

INSTITUTO INTERNACIONAL DE CORE EVOLUTION® · CORESOMA®

DIRECTORES: DR. SIEGMAR GERKEN ECP & CORNELIA GERKEN ECP, CMP

CURRICULUM DEL PROGRAMA DEL ENTRENAMIENTO EN **CORE EVOLUTION®**

Con Siegmar y Cornelia Gerken y otros docentes

CERTIFICACIÓN EN CORE EVOLUTION

© POR SIEGMAR Y CORNELIA GERKEN

**CORE EVOLUTION ESTÁ BASADO EN INVESTIGACIONES CIENTÍFICAS CONTEMPORÁNEAS
EN LA INTERACCIÓN DEL CUERPO Y LA MENTE, EN LOS FUNDAMENTOS TERAPÉUTICOS DE
THERAPIA ORIENTADA AL CUERPO, EN LA TERAPIA DE FAMILIA Y EN LAS TEORÍAS DEL TRAUMA;
E INCORPORA ENSEÑANZAS OCCIDENTALES Y ORIENTALES.**

CORE EVOLUTION es una terapia analítica profesional orientada al cuerpo, además de un entrenamiento para la vida y un sistema de enseñanza. Su principal fundamento es la comprensión de la esencia y el reconocimiento de que la energía vital se expresa a través del Core, la esencia del ser; que es el manantial de toda curación, alegría, creatividad y sabiduría.

El entrenamiento en CORE EVOLUTION integra el conocimiento y la intuición; la ciencia y la sabiduría del corazón; la psicología y la filosofía, con “correcta atención” (mindfulness), empatía y compasión. Exploramos la interconexión de los procesos de la vida tal como se manifiestan en la unidad del cuerpo, de las emociones, de la mente, de la voluntad y de la conciencia.

El entrenamiento en CORE EVOLUTION combina la enseñanza con el proceso personal, lo que permite a los participantes no sólo estudiar y aprender, sino también experimentar y practicar el trabajo. Al experimentar la enseñanza, los participantes desarrollan una profunda comprensión en haras de su propio crecimiento y de su competencia en el desempeño profesional.

El programa del entrenamiento en CORE EVOLUTION invita a los participantes a aprender en un grupo de personas que proviene de diferentes experiencias de vida y de diversas profesiones, quienes comparten el llamado a trabajar con otros seres humanos. Los participantes se unirán a terapeutas, y a otros profesionales de la salud (masajistas, profesores, líderes, consultores y otros profesionales), que buscan expandir su energía y conciencia; y expresar su esencia en el mundo, usando su potencial humano tanto como es posible.

El entrenamiento en CORE EVOLUTION provee las bases para una comprensión en profundidad de la interrelación entre energía y conciencia. La energía y la conciencia penetran nuestra existencia y afectan nuestro desarrollo personal, nuestras interacciones con otros y con el mundo; influyen en nuestra percepción de la realidad.

Recientes investigaciones confirman que emana energía desde todos los sistemas vivientes. Vivimos en un campo de energía y conciencia, lo que significa que por cada manifestación física en el cuerpo, existe una correspondencia energética. Cada ser humano tiene una constitución energética propia basada en la interacción de la constitución genética, de la biológica, de la fisiología del cuerpo y de las condiciones ambientales personales y sociales.

El entrenamiento en CORE EVOLUTION se dirige a nuestra realidad multidimensional, incorporando nuestra experiencia y los planteamientos de las siguientes disciplinas:

- La terapia corporal con una orientación analítica
- La Gestalt, la Psicología Humanista, Transpersonal e Integral
- La terapia de familia
- Enfoques sobre el comportamiento
- La psicología Budista y Sufi
- La Medicina Energética

Algunos terapeutas de escuelas tradicionales a menudo evitan la enseñanza orientada al cuerpo porque la asocian con expresiones emocionales fuertes o con el trabajo corporal. Otros pueden sobre estimar la liberación emocional y las deficiencias de la niñez.

CORE EVOLUTION invita al movimiento de las emociones y sentimientos para explorar el alcance de las reacciones del interior sutil o del exterior fuerte. Con una comprensión de estos principios energéticos, el practicante puede elegir, dependiendo de su experiencia, trabajar con un paciente de las siguientes maneras:

- Trabajar directamente con el cuerpo (incluyendo tocar)
- Guiar al cliente hacia el proceso orientado al cuerpo (sin tocar)
- Usar un método verbal que es guiado por la comprensión de la realidad psicosomática de una persona.
- Practicar las técnicas meditativas o la imaginería guiada.

El entrenamiento en CORE EVOLUTION es conducida y aplicada de las siguientes maneras:

- Proceso individual y en grupo
- Exposiciones y Discusiones
- Lecturas y ejercicios prácticos
- Investigación dentro del ser
- Aplicación profesional
- Supervisión

Durante todas las reuniones, en las enseñanzas se considerará material teórico, experiencias personales, expresión creativa a través del movimiento y la danza; meditación y práctica de la “correcta atención” (mindfulness).

El currículo que aquí se detalla entrega apenas una vista global de los tópicos a enseñar durante El entrenamiento. Será revisado periódicamente y podría reformularse en respuesta a la composición y proceso de cada grupo.

El entrenamiento en CORE EVOLUTION está estructurada en dos partes:

A) La Etapa del Entrenamiento General B) La Etapa de Certificación.

A) El Curriculum para la Etapa del Entrenamiento General

La Etapa del Entrenamiento General (ECG) consiste de diez reuniones de cuatro días cada una. Es un entrenamiento de tres años con tres reuniones en el primer año. Las siguientes reuniones se acordarán con cada grupo.

I. UN PROCESO EVOLUTIVO

La física cuántica, la medicina energética y la investigación contemporánea sobre el cerebro y los campos energéticos nos desafían a estar concientes de que nada de lo que existe, incluyendo el concepto de uno mismo, tiene una realidad independiente. Así, cualquiera teoría en psicología debe abordar la realidad completa de una persona y, por sobre todo, considerar el Core esencial del ser.

El entrenamiento en CORE EVOLUTION considera el proceso personal como un proceso evolutivo hacia la unidad.

En la Unidad de Enseñanza I, los participantes son invitados a revisar su actual situación en la vida y a explorar su estado del ser en relación con:

Intención –> Manifestación –> Proceso vital –> Realización del ser

La vida se expresa en un latido rítmico. La armonía rítmica se deriva del balance entre la autoregulación orgánica y la autodirección consciente, apoyando una reducción natural del estrés, de las contradicciones internas y de los conflictos. En El entrenamiento en CORE EVOLUTION, los participantes comenzarán a reconocer cómo sus patrones de percepción modelan sus psiquis, sus cuerpos y su percepción de la realidad. Esta realidad es construida para darles una sensación de terreno y de seguridad. Si esta seguridad se ve comprometida, el sistema se siente amenazado y limita la libre expresión de la vida. Por lo tanto, es importante que durante el proceso personal y terapéutico comprender la interrelación entre el deseo del cambio y la resistencia a cambiar.

II.-IV. ENERGÍA Y FORMACIÓN DEL CARÁCTER, EL DESARROLLO DEL SER Y SU EXPRESIÓN EN LA VIDA

Es natural que en ciertas ocasiones protejamos nuestro ser esencial. Sin embargo cuando estamos en una posición de protección comprometemos nuestra resiliencia. Cuando estamos bajo estrés físico o psicológico, tendemos a reaccionar desde esta posición defensiva. Por lo tanto, es valioso comprender cómo estos patrones de defensa se manifiestan en nuestro cuerpo, en nuestras emociones y en nuestra psiquis.

Cuando analizamos y categorizamos para una comunicación profesional, tendemos hacia una descripción en términos patológicos. ¡Pero nosotros no somos la suma de nuestras defensas! Siempre somos algo mayor que eso. Por lo tanto, la terapia debe abordar las siguientes preguntas: “¿Qué podemos hacer para apreciar quiénes somos? ¿Cómo llegamos a ser lo que somos?”

Para contestar estas preguntas, y así abordar la complejidad del viaje del ser humano, tenemos que expandir la investigación y la exploración sobre la formación del carácter. Examinamos y comprendemos cómo los impulsos de la vida se manifiestan en los niveles de nuestra existencia: cuerpo, sentimientos y mente.

La investigación contemporánea sobre las interacciones del cuerpo y la mente y las observaciones del desarrollo temprano en la niñez, las regulaciones del afecto y las teorías del apego nos han conducido a un nuevo enfoque con respecto al desarrollo del carácter y a la formación del ser. Una parte vital de esta entrenamiento es el estudio y comprensión de la teorías de la energía y de la formación del carácter. El aprendizaje comienza con la terminología original desarrollada por Reich, Lowen y Pierrakos; y luego nos conduce a una mayor comprensión de la actitud, la movilización de la energía y su expresión.

II.-IV. ENERGÍA Y FORMACIÓN DEL CARÁCTER, EL DESARROLLO DEL SER Y SU EXPRESIÓN EN LA VIDA

Cómo nos movemos a través de la vida hoy en día es en gran parte resultado de nuestras experiencias en nuestro desarrollo personal.

Las unidades II - IV exploran:

- Psicología Prenatal y del Desarrollo
- Embriogénesis
- Funciones del ego
- Teoría de las relaciones con los objetos
- Historia personal de la vida
- Comprensión del Ser
- Etiología del carácter

Las enseñanzas incluyen teoría básica del psicoanálisis y su pensamiento, con su relevancia para CORE EVOLUTION.

Sentir, ver y comprender los patrones energéticos y sus manifestaciones en el cuerpo y la psiquis nos dan información sobre cómo estructuramos y movilizamos nuestras acciones y comportamiento. Otras diferenciaciones se enfocan en:

- Influencias orgánicas
- Expresión emocional
- Somatización visible
- Actitud psicológica
- Manifestación del carácter

Para construir una fundación sólida y para tener éxito como un terapeuta orientado al cuerpo y un practicante somático, el participante es guiado a sentir, ver y comprender los patrones de energía y sus manifestaciones en el cuerpo, emociones y pensamiento. Esto permite al practicante ver la historia de una vida representada en el cuerpo de una persona, en su movimiento y en su expresión (lectura corporal).

Así, El entrenamiento en CORE EVOLUTION incluye las siguientes enseñanzas en las funciones básicas de la energía para la aplicación terapéutica del sistema cuerpo/mente:

- El ciclo de cargar, descargar y relajar
- Significado del respirar en CORE EVOLUTION
- El aliento de la vida
- Aplicación de diferentes técnicas respiratorias.
- La interrelación de respiración, liberación muscular y la regulación del ser.
- El Contacto y la base segura
- Contacto con la tierra: Yo soy
- Contacto con el ser: ¿Quién soy?
- Contacto con los otros: ¿Qué es el otro?
- Contacto con el universo: ¿Qué me conecta con la totalidad de la existencia, con la vida y con el ser?
- La base interior: “Yo estoy aquí”, “Yo tengo conciencia del ser” “Yo acepto mi ser”
- La base exterior: “Yo estoy en mi cuerpo”, “Yo me siento enraizado firmemente sobre esta tierra”
- La base conceptual: obtener una profunda comprensión de los principios de la vida al investigar y experimentar; y tener la capacidad para aplicar y traspasar este conocimiento.

Desde este lugar, establecemos comunicación abierta y fronteras saludables. Esto significa que la seguridad no es ya un constructo compensatorio, sino una base confiada y resiliente, desde la cual una persona puede permitir el cambio y apoyar la reorganización de las funciones del cuerpo y del pensamiento.

La enseñanza en esta unidad incluye una introducción de los principios de CoreSoma.

CoreSoma es una enseñanza y entrenamiento especializada orientada al cuerpo, desarrollada por Cornelia Gerken (www.CoreSoma.com)

V. EXPLORACIÓN E INVESTIGACIÓN MÁS PROFUNDA DE LA RELACIÓN ENTRE EL CUERPO, LA PSIQUIS Y LOS SENTIMIENTOS.

Cada persona tiene su propia constitución energética; no obstante, en nuestro desarrollo personal, nuestros impulsos personales son frecuentemente oscurecidos por imágenes de dolor, de deseos, de demandas, de alejamientos y patrones defensivos. Por lo tanto, la percepción de nuestras necesidades desde su estado original ha sido frecuentemente comprometida.

La unidad V incluye:

- Reconocimiento y Diferenciación de las Necesidades
- Fronteras y Contención
- El Ciclo Vasomotor
- Principios de la autorregulación
- Formación de los impulsos energéticos y su distribución resultan en patrones de reacción personales preferidos

La dinámica de la autorregulación puede ser muy bien observada y experimentada al seguir el ciclo Vasomotor. La búsqueda de la formación de los impulsos en su nivel orgánico y su expresión en la personalidad, nos permite reconocer los patrones de las manifestaciones somáticas y del comportamiento psicológico. Estas observaciones son muy valiosas para determinar la apropiada aproximación terapéutica.

VI. ANÁLISIS DE CORE EVOLUTION Y LA APLICACIÓN DE LOS PRINCIPIOS DE CORE EVOLUTION

La unidad del entrenamiento VI provee una visión en profundidad de las enseñanzas del carácter y su aplicación en el campo profesional.

Unidad del entrenamiento VI incluye:

- La naturaleza de la resistencia al cambio
- Comprensión de la auto responsabilidad
- Reconocimiento y sensibilidad en un ambiente multicultural o multireligioso
- Transferencia y contratransferencia
- Ética en la terapia y la ética del tocar
- Las etapas de la terapia de CORE EVOLUTION
- Sesiones iniciales en Dúos y Tríos
- Práctica supervisada en grupo

Después de completar esta unidad del entrenamiento, los participantes califican para participar en Supervisiones Intensivas especialmente organizadas.

VII. INVESTIGACIÓN EN CORE EVOLUTION – UN PROCESO PERSONAL INTENSIVO

El material de aprendizaje se estructura durante todas las reuniones del entrenamiento, en torno a la investigación del participante sobre su propia verdad y su propio proceso de vida. En esta reunión cada participante escoge su propio tema sobre el cual quiere investigar. El participante será guiado con los principios de investigación de CORE EVOLUTION por un maestro individual en una sesión en grupo. Esto facilita el camino hacia la comprensión de la esencia del participante. Al mismo tiempo es una enriquecedora experiencia de aprendizaje para los demás participantes. Esta búsqueda da mayor claridad al camino en la vida, al mirar la relación con uno mismo, con su cuerpo y con otros seres importantes en su vida.

Al final de esta unidad, los participantes habrán conseguido una comprensión sólida de la interacción de los procesos cuerpo-mente. Los participantes también habrán adquirido una buena base en las habilidades terapéuticas.

VIII. DESÓRDENES DE LA PERSONALIDAD CON ESPECIAL ATENCIÓN EN LA PERSONALIDAD FRONTERIZA Y EL NARCISISMO, ANÁLISIS BÁSICO Y RECONOCIMIENTO DE LAS DISTORSIONES Y EL USO DE DSM-IV E ICD 10.

Estos temas están extensamente cubiertos por literatura especializada de la psicología. Los participantes serán guiados en mayor profundidad por estos temas; sin embargo, nuestra atención estará en la psicología del comportamiento y las condiciones energéticas de estos desórdenes de la personalidad. Esto incluye la exploración del enfoque orientado al cuerpo y el desarrollo de competencias al comprender las posibilidades de usar las técnicas de CORE EVOLUTION.

La unidad del entrenamiento VII incluye:

- El rol de la medicación y de la nutrición
- Práctica supervisada en grupo

IX. CORE EVOLUTION Y EL TRABAJO CON EL TRAUMA

Las teorías del trauma están basadas en la comprensión de que el trauma ha tenido un impacto en el sistema (de la víctima) que no pudo ser totalmente procesado e integrado; dejando al sistema en un estado de shock. Nuevas investigaciones del cerebro nos dan una idea sobre cómo la aplicación de una teoría de la energía y orientada al cuerpo puede ayudar en el trabajo de recuperación del trauma.

La unidad del entrenamiento IX incluye:

- Reconocimiento funcional de las dinámicas entre psiquis y soma
- Memoria somática relacionada a la función del cerebro, del sistema nervioso y del cuerpo
- La Psicofisiología del Trauma
- Diferenciación del estrés: PTS, PTSD
- Evaluación y estimación del desarrollo del trauma y de su impacto

CORE EVOLUTION ha desarrollado su propio cuerpo de trabajo en relación con situaciones traumáticas contenidas en el sistema humano, del pasado o del presente. Al facilitar el trabajo del trauma con CORE EVOLUTION, el participante aprenderá la aproximación interactiva, reconociendo y diferenciando las múltiples capas del entramado de las experiencias traumáticas.

X. CENTRÁNDOSE EN EL CORE – RESONANDO CON EL FLUIR DE LA VIDA

En esta unidad avanzamos hacia la adquisición de competencias profesionales, que nos permiten hacer uso claro del análisis y de la intuición.

- Habilidades comunicativas avanzadas para la terapia y la consulta
- Preguntas de los participantes sobre la práctica y respuestas en teoría y práctica
- Demostración en dúos y tríos
- Expandiendo el campo profesional
- Comprensión de Empatía • Pasión • Compasión

El entrenamiento en CORE EVOLUTION está basada en la premisa de la unidad de la vida. Ya que el único anhelo verdadero es el anhelo por sí mismo, en última instancia, cada persona busca esta unidad en sí misma. La intención de CORE EVOLUTION es apoyar y facilitar este estado en los otros. Con esto, el trabajo avanza dentro de otra dimensión de realización personal.

Para comprender a cabalidad la esencia de la enseñanza y llegar a ser un exitoso terapeuta orientado al cuerpo, es necesario experimentar este trabajo también como paciente. Por lo tanto la Etapa del Entrenamiento General requiere de 24 sesiones individuales (con un mínimo de 8 sesiones al año). Estas sesiones deben ser tomadas con un terapeuta certificado en CORE EVOLUTION. El costo de estas sesiones no está considerado en los costos de El entrenamiento y debe ser convenido directamente con el terapeuta.

B) Currículo para la Etapa de Certificación (EC)

La finalización de la Etapa del Entrenamiento General permite al participante ser elegido para participar en la Etapa de Certificación en Core Evolution, y así unirse a la comunidad mundial de terapeutas en Core Evolution.

La Etapa de Certificación (EC) consiste de cuatro reuniones de cinco días.

EC I. AMOR, SEXUALIDAD Y RELACIONES

El amor es una resonancia positiva con el flujo de la vida. En la sexualidad, todo el cuerpo, los sentimientos y la psiquis están activados; así, es imperativo comprender cómo interactuamos y nos relacionamos desde este espacio de amor, sexualidad y relaciones.

La unidad EC I cubre:

- Amor como un estado energético
- Distorsiones personales y culturales del amor
- Amor, empatía y neuronas espejo
- Comunicación desde el espacio del amor
- Sexualidad
 - Etapas del desarrollo sexual personal en relación con el cuerpo
 - Sentimientos: estructuración de los impulsos y el despliegue de la conciencia sexual
 - Psiquis: patrones de comportamiento saludable, perturbaciones y disfunciones.
 - La Teoría del Orgasmo de Wilhelm Reich revisitada
- Ser una mujer – ser un hombre
- Relaciones y cómo hacerlas durar
- La vía no tántrica al Tantra: Alcanzando una Visión de Totalidad
- Moviéndose hacia la armonía y la unidad
- Trabajando con parejas

EC II. SUPERVISIÓN Y SESIÓN INTENSIVA DE CORE EVOLUTION

Este es un grupo original de propuestas profesionales diseñadas para la práctica de sesiones con pacientes y para recibir supervisión en el grupo. El participante realiza la entrevista inicial y desarrolla una línea de tratamiento para trabajar con el material del paciente. Las sesiones consecutivas permiten profundizar en el proceso y demostrar cómo estructurar el proceso y, al mismo tiempo, permite a la sesión desarrollarse. Los participantes aprenden el arte de dirigir conscientemente las intervenciones o iniciar intervenciones al seguir la auto regulación interior del paciente. Si la situación lo permite, las sesiones son grabadas en video. Extensa discusión e informe serán entregados, éstos conformarán una comprensiva revisión del material estudiado. Los participantes son incentivados a mostrar su propio estilo de implementación de los principios de CORE EVOLUTION.

Esta unidad también cubrirá una introducción al entrenamiento terapéutico y CORE EVOLUTION Consulting and Leadership® (y consultorías y liderazgo desde Core Evolution).

EC III. EXPANDIENDO EL ENFOQUE DE CORE EVOLUTION EN LA TERAPIA Y LA SANACIÓN LA PSICOSOMÁTICA • LA SALUD FÍSICA Y EMOCIONAL • LOS SUEÑOS

Esta unidad cubre:

- La matriz vibratoria de la vida y la matriz psicológica de la energía
- Las dimensiones sutiles de la terapia y de la Sanación
- Ejercicios y Práctica para la percepción de los campos de energía sutiles.
- La sobre posición de los campos
- Comprensión de las Interrelaciones entre enfermedad y emociones
- Medicina de la energía
- Aumento del fluir de la energía física para mantener la salud emocional y física
- Los meridianos y los Chacras en relación con la terapia orientada al cuerpo
- Psico-kinesiología

Psicosomática: Dependiendo del impacto que los conflictos emocionales del pasado y del presente tienen en el sistema de una persona, él o ella podría desarrollar reacciones psicosomáticas y perturbaciones. Una persona puede desarrollar síntomas físicos sin ningún origen orgánico o puede manifestar distorsiones orgánicas debido a estrés emocional. En El entrenamiento en psicosomática, advertimos el sinfín de combinaciones de respuestas cuerpo-mente y desarrollamos maneras de acceder a la integración de cuerpo-mente-corazón a través de los principios de CORE EVOLUTION.

Por favor, lea nuestra investigación en esta área en www.CoreEvolution.com y vaya a Fundación de la Curación.

Sueños: A través de la historia ha habido diferentes explicaciones e interpretaciones del proceso de soñar y de los sueños. Los sueños crean otro campo de existencia, involucrando todos los aspectos de las dimensiones humanas; incluyendo la mente inconsciente. CORE EVOLUTION trabaja con los sueños en la exploración de las dimensiones energéticas y cómo ellas se expresan y revelan para el soñador.

EC IV. LA UNIDAD DEL SER: LA ESENCIA • ALMA • INTENCIÓN

Nosotros manifestamos la conciencia en nuestra realización humana. Este proceso requiere un cuerpo, un recipiente para este viaje. Esta es la razón por la que CORE EVOLUTION está orientada al cuerpo y ha desarrollado su propia metodología. La experiencia humana se mueve a través de las etapas del desarrollo, un proceso necesario en el mundo interactivo físico y social. Este proceso es influenciado por la esencia, y al mismo tiempo, influencia la expresión de ésta. Por lo tanto, comprender nuestras limitaciones personales en los niveles del cuerpo, de las emociones y de la estructuración de nuestro pensamiento, se transforma en el camino espiritual.


La transformación de los patrones restrictivos y la transparencia que resulta de este proceso abre otra dimensión a la realización personal. Tocamos la Esencia del Ser, percibido como un estado de amor, de sabiduría y de unidad. CORE EVOLUTION abre el espacio en el cual el participante puede reconectarse con su intención de ser; ese espacio de unidad que ha estado siempre allí.

En esta unidad de El entrenamiento celebramos nuestro avance en CORE EVOLUTION con una transformadora ceremonia de finalización.

40 sesiones de Supervisión Individual, la escritura de una tesis y la aplicación de los principios de CORE EVOLUTION en su trabajo son parte de los requerimientos para la certificación. Por lo tanto, esta etapa depende de la experiencia profesional del participante y de la continua implementación del trabajo en su profesión.

Hoy en día hay muchas tendencias en la terapia orientada al cuerpo. CORE EVOLUTION ha sido pionero en este campo y por lo tanto es líder en los entrenamientos. Esa es la razón por la que muchos terapeutas de diferentes escuelas y áreas profesionales asisten a esta entrenamiento. Todas sus entrenamientos anteriores y su competencia profesional encuentran su integración en el desarrollo de su propio estilo de práctica.

Esperamos pronto darle la bienvenida y comenzar la guía terapéutica y profesional.



Para mayor información, incluyendo seminarios, detalles de El entrenamiento, fechas de las entrenamientos y el formulario de solicitud, por favor, contacte:

**Instituto Internacional de
CORE EVOLUTION • CORESOMA**
Directores: Siegmar y Cornelia Gerken

Casilla Postal 806 • Mendocino, CA 95460 EE.UU.
Teléfono: 1-707-937-2673 • Fax: 1-707-937-3052
Correo electrónico: Info@CoreEvolution.com • www.CoreEvolution.com