

Fortbildung

Existential Touch - Berührung in der Psychotherapie

Existenzielles Grounding & Breema

29. und 30. Oktober 2027 in Linz

Psychotherapie geschieht mit dem ganzen Körper, es ist ein leibliches Geschehen.

Wie kann ich als Psychotherapeut:in gut für mich sorgen, auch während der Sitzung und gut in meiner Mitte bleiben und dabei die Klientenperson unterstützen, mit sich in Verbindung zu bleiben. Selbstsorge erweist sich so als wesentliches Prozesselement von Psychotherapie.

Die vitalisierenden und nährenden Sequenzen unterstützen sowohl die Therapeutenperson als auch die Klientenperson und gibt Hilfestellungen und Tools zur Selbstregulation und lassen die Koregulation (Zwischenleiblichkeit) körperleiblich spürbar werden.

Breema ist eine Form achtsamer Körperarbeit und unterstützt uns dabei präsent zu sein. Eine wache, phänomenologisch, offene Haltung ist in der Existenzanalyse unabdingbar. Breema Körperarbeit unterstützt gerade diese Haltung: den gegenwärtigen Moment wahrzunehmen und die Selbsterkenntnis, Präsenz.

Im „Existenziellen Grounding“, dem körperpsychotherapeutischen Ansatz der Existenzanalyse, vertiefen wir die körperleiblichen Prozesserfahrungen der Grundmotivationen. Psychische Störungen lassen sich als Unterbrechung der „Body-Mind-Connection“ verstehen – der stimmigen Verbindung zur eigenen körperleiblichen Lebendigkeit. Dadurch stockt der natürliche Lebensfluss: Die Grundbewegungen fließen nicht mehr frei. Körperorientiertes Vorgehen stärkt diese Verbindung und bringt den Lebensfluss wieder in Bewegung, sodass ein „Ja zum Leben“ mit dem ganzen Körper möglich wird.

Wir arbeiten durchgehend am Boden, auf weichen Matten. Bitte bequeme Kleidung mitbringen, warme Socken, und ein Sitzkissen.

Seminarleitung:

Mag.phil. Markus Angermayr (Psychotherapeut, Focusing-Therapie, Breema Bodywork Instructor)
Ursula Zelzer-Lenz MSc, MSc (Psychotherapeutin, Breema Bodywork Instructor, MBSR Lehrerin, Unternehmensberaterin)

Termin: 29. Oktober bis 30. Oktober 2027 (12 Einheiten)

(Beginn Freitag 16.00 - 19.00 Uhr am Samstag, 10.00 bis 18.00 Uhr)

Ort: GLE-Institut Linz, Hasnerstraße 9, 4 Stock

Kosten: 250,- EUR für GLE Mitglieder / 290,- EUR für Nicht-Mitglieder)

Stornobedingungen:

Ab Anmeldung bis 3 Wochen vor Seminarbeginn: 20 % der Seminargebühr

Zwischen 3 und 1 Woche vor Seminarbeginn: 50 % der Seminargebühr

Danach bzw. bei Nichtteilnahme ohne Abmeldung: 100 % der Seminargebühr

Bei rechtzeitiger Nennung eines Ersatzteilnehmers entfällt die Stornogebühr, sobald die betreffende Person eine fixe Zusage in schriftlicher Form erteilt. Es wird eine Bearbeitungsgebühr von € 25 verrechnet.

Anmeldung: Markus Angermayr, mail@markusangermayr.at