

Offene Gruppe

Integrative Primärtherapeutische Selbsterfahrung

Schwerpunktthema: Herzarbeit – In Beziehung mit mir und anderen sein

Im Kontakt mit uns selbst und mit anderen begegnen wir häufig neurotischen oder traumatischen Einengungen, die sich störend auf unser Sein und unsere Lebensfreude auswirken. Beschreibungen wie: „Ich traue mich nicht, mich wirklich zu zeigen, mit meinen Bedürfnissen, Ängsten, Gefühlen, meiner Denkweise da zu sein.“ oder auch: „Ich fühle mich starr, schüchtern, unlebendig im Kontakt mit anderen.“, auch: „Ich weiß mit mir selbst nichts anzufangen.“ spiegeln die Auswirkungen dieser Einengungen wieder. Körperlich fühlen wir uns dann oft unberührbar, müde, angespannt, mit „steinernen“, „schmerzenden“ oder „leeren Herzen“ und insgesamt unfrei. Auf der Suche nach Befreiung und mehr Lebendigkeit stellen wir Dir mit Hilfe körpertherapeutischer Interventionen und Kontaktübungen die Möglichkeit bereit, Dich in der Verortung mit Dir selbst (Wer bin ich in meinem Selbsterleben?) und in der Verortung mit anderen (Wie bewege ich mich mit anderen? Welche Bedürfnislagen begegnen mir darin? Welche Gefühle und Prägungen erfassen mich im Kontakt mit anderen?) zu erleben. Dabei werden Dir Hindernisse gleichermaßen wie auch Möglichkeiten und Wege der Selbstunterstützung begegnen, die Dir helfen, mehr in Dein Herz zu kommen und Dich für Dich selbst – in mehr selbstliebender Annahme – und für andere – in mehr Vertrauen, Dich zumuten zu dürfen, wie du bist – öffnen zu können.

Intensive 'Fühlarbeit' in Form von Integrativer Primärtherapie, körperorientierte Arbeit, die die 'Verlebendigung' unterstützt (aus den Bereichen der Bioenergetik, Atemarbeit, des Kundalini-Yogas), Paarübungen und Gruppenübungen und -gespräche unterstützen die Selbstheilungskräfte und den Prozess der Öffnung und Integration.

Die Integrative primärtherapeutische Arbeit will Dich da abholen, wo Du bist – die Annahme dessen, was ist, ist bereits heilsam und öffnet Türen.

Termine:

21.März.2020-22.März.2020
Sa 10⁰⁰ – 18⁰⁰, So 10⁰⁰ - ca. 15⁰⁰

Die offene Gruppe ITP eignet sich sowohl für Menschen, die akut leiden, wie auch für Menschen, die zu dem zurückfinden wollen, was sie eigentlich oder „primär“ sind (siehe auch GIPT i.L.)

Leitung:

Dipl.-Psych. Martina Welp,
Co-Leitung: Steven Sello

Ort:

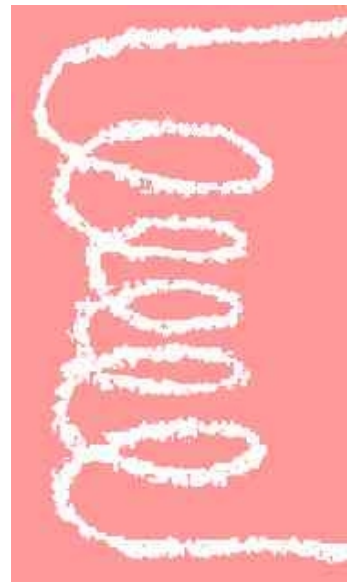
Praxis Dipl.-Psych. Martina Welp
(Hamburg / Seevetal - wird noch bekannt gegeben)

Kursgebühr:

€ 200,00 pro Person
Bei Stornierung der Anmeldung innerhalb einer Frist von 21 Tagen vor Beginn der gebuchten Veranstaltung und bei Nichtantreten durch den/die Teilnehmer/in wird der gesamte Seminarpreis fällig. Es sei denn, ein/e entsprechender Ersatz-Teilnehmer/in wird verbindlich gestellt.

Mitzubringen sind:

Decke, Spannbettlaken, leichte Kleidung und Malutensilien, Essen für die Pause(n).



Psychologische Psychotherapeutin
Martina Welp
Gruppenpsychotherapeutin
Körperorientierte Gestalttherapeutin
Transpersonale Psychotherapeutin
Kundaliniyogalehrerin

Co-Leitung:
Steven Sello
Integrativer Primärtherapeut

Haben Sie noch Fragen? Rufen Sie mich an oder schicken Sie mir eine E-mail. Rücksendung der Anmeldeunterlagen an:

Dipl.-Psych. Martina Welp
Sprützmoor 117
22547 Hamburg-Lurup
Tel. 040 - 493 885
www.gestaltambulanz.de
martinawelp@gestaltambulanz.de

Gerne übersenden wir Ihnen nähere Informationen und die Anmeldeunterlagen per E-mail oder per Post – bitte dazu unbedingt Ihre Postanschrift mitteilen.