Osho UTA Institut

Spirituelle Therapie und Meditation

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln

Tel. +49-221-57407-0, kontakt@oshouta.de

Bindung – eine innewohnende Sehnsucht

Bindungsverletzungen erkennen und verstehen

Datum:	**03.11.2022 - 06.11.2022**
Dauer:	4 Tage
Leitung:	**Elisabeth Schneider-Kaiser**
Preis:	**620,00 €**

» Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung

Ansprechpartnerin

Bodhigita Marion Bohr

Tel. 0221-57407-23

bodhigita@oshouta.de

Montag - Freitag

11:00 - 16:00 Uhr

In diesem Seminar werden wir Bindungsverletzungen im geschützten Umfeld erforschen und Wege zu Regulation und Selbstschutz erkunden.

Seminarbeschreibung

Wir haben eine innewohnende Fähigkeit bei emotionaler Anspannung die hohe Ladung der Stressenergie selbst zu regulieren und wieder zurück in einen ausgeglichenen Bereich des Wohlbefindens zu finden. Diese inneren Bewegungen vermögen die Aktivierungszustände in kleinen Dosen abzubauen und ein sicheres Grundgefühl wieder herzustellen. Sie möchten kraftvoll wirken, denn wir alle streben nach einem gesunden Lebensgefühl, nach Verbindung, Wohlergehen, Lust und Freude.

In unserer Entwicklungsgeschichte wurde diese lebendige Kraft oft nicht angemessen wahrgenommen und unterstützt, wodurch Verletzungen sowohl auf physischer als auch auf psychischer Ebene entstehen. Ob sich der Mensch in sein Inneres zurückzieht oder von der Außenwelt überflutet wird, lässt sich auf die Überlebensmechanismen zurückführen, die zur Verfügung stehen. Diese Dynamik einzusehen bringt oft Erleichterung, da wir Menschen dazu neigen, uns abzuwerten und

selbst zu erniedrigen.

In diesem Seminar werden wir in einem geschützten Umfeld erkunden:

- Ressourcen, die uns unterstützen
- die verschiedenen Dynamiken der Bindung
- Co- und Selbstregulation
- Grenzverletzungen verstehen und gesunde Grenzen erkunden

Seminarzeiten

Beginn am 1. Tag um 10:00 Uhr, Ende am letzten Tag um 17:00 Uhr

Dozent*innen

Elisabeth Schneider-Kaiser

Eigene Praxis für Einzel- und Paararbeit seit 35 Jahren, Supervisorin. Aus- und Fortbildungen in Personenzentrierter Gesprächsführung (Carl Rogers) Bioenergetischer Analyse, Integraler Psychologie, Somatic Experiencing (SE)®, Bindungsdynamik (SATE), Neuroaffektivem Beziehungsmodell (NARM™) und Integraler Somatischer Psychologie (ISP). Seit 1998 in Ausbildungsteams und Supervision von SE, seit 2012 in NARM und ISP Trainerin für Bindungsdynamik und NARM sowie Vorträge zu entwicklungsgeschichtlichem Trauma, Schocktrauma, Bindungsdynamiken in Europa.