

Körperwahrnehmung im Dialog

Worum geht es in dieser Therapie-Gruppe?

«Mein Körper, ich und die Anderen»

Das Ziel dieser Gruppe ist es, Beziehungen befriedigender und erfüllender erleben und gestalten zu können. Die Beziehung zum eigenen Körper wird dabei als eine Urform der Beziehung verstanden und untersucht.



Abbildung: Pixabay

Wie funktioniert es, ein Mitglied einer Gruppe zu werden? Wie nähere ich mich an und wie grenze ich mich ab? Wie können Signale aus der Körperwahrnehmung hilfreich entschlüsselt und für den Dialog genutzt werden? Wir trainieren in Aktion, also indem wir miteinander sprechen.

Wann: Donnerstag, ca. 32 x pro Jahr, von 18.30-20.00Uhr, im Spital Zofingen

Voraussetzungen

- Sie durchlaufen das zweijährige KEA-Programm.
- Die Gruppenleiterin führt mind. ein vorbereitendes Gespräch mit Ihnen.
- Sie gehen von einer mindestens einjährigen Teilnahme an der Gruppe aus.

Anmeldung zum Vorgespräch mit der Gruppenleiterin

Per Mail an kea@spitalzofingen.ch. Bitte sprechen Sie auch mit Ihrer fallführenden Psychologin, Ernährungsberaterin oder Körperwahrnehmungstherapeutin.

Kosten

Übernahme durch die Krankenversicherung im Rahmen des KEA-Programms

Mona Gollwitzer

Körperwahrnehmungstherapeutin am KEA
KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom
Zertifikat Atem- und Körperpsychotherapie IAKPT
Gruppenanalytikerin SGAZ in Ausbildung