

## Budō

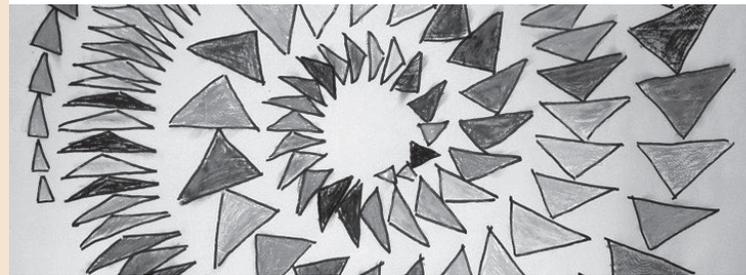
ist der Überbegriff der japanischen Kampfkünste und setzt sich aus den Worten Bu und Dō zusammen. Dō (道) bedeutet Weg, Bu (武) Kampf oder Krieg. Die ursprünglich kriegerischen Konnotationen sind seit der Edo-Zeit mit einer Philosophie der Selbstentwicklung verbunden worden und in Teilen der Kampfkunst fand eine Neuorientierung hin zu einem »Weg des inneren und äußeren Friedens« statt. In diesem Sinne versteht sich Budō neben der Ertüchtigung des Körpers mittels Ausdauer-, Kraft- und Techniktraining vor allem als Weglehre mit dem Ziel der individuellen geistigen Reifung, Persönlichkeitsentwicklung und Entfaltung von Friedfertigkeit und Mitmenschlichkeit. Budō praktizieren bedeutet, das friedliche Miteinander üben, auch und gerade in Konfliktsituationen. Achtung und Respekt dem/der anderen gegenüber haben dabei stets oberste Priorität. Entsprechend wird im Budō als Kampfkunst, im Gegensatz zum Kampfsport, jeglicher Wettkampfgedanke abgelehnt, weil es gerade nicht darum geht, im Kampf zu siegen oder zu verlieren, sondern darum, sich selbst auf seinem individuellen Weg zu vervollkommen – immer miteinander, niemals gegeneinander.



## Weitere Informationen

Die Weiterbildung findet unter dem Dach der Europäischen Akademie für bio-psycho-sozial-ökologische Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung (EAG) statt und wird auch durch diese zertifiziert. Mehr zur EAG unter

[www.eag-fpi.com](http://www.eag-fpi.com)



Alle Infos zu Terminen, Tagungsorten, Trainer\*innen, zur Anmeldung und zu den Kosten finden Sie unter

[www.budotherapie.de](http://www.budotherapie.de)

## Inhaltliche Fragen beantwortet

Frank Siegele  
Institut für Budōtherapie  
Telefon: 0511 89709800 oder 0170 4158692  
E-Mail: [siegele@budotherapie.de](mailto:siegele@budotherapie.de)  
[www.budotherapie.de](http://www.budotherapie.de)



## Budōbasiertes Achtsamkeits- training

# bbAt

## Weiterbildung Basismodul (4 Seminare)



**Institut für  
Budōtherapie**

# Budōtherapie im Integrativen Verfahren

ist eine körper- und bewegungstherapeutische Methode, die in der Psycho- und Sozialtherapie, in der Pädagogik und Erwachsenenbildung sowie im Coaching zur Anwendung kommt. Sie ist speziell darauf ausgelegt, emotionale und kognitive Umstrukturierungsprozesse durch Körperübungen und Bewegungserfahrungen in Gang zu setzen, um neue Verhaltensmuster neuronal zu bahnen und nachhaltig zu verankern. Budōtherapie basiert dabei wesentlich auf den Kernkonzepten »Komplexe Achtsamkeit, Respekt, Wertschätzung, Responsivität und Konvivialität«. Sie ist eingebettet in das Verfahren »Integrative Leib- und Bewegungstherapie« nach H.G. Petzold.



**Die Weiterbildung ist von der  
Ärztchammer Niedersachsen  
mit 24 Fortbildungspunkten  
je Seminar anerkannt.**

Die Weiterbildung richtet sich an ärztliche und psychologische Psychotherapeut\*innen, an Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut\*innen und darüber hin- aus an Berufsgruppen in klinisch-therapeutischen, psychiatrischen, sozialtherapeutischen, sozialpädagogischen, sonderpädagogischen und pädagogischen Arbeitsfeldern sowie an Coaches, Trainer\*innen und Supervisor\*innen. Besondere Vorkenntnisse oder sportliche Eignungen sind nicht erforderlich.

## Budōbasiertes Achtsamkeitstraining - bbAt

Das Basismodul, bestehend aus 4 Seminaren mit insgesamt 96 Unterrichtsstunden, kann nur als Ganzes gebucht werden.

- S1**    **Der Körper denkt mit**  
Einführung in das Konzept des Embodiments
- S2**    **Das persönliche Projekt**  
vom Wollen zum Handeln
- S3**    **Selbst wirksam sein**  
vom Affekt zur Emotionsregulation
- S4**    **Immer miteinander, niemals gegeneinander**  
Konvivialität, ein Kernkonzept



Nach allen 4 absolvierten Seminaren erhalten die Teilnehmer\*innen das

**Zertifikat »Achtsamkeitstrainer - bbAt«**



## Aufbaumodule

Aufbauend auf das Basismodul werden drei Weiterbildungen angeboten, die je nach beruflicher Grundqualifikation zu entsprechenden Abschlüssen führen:

- **Budōbasierte Psychotherapie - bbPt®**  
EAG-Zertifikat »Budōtherapeut\*in - bbPt®  
im Integrativen Verfahren«
- **Budōbasierte Bewegungspädagogik - bbBp**  
EAG-Zertifikat »Bewegungspädagog\*in - bbBp  
im Integrativen Verfahren«
- **Budōbasiertes Coaching - bbCo**  
EAG-Zertifikat »Budōcoach - bbCo  
im Integrativen Verfahren«

