

Curriculum zum Erwerb psychologischer Grundlagen für die Körperarbeit

1. Die Einheit von Seele und Körper

Der Körper vergisst nicht – alles, was wir in unserer Kindheit und Jugend erleben, wird in unserem Unterbewusstsein und damit auch in unserem Körper gespeichert. Auch wenn wir meinen, dass wir keine oder nur wenig Erinnerungen haben, unser Körper hat Gefühle somatisiert und kann sich erinnern. Aber dazu ist es notwendig, die Signale und die Sprache unseres Körpers wahrnehmen und verstehen zu können.

2. Die Bedeutung der Bindungstheorie für das individuelle Erleben von Berührung, Nähe und Distanz

Das in der Kindheit erlebte Bindungsverhalten kann verschiedenen Bindungstypen zugeordnet werden, die wiederum die Bindungseinstellung im Erwachsenenalter und damit auch den Umgang mit Nähe und Distanz beeinflussen können.

3. Zusammenhänge zwischen Körperstruktur und Charaktertyp

Welche körperlichen Merkmale deuten auf welche spezifischen Charaktermerkmale hin?

Bedeutung des persönlichen Körperbildes und der eigenen

Körperwahrnehmung

Methoden des Körperlesens

4. Grundformen unseres Denkens, Fühlens und Handelns

Streben nach Sicherheit

Streben nach Veränderung

Streben nach Nähe

Streben nach Distanz

Welche Strebungen sind in der eigenen Persönlichkeit vorherrschend und welche Verhaltensweisen werden dadurch gefördert bzw. blockiert?

5. Umgang mit Ängstlichkeit, Angst und Panik

6. Umgang mit Verweigerung, Rückzug und Depression

7. Umgang mit Dominanzstreben und Aggression

8. Achtsamkeitsübungen zur Stärkung der eigenen Präsenz

Zeitumfang: 4 Wochenenden (Freitag 18.00 Uhr bis Sonntag 14.00 Uhr)

Kosten: 350,00 € pro Teilnehmer für ein Wochenende

Einzel Sitzungen und Supervision nach Absprache möglich

Fortführende Themenbereiche:

- ***Die Anwendung von Imagination, Visualisierung und Suggestion bei der Körperarbeit***
- ***Anwendungsmöglichkeiten von Autogenem Training und Hypnosetechniken im Zusammenhang mit Körperarbeit***
- ***Therapeutische Ansätze zur Aufarbeitung von Traumatisierungen
Trauma-Entspannungsübungen zur Stärkung der natürlichen Resilienz***

Zur Person:

*Dr.phil. Gabriele Rowedder-Eichhorn
Klin. Psychologin/Psychotherapeutin*

Bisherige Tätigkeitsbereiche: *Sozialpsychologische*

Forschungsarbeit an der Deutschen Bauakademie (einschließlich Management-Training)

Wissenschaftliche Mitarbeiterin in der Herz-Kreislaufforschung an der Charité´Berlin.

*Leitende Psychologin am Krankenhaus für Psychiatrie und Neurologie
Ueckermünde*

20 jährige Tätigkeit in eigener Praxis (Einzel-, Paar- und Gruppentherapie auf tiefenpsychologischer Basis unter Einbeziehung körpertherapeutischer Aspekte)

Ausbildungen: *Intendiert dynamische Gruppenpsychotherapie
Tiefenpsychologisch fundierte Einzeltherapie
Themenzentrierte Interaktion (TZI)*

Hypnose/Autogenes Training
Aquatische Körperarbeit (Waterbalancing/Aquawellness)
Esalen Massage
Supervision
Fortbildung in körperorientierter Psychotherapie am Institut für
Körperpsychotherapie Berlin