

Körperübungsseminar 2012 Unser Körper im Alltag

Ausgangslage

In der Arbeit mit einem therapeutischen Ansatz, der sowohl den verbalen, als auch den körperlichen Zugang beinhaltet, ist letzterer immer wieder in Gefahr verloren zu gehen. Dies obwohl gerade das Arbeiten mit und am Körper ein Reichtum an neuen Erfahrungen und Empfindungen bietet.

Das Seminar soll Gelegenheit bieten, wieder mit mehr Selbstverständnis ins körperliche Arbeiten kommen zu können. Das Bewusstsein der eigenen Körperlichkeit ist dabei wichtig, aber auch die Wahrnehmungsfähigkeit zur Verschiedenheit verschiedener Personen und was das für Konsequenzen hat in der Arbeit mit ihnen.

Inhalt:

- Die Berührungstypen? Sind sie mir noch präsent?
- Der Einstieg ins körperliche Arbeiten gemäss den oberen und mittleren Charakterstrukturen?
- Die Chancen der Bindungsarten und die Gefahren des Bindungsarten-Durcheinanders?
- Wo sind meine körperlichen Ressourcen? Und wie pflege ich die?
- Wo sind meine körperlichen Schwachstellen? Und wie gehe ich mit denen um?
- Und was bei mir vergess ich sowieso häufig bis immer? Und warum eigentlich?
- Was kann ich gut allein? Und wo brauch ich andere dazu? Und hab ich die?
- Und was würd ich gern ändern geben? Und warum mach ichs nicht?
- Und was gibt's noch für eine eigene Zeile? Und gut, dass ich mit der komme!

Wir werden mit körperlichen Übungen arbeiten. Wir werden Gelegenheit haben, einander zu erzählen und zu fragen. Die entsprechenden Theorien werden aufgearbeitet. Der **alltägliche** Umgang von uns selber und unseren KlientInnen wird dabei im Vordergrund sein.

Ich freu mich auf alle, die wiederkommen und auch auf Neue, die schon länger nicht mehr da waren, die gar zum ersten Mal kommen.

Leitung:	Ernst Juchli Psychotherapeut SPV/EABP/SGfK, Ausbildner und Supervisor GfK	
Termin:	Mittwoch 25. April 19.00 bis Sonntag 29. April 13.00	40 UE
Ort:	Humboldt Haus, Achberg, Nähe Bodensee	
Kosten:	Bei Anmeldung bis 31. Januar: CHF 540.- (400 Euro), danach CHF 600.-, (440 Euro) Unterkunft und Verpflegung sind separat vor Ort zu zahlen	
Anmeldung:	Tel. 0041 (0)43 817 41 24 oder gfk.kontakt@bluewin.ch	