

Seminartermin

Samstag, 03.03.2018, 10:00 – 13:00
und 15:00 – 18:00 Uhr
(8 Unterrichtseinheiten)

Seminarort

vhs-Gebäude
Bergheimer Straße 76
69115 Heidelberg

Seminargebühr (inkl. Kursunterlagen und Pausengetränke)

- 122,00 €
(Für Frühbucher 116,00 € bei Anmeldung bis
19.01.2018)

Abschluss

Ausführliche Teilnahmebescheinigung

Seminarnummer

19601

Weitere Informationen und Anmeldung

Heidelberger Akademie für Gesundheitsbildung
Bergheimer Straße 76 · 69115 Heidelberg
Tel. 06221.91 19 31 · Fax 06221.91 19 55
hag@hag-hd.de · www.hag-hd.de

Einführung in die Körperpsycho- therapie

mit der Bioenergetischen Analyse

Tagesseminar
am 03.03.2018

Für Menschen in therapeutischen, pädagogischen, beratenden und heilenden Berufen und andere Interessierte

Bioenergetische Analyse

Die ursprünglich aus der klassischen Psychoanalyse entstandene Bioenergetische Analyse verknüpft in ihrer Arbeit körperbezogene, analytische und beziehungsorientierte Zugänge. Dabei wird die Seele durch Arbeit mit dem Körper therapiert. Durch kränkende, schmerzliche oder traumatische Erfahrungen, vor allem in der frühen Entwicklung eines Menschen werden Lebendigkeit, Spontaneität und Gefühlsausdruck gehemmt. Die Atmung spielt dabei als Schlüssel zur Gefühlswelt eine wesentliche Rolle. Körperliche und psychische Schutzmuster bilden sich aus, die uns mitunter ein Leben lang begleiten und Lebensfreude und Lebensenergie einschränken. Vielfältige Forschungsergebnisse im Bereich der Neurobiologie und der Säuglingsforschung bestätigen, dass Psychotherapie in ihrer Wechselwirkung von Körper, Geist und Seele verstanden werden muss.

Fortbildungsziel

Kennenlernen der Methode Bioenergetische Analyse, Sensibilisierung für das Thema Körperarbeit, Verständnis für das eigene „So-Geworden-Sein“. Entwickeln charakteristischer Atemmuster, Vertiefung von Atmung und Selbstwahrnehmung, Freisetzen von mehr Lebensenergie und Lebensfreude.

Zielgruppe

Das Seminar eignet sich für Menschen in therapeutischen, pädagogischen, beratenden und heilenden Berufen und für alle, die sich für einen ersten, tieferen Einblick in die Körperpsychotherapie interessieren.

Seminarinhalte

Es wird zunächst eine kurze theoretische Einführung in die Bioenergetische Analyse gegeben. Mit Fokus auf Selbsterfahrung, Selbstwahrnehmung, Atemvertiefung und Selbstausdruck wird im Anschluss sowohl in der Gruppe als auch in Dyaden-Arbeit mittels bioenergetischer Übungen an der Verbindung von individueller Geschichte und körperlichen Verspannungsmustern gearbeitet. Ziel ist es, hierbei ein tieferes Verständnis für das eigene „So-Geworden-sein“ zu erhalten.

Methodik

Kurzer theoretischer Input zur Einführung in die Bioenergetische Analyse, angeleitete Übungen zur Selbsterfahrung und Selbstwahrnehmung, Gruppengespräche

Die Kursleiterin

Wera Fauser ist Bioenergetische Analytikerin (CBT), Lehrtherapeutin und Supervisorin der SGfBA, Internationale Trainerin des IIBA, Psychotherapeutin (HPG), ECP, Anglistin und Germanistin. Gestalt- und Paartherapeutin, in Pränataler und Perinataler Psychologie fortgebildet.

