

Bewegungen - Begegnungen - Bindungen

Jahresgruppe mit Konzentrativer Bewegungstherapie 2014

Theoretischer Hintergrund Grundlegende Erfahrungen in unserem Leben (Gewollt-Sein und Ablehnung, Sicherheit und Angst, Halt und Optimismus, Verlassen und Getragen-Werden,...) gehen auf die Zeit im Mutterleib, unsere Geburt und die ersten Lebensjahre zurück. Sie sind in unserem Körpergedächtnis gespeichert und uns über Sprache und Denken nicht zugänglich. Wenn eine Situation im Heute und Hier an eine ungünstige, prägende Erfahrung aus dieser Zeit anknüpft, gilt, dass der Körper reagiert bevor der Kopf eine bewusste Entscheidung treffen kann. Wir Menschen haben dann den Eindruck, dass wir nicht so reagiert haben, wie wir eigentlich wollten oder könnten.

Ziel und Inhalt In dieser Gruppe haben Sie die Möglichkeit, sich selbst besser kennen und verstehen zu lernen. Sie wenden sich Ihrem Körper gezielt zu und werden sich unbewusster Körperreaktionen bewusst. Begegnungen mit anderen GruppenteilnehmerInnen eröffnen den Raum für neue Erfahrungen und ermöglichen so, dass Sie Ihre Beziehungen im Laufe des Jahres authentischer, lebendiger, spielerischer und selbstbewusster gestalten können.

Leitung

Mag.^a Ulrike Gritsch, klinische und Gesundheitspsychologin
Psychotherapeutin für konzentrierte Bewegungstherapie
Ausbildung in pränataler Psychotherapie bei Franz Renggli in Basel

Zeit

14-tägig, Donnerstag 20:00 - 22:00 Uhr

Termine 2014

13. und 27. Februar	3. und 17. Juli
13. und 27. März	9. und 23. Oktober
10. und 24. April	6. und 20. November
8. und 22. Mai	4. und 18. Dezember
5. und 26. Juni	

Ort

Psychotherapeutische Praxis Pradler Straße 29d, A-6020 Innsbruck

Kosten

Euro 800,- (zahlbar in zwei Raten)

Anmeldung und Fragen

Mag.^a Ulrike Gritsch, +43 699 109 88 404, praxis@psychotherapie-kbt.at

Zielgruppe

Männer und Frauen, die an Selbsterfahrung oder Körpertherapie interessiert sind, Personen im Propädeutikum oder Personen, die vor der Wahl eines Fachspezifikums stehen.

Zusätzlich besteht die Möglichkeit ein Thema intensiv an einem zusätzlichen Wochenende zu bearbeiten. **Siehe Ausschreibung Rückseite.**

(Vertiefungs)Seminar zur eigenen Schwangerschaft und Geburt

Theoretischer Hintergrund Unsere ersten Erfahrungen mit Leben und Tod, Gewollt-Sein und Ablehnung, Sicherheit und Angst, Halt und Getragen-Werden,... machen wir Menschen im Mutterleib und bei unserer Geburt. Diese Erfahrungen sind im Körper gespeichert. Sie sind dem sprachlichen Denken nicht zugänglich. Dennoch bilden sie den Boden dafür, wie gehemmt oder lebendig wir später in verschiedenen Situationen und Beziehungen auf die Welt um uns herum und andere Menschen zugehen.

Inhalt und Ziel An diesem Wochenende haben Sie die Möglichkeit sich mit Körpererfahrungen aus ihrer frühesten Lebensgeschichte (Schwangerschaft und Geburt) auseinanderzusetzen. In einem geschützten Rahmen entdecken Sie neue Umgangsweisen mit dem Schmerzhaften und Stärkenden aus dieser Zeit. Die Gruppenmitglieder (max. 7) stellen sich einander zur Verfügung, um ein nährendes und entwicklungsförderndes Umfeld zu gestalten.

Leitung

Mag.^a Ulrike Gritsch, klinische und Gesundheitspsychologin
Psychotherapeutin für konzentrierte Bewegungstherapie
Ausbildung in pränataler Psychotherapie bei Franz Renggli in Basel



Dipl.-Psych. Gerhard Ottomann M.A., Magister der Philosophie,
Psychologischer Psychotherapeut für Psychoanalyse und tiefenpsychologisch
fundierte Psychotherapie, niedergelassen in eigener Praxis in Berlin/Deutsch-
land, Bindungsanalytiker nach Hidas und Raffai, Budapest/Ungarn, Prä- und
perinataler Körpertherapeut nach Renggli, Basel/Schweiz

Zeit

Freitag 9:00 bis Sonntag 18:00 Uhr (mind. 28 Arbeitseinheiten)
Bitte auch die Abende frei halten, da nicht vorhergesehen werden kann,
wie lange gearbeitet wird.

Termine 2014

5. bis 7. Dezember 2014

Ort

Psychotherapeutische Praxis Pradler Straße 29d, A-6020 Innsbruck

Kosten

Euro 420,-

Anmeldung und Fragen

Mag.^a Ulrike Gritsch, +43 699 109 88 404
praxis@psychotherapie-kbt.at

Mag^a Ulrike GRITSCH
Psychotherapeutische Praxis für
Konzentrierte Bewegungstherapie KBT
sowie Klinische- und Gesundheitspsychologie

Pradler Straße 29d, A-6020 Innsbruck
+43 699 109 88 404
praxis@psychotherapie-kbt.at
www.psychotherapie-kbt.at

