



Zentrum für Atem- und Körpertherapie

erfahrungsbasiert – prozessorientiert – entwicklungspsychologisch fundiert

Lise-Meitner-Str. 14, 79100 Freiburg im Breisgau
Fon +49 761 4768051, kontakt@zfakt.de, www.zfakt.de

Weiterbildungsangebot in Atem- und Körperpsychotherapie

Angst – Depression und Trauma

Kursreihe mit 3 Wochenenden à 12 Stunden

Was tun wenn es nicht besser werden darf ?

Wie gehe ich auf Patienten ein, die erwarten, von mir geheilt zu werden ?

Wie gehe ich auf Patienten ein, die viel klagen?

Wie erreiche ich Patienten, die die Hoffnung zur Veränderung verloren haben?

Wie erreiche ich Patienten, die sich kaum spüren und keine Gefühle wahrnehmen ?

Angst und Schmerz sind körperlichen Reaktionen, Signale die Gefahr anzeigen. Sie sichern unser Überleben. Wenn Angst oder Schmerz auftreten ohne akute Bedrohung dann ist es ein psychosomatisches Symptom - ein Hilferuf, Ausdruck eines psychisch-seelischen und sozialen Ungleichgewichts.

Wenn diese Reaktion nicht ernst genommen wird und die daraus resultierenden Veränderungen nicht vorgenommen werden, kann aus der akuten Reaktion eine Chronifizierung aus Angst, Schmerz und Depression entstehen die das Leben des Klienten bestimmen. Oftmals liegen diesen Reaktionen des Körpers unbewußte Traumata zu Grunde deren Hilferuf gehört werden möchte.

Gemeinsam untersuchen wir, wie Angst, Depression und Schmerz die Körperempfindung, die Gefühle, das Denken und Handeln beeinflussen und welche Wege der Entwicklung wir mit atem - und körpertherapeutischen Angeboten anbieten können, sowohl im gruppen-therapeutischen Setting als auch in der Einzelarbeit.

Kurs über 3 Wochenenden, aufeinander aufbauend und deshalb nur als gesamte Reihe buchbar

Termine:	28./29. März 2020, 16./17. Mai 2020, 04./05. Juli 2020
Zeiten:	Samstag 10:30 - 18:30 Uhr, Sonntag 9:00 - 15:00 Uhr
Leitung:	Irene Hotz Heilpraktikerin für Psychotherapie, Atemtherapie (BVA) Körperpsychotherapie (DGK/ECP) und Carola Kaupp, HP, Leibtherapeutin, Atem- und Körperpsychotherapeutin DGK/EABP, BVA
Kosten:	600 € für 3 Wochenenden
Ort:	Raum für Atem und Yoga Lise-Meitner-Str. 14, 79100 Freiburg

1. WE, 28./29. März 2020

Wie begegnen uns Angst, Depression und Schmerz in der Praxis und im Alltag?

Diagnostik der somatoformen Schmerzstörung. Wie können Atem – und – körpertherapeutische Angebote die KlientInnen unterstützen?



2. WE, 16./17. Mai 2020

Schwerpunkt: Unter welchen Einschränkungen leiden Klienten mit Ängsten in ihrem Alltag und wie zeigt sich die Angst auf der körperlichen und psychischen Ebene? Woran erkenne ich Hinweise auf Traumatisierung? Atem – und – körpertherapeutische Übungen zur Wahrnehmung der Welt und der eigenen Körperempfindung sind hervorragend geeignet angstbedingten körperlichen und seelischen Druck zu regulieren. Zeit zum Üben und Zeit für Fallbesprechungen ist vorgesehen..



3. WE, 9./10. November 2019:

Schwerpunkt Depression, wenn nichts mehr geht und die Welt schwarz ist...Wir beleuchten das Thema Depression /Burnout unter verschiedenen Aspekten.

Oftmals sind traumatische Kindheitserfahrungen Auslöser für den Rückzug. Wir stellen Atem – und körpertherapeutische Herangehensweisen vor, mit denen wir es unseren Klienten ermöglichen können sich selbst wieder wirksam und gestaltend im Leben zu erfahren. Zeit für Fallbesprechungen ist wieder vorgesehen genauso wie zum Üben im Rollenspiel.



Anmeldung: bis 29. Februar 2020
bei Irene Hotz: praxis-hotz@online.de oder Tel. +49 6172 737623
oder Carola Kaupp: kaupp@zfakt.de oder Tel. +49 761 7059868