

Mut zur Gruppe

mit themenfokussierten Atem- und Bewegungsübungen

Die Triade des Lebens erfahren: Atem – Bewegung – Beziehung

Die Arbeit mit Gruppen gibt den Leitenden viel Spielraum um kreativ mit Atem- und Bewegungsübungen auf der Grundlage der Psychotonik umzugehen, um den Teilnehmenden Momente des Wohlbefindens, der Eutonie zu ermöglichen. Die Teilnehmenden können sich achtsam im Selbstkontakt erleben wie über das gemeinsame Bewegen im Kontakt zu den anderen Gruppenmitgliedern erfüllendes Miteinander erfahren.

Inhalte

Die Nachmittage sind folgendermassen aufgebaut: Selbsterfahrung, Analyse, Experimente, Selbstkompetenz.

Anschliessend folgt die Analyse des Erfahrenen in Bezug auf Aufbau der Lektion und der integrierten Grundformen der Entwicklung (Kei Raku) und Daseinsqualitäten (Wundermeridianen).

In Kleingruppen wird experimentiert, werden Angebote kreiert entsprechend möglicher Themen vorgestellter Gruppenmitglieder.

Welche Stärken habe ich heute von mir erfahren? Wie könnte ich diese als Leiterin einer Gruppe nutzen?

Ziel

Empowerment zum kreativen, Ressourcen orientierten Leiten von Gruppen mit eutonischer Wirkung auf Haltung, Bewegung, Verhalten und Atem der Teilnehmenden.

Entwickeln eines Repertoires an sinnvollen und wirkungsvollen Angeboten im Stuhlkreis, der Bewegung im Raum und Bodenübungen.

Voraussetzungen

Kenntnis der Körperdynamik nach Dr. V. Glaser: Grundformen der Bewegung (Kei Raku) und der Daseinsqualitäten (Ausserordentlichen Gefässe/ Wundermeridiane).

Zielgruppe

Das Angebot richtet sich an Therapeuten/ Therapeutinnen, welche eine Gruppe planen oder leiten.

Kosten	je CHF 130.-
Dauer	je 4 Stunden
Daten	07.06., 09.09., 15.11.2019
Zeit	13.00 - 17.00 Uhr

Leiterin



Gauch Mühle Ruth

Ausbildung Atem und Supervision Komplementär und in der Weiterbildung

Ausbildung Atem, Modul 3 Prüfungsexpertin

Ausbildung Supervision Komplementär, Modul VI, Prozessbegleitung mit Symbolen und anderen Aktionsmethoden, Prüfungsexpertin.

Ausbildungen in Traumatherapie (Johannes B. Schmidt), Psychodrama und Aufstellungsarbeit (E. Pfäfflin, I. Kutschera, M. Vargas von Kibéd und Insa Sparrer) Körper- und Atemtherapeutin LIKA Organisch-rhythmische Bewegungsbildung ORB Medau Buchautorin. Ehemaliges Mitglied der GmbH. Eigene Praxis.

