

Online-Workshop mit Ingeborg Becker und Stefan Bischof für alle interessierten Kolleg*innen der Fachgruppe Atempsychotherapie des BV-ATEM®, AFS und atem austria.

Samstag, 18. April von 15:00 – 18:00 Uhr

Die Personale Entwicklung in der Reihe „Stufen des therapeutischen Prozesses“

Erfahrungen zur Phase vom „Es zum Ich“

1. Objektbezug (Präpersonale Stufe)

Begleitender therapeutischer Prozess bei Entwicklungsdefiziten („Frühe Störungen“ und Traumata)

- Vom Boden über die Schwerkraft in die Aufrichtung kommen
- Bewusste Ausdifferenzierung der Aufrichtung bis zur Horizontalen:
Vom Vierfüßler-Stand über die Gewichtsverlagerung der Füße, die Kraft der Beine zum Boden hin, Gleichgewicht finden, ins Lot kommen
- Seufzen mit dem absteigenden Ausatem: Gewicht an den Boden abgeben, sich tragen lassen, Sicherheit und Vertrauen erfahren

2. Subjektbezug (Personale Stufe)

- Aus der Vertikalen in die Horizontale, von dort bis zur vollständigen Aufrichtung kommen:
- Bewusste Ausdifferenzierung der Aufrichtung von der Horizontalen in die Vertikale. Vom Zwerchfell (Mittenzentrum) zum Herzraum, über Hals und Kehle zum Kopf
- Das Zwerchfell befreien, Ich-Kraft stärken. Die Kraft des Aufsteigenden Ausatems nutzen

Anmeldung mit Adresse über das Anmeldeformular:

<https://atempsychotherapie.zfakt.de/index.php/termine> oder an

Ingeborg Becker atemtherapie@gmx.net und

Stefan Bischof stefan.bischof@atempsychotherapie.de

Kosten: 60,- €

Konto: Ingeborg Becker

IBAN: DE94 6806 1505 0022 2460 03

BIC: GENODE61IHR

Nach Eingang der Teilnahmegebühr wird der Zoom-Link verschickt.

Unterlagen: PowerPoint-Präsentation, Vortrag wird als Audio und Video aufgezeichnet.

Erhalt der Unterlagen gegen Gebühr s.o. auch ohne Teilnahme möglich!

Wir freuen uns auf deine Teilnahme!



Ingeborg Becker



Stefan Bischof