

Mit gestärktem Herzen ins Leben

3 tägiger Selbsterfahrungs-Workshop in bindungsorientierter Körperpsychotherapie

Mit diesem Workshop möchte ich in einem geschützten und intimen Rahmen die Möglichkeit geben sich selbst im eigenen Herzen mehr wahrzunehmen und die individuellen Qualitäten und Funktionsweisen des eigenen Herzens kennenzulernen und für sich zu nutzen. Wir werden uns vor allem der Erkundung und Stärkung der Kraft und Pulsation des Herzens zuwenden. Von hier ausgehend ist es einfacher sich auch die Aspekte der Bindungserfahrungen und entwickelten Stressmuster anzuschauen, die uns zunehmend schwächen und erschöpfen.

Das Herz gibt uns Zugang zu anderen - herzintelligenten - Lösungen um in belastenden Lebenssituationen weiterführende und ressourcenstärkende Wege zu finden und zu entwickeln.

Mit verschiedenen Methoden der bindungsorientierten Körperpsychotherapie, wie

- Herzarbeit
- Achtsamkeitsübungen
- Atmungs- und Entspannungsübungen

werden die Teilnehmerinnen in

- Paar-, Einzel- und Gruppenübungen

arbeiten und können so mehr Zugang zu Ihren persönlichen Bindungs- und Herzerfahrungen erleben.

Der Workshop kann mit 4,5 Stunden als Selbsterfahrung für die EEH-Ausbildung anerkannt werden. Der Workshop ist geeignet für alle ausgebildeten oder in Ausbildung befindlichen EEHlerinnen.

Die Veranstaltung ist vom **ÖHG** (Österreichischen Hebammengremium) lt. § 37 (6) HebG. mit 18 freien Fortbildungspunkten anerkannt..



Leitung

Karin Meyer-Harms, Jahrgang 1965, Diplompsychologin und Körperpsychotherapeutin, verheiratet, Mutter zweier Söhne, seit rund 25 Jahren im Feld der bindungs- und herzgeleiteten Körperpsychotherapie in eigener Praxis in Bremen tätig (vor allem Einzel- und gruppentherapeutische Begleitung von Erwachsenen mit psychischen und psychosomatischen Problemen), Unterstützung von Menschen in ihren Entwicklungs- und Persönlichkeitsprozessen (Erkennung alter, schwächender Bindungsmuster und Aufbau neuer, stabiler und stärkender Bindungsbeziehungen)

Termin

21. - 23. 10. 2019

Umfang

22 Unterrichtseinheiten

Veranstaltungsort

ZOI, 6330 Kufstein

Kosten

€ 420.- ohne Unterkunft und Verpflegung

maximale Teilnehmerzahl

16

Anmeldung

bei Astrid Ellmerer

office@zoi-tirol.at

0664/5037376

ZOI