

Was der Körper zu sagen hat... Embodiment als (selbst-)reflexiver Zugang

Termine: Samstag, 25.03.2023 & Samstag, 21.10.2023

„Der Körper ist der Übersetzer der Seele ins Sichtbare“, sagt Christian Morgenstern.

Unser Körper ist das Portal zu allen Ebenen menschlichen Fühlens, Erfahrens und Verhaltens. Doch in unserem verdichteten Lebensalltag ist es häufig eine enorme Herausforderung, uns körperlich wahrzunehmen. Wir übergehen die Feinsinnigkeit unseres Körpers allzu oft und übersehen dabei womöglich eine wichtige Informationsquelle, die uns Orientierung geben und beim Bewältigen, Einschätzen, Entscheiden, Agieren und Interagieren unterstützen kann.

Wie kann es also gelingen, an der Schnittstelle von Kopf und Körper in Kontakt zu unserem affektiven, sensomotorischen Erleben zu kommen?

Dieses offene Seminar ist hierfür Übungsraum. Es steht ganz im Zeichen leiblicher Resonanz Erfahrung, bei der es um Nachspüren, Nachsinnen und Nachgehen von körperlichen Empfindungen geht.

Ziel ist es, Zugang zu körperlichen Eindrücken und Ausdrucksformen zu finden und diese als Alltagsressource zu nutzen.

Marlen Gnerlich

Sozialpädagogin, Systemische Therapeutin (SIM/SG), Lehrende Systemische Beratung (SIM), Systemische Körpertherapeutin (i. A.)

Ort: SIM, Obermarkt 24, 04720 Döbeln

Zeit: 09:30 – 16:00 Uhr

Kosten: 100 €

Überweisung auf das Konto:

Systemisches Institut Mittelsachsen

VR Bank Mittelsachsen – IBAN DE 19 8606 5468 0000 248487

Verwendungszweck: Körper, Name, Vorname

Anmeldung per Mail, mit Anmeldeformular oder formlos schriftlich an info@sim-sachsen.de oder an SIM, Obermarkt 24, 04720 Döbeln, 0160-90744247