



BODY 2 BRAIN CCM® Basic Präsenzworkshop

Ausbildung im Basic-Modul - insbesondere für
Menschen in pädagogischen, sozialen oder
schulischen Arbeitsfeldern

„Kopf hoch“ – eine Redewendung, um zu ermutigen und zu stärken. Tatsächlich können Körperhaltungen sofort eine mentale „Umstimmung“ bewirken. BODY 2 BRAIN CCM®-Übungen unterstützen Sie in Ihrer Selbstwirksamkeit im Alltag. Durch passende Körper-Interventionen können Sie aktiv positiven Einfluss auf Ihre Emotionen nehmen und sich selbst stärken.

In der **Arbeit mit Menschen** im pädagogischen/sozialen/schulischen Bereich bieten BODY 2 BRAIN CCM®-Übungen eine gute Möglichkeit, in Beratungssituationen oder auch in Gruppen mit Stress und Belastung besser umzugehen, die Selbstwirksamkeit Einzelner zu stärken und Lösungen und Wege zu finden für aktuelle Herausforderungen. BODY 2 BRAIN CCM®-Übungen ermöglichen mentale Musterveränderungen und sind kinderleicht, alltagstauglich und machen Spaß – sowohl Kindern als auch Erwachsenen.

Die BODY 2 BRAIN CCM® – Methode wurde von der Neurologin und Körperpsychotherapeutin Dr. Claudia Croos-Müller entwickelt. Sie beruht auf neurowissenschaftlichen Erkenntnissen der wechselseitigen Beeinflussung von Körper und Gefühlen (Embodiment). BODY 2 BRAIN CCM® ist eine eingetragene und geschützte Marke.

Im **Basic-Modul lernen** Sie die Methode kennen. Sie bekommen Impulse, wie Sie in schwierigen Situationen körperlich und mental stabil bleiben und erleben selbst die Wirkung der BODY 2 BRAIN CCM®-Übungen. Sie erfahren die Hintergründe der Embodiment- und Gehirnforschung und den Zusammenhang von Körper, Gehirn und Psyche. Außerdem können Sie Anwendungsformen für ihren (beruflichen) Alltag entdecken.

(Das Basic-Modul kann für eine weiterführende B2B-Ausbildung angerechnet werden.
Nähere Informationen hierzu direkt bei Dr. Claudia Croos-Müller: www.croos-mueller.de und bei Dr. Andrea Groß: www.dr-andrea-gross.de)

Referentinnen

Elke Hambrock-Trumler

Zertifizierte Resilienztrainerin,
Systemische Beraterin,
BODY 2 BRAIN CCM® Zertifiziert
und BODY 2 BRAIN CCM®-Ausbilderin
(Pädagogik, Beratung, Coaching, Resilienz)

Andrea Peters-Daniel

Schulseelsorgerin, Beratungslehrerin,
BODY 2 BRAIN CCM® Zertifiziert
und BODY 2 BRAIN CCM®-Ausbilderin
(Pädagogik, Beratung)

Informationen zum Basic Präsenzworkshop

Ort: „Kreuz und Quer“

Bohlenplatz 1 in 91054 Erlangen

Termin: Samstag, 25. April 2026

von 9.30 - 17.30 Uhr

Kosten: 210.- €

(incl. Getränke und Pausenverpflegung; Möglichkeiten zum Mittagessen in der Stadt)

Anmeldung und weitere Informationen:

www.hambrock-trumler.de

eMail an: elke@hambrock-trumler.de