausbildung** umfasst zwei Module in zwei Jahren zu je 8 Workshops á 3 Tagen, insgesamt 48 Ausbildungstage. Begleitend finden regional organisiert Arbeitsgruppen und Peergruppen statt.

Das **Haupttraining** umfasst zwei Module in zwei Jahren ebenfalls zu je 8 Workshops á 3 Tagen, also insgesamt 48 Ausbildungstage. Im Haupttraining findet begleitend eine Supervisionsgruppe statt.

## Ausbildungsgebühren:

Die Teilnahmegebühr für die Ausbildung zum Bindungsenergetischen Psychotherapeuten beträgt für das Grundtraining und das Haupttraining jeweils 6000 Euro, also 3000 Euro pro Modul und Ausbildungsjahr.

**Grundtraining Modul 1 + 2:** 3000,- pro Jahr = 6000,- €

**Haupttraining Modul 3 + 4:** 3000,- pro Jahr = 6000,- €

Zusätzliche Kosten entstehen durch Supervision, eigene Therapie, Literatur und eventuelle Reisekosten.

## Supervision

Für das Erlernen therapeutischer Tätigkeit ist ein Mindestmaß an Supervision unabdingbar. Sie dient der individuellen Unterstützung im Erfassen des Therapieprozesses beim Klienten und führt zur Vertiefung bindungsenergetischen Prozessverständnisses. Sie erlangen die Fähigkeit frühzeitig Fallstricke zu erkennen und den therapeutisch richtigen Umgang zu wählen.

Supervision dient der Sicherheit in ihrer Tätigkeit und schafft Vertrauen in ihr Können.

Für diejenigen, die schon während des Trainings beginnen mit Klienten zu arbeiten, wird regelmäßig **Supervision** angeboten. Im Anschluss an das Haupttraining besteht das Angebot der Supervision fort. Für die supervisorische Begleitung werdender Therapeuten haben sich verschiedene Formen über die Jahre bewährt.

Neben der **Einzelsupervision**, in der der Therapeut seine Fälle vorstellt, ist die Teilnahme an einer laufenden **Supervisionsgruppe** sinnvoll, in der mehrere Fälle vorgestellt und besprochen werden. In diesen **praxisbezogenen Lehrgesprächen** zu einzelnen Fällen lernen alle Teilnehmer von- und miteinander.

Der Umfang der Supervision hängt davon ab, wie viel jemand arbeitet. So ist es selbstverständlich, dass der Bedarf individuell ist und abgesprochen wird.

**Ich hoffe ihnen hinreichend viele Informationen gegeben zu haben.**

**Natürlich können Fragen entstehen und offen bleiben.**

**Für Antworten und weitere Informationen stehen ich sehr gerne zur Verfügung.**

**Herzliche Grüße.**

**Dirk Toboll**