

KBT

KONZENTRATIVE BEWEGUNGSTHERAPIE

Anette Gärtner

- staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin
- KBT Therapeutin
- langjährige Tätigkeit als Körperpsychotherapeutin in verschiedenen Einrichtungen der psychiatrischen und psychosomatischen Versorgung und Rehabilitation
- freiberufliche Kursleiterin im Bereich Wirbelsäulengymnastik, Körpertraining und Stretching

Frankfurt a. M.

Tel.: 069/2196-2671

E-Mail: gaertner.anelte@hohg.de

Ute Backmann

- Dipl. Sozialarbeiterin (Master of Arts), Supervisorin (DGSv)
- KBT Therapeutin – Heilpraktikerin für Psychotherapie
- langjährige Tätigkeit als Körperpsychotherapeutin in verschiedenen Einrichtungen der psychiatrischen und psychosomatischen Versorgung
- freiberufliche Tätigkeit in eigener Praxis

Heppenheim und Frankfurt a.M.

Tel.: 06252/789985

E-Mail: backmann@kbt-heppenheim.de

www.kbt-heppenheim.de

DIE BOTSCHAFT DES KÖRPERS ERLEBEN
UND VERSTEHEN.

Die Konzentriative Bewegungstherapie ist ein guter Weg, die Sprache des Körpers zu verstehen. In der Konzentration auf die Sinnes- und Körperwahrnehmung wird auf feinfühlig fühlige Art eine positive Einstellung sich selbst gegenüber gestärkt.

Im Dialog und experimentellen Umgang mit Gegenständen wird die Außenwelt bewusst begreifbar und inneres Erleben spürbar. In der Symbolisierung können Lebensthemen gestaltet und bearbeitet werden.

Unsere Gruppe richtet sich an Menschen, die

- mit Stress besser umgehen lernen möchten, um ihre Lebensqualität zu verbessern
- ihren Körper bewusster spüren möchten, um sich lebendig und kräftig zu fühlen
- ihre Konfliktfähigkeit fördern und Freude an der Auseinandersetzung erleben möchten
- ihre Ängste abbauen und ihre Spielräume erweitern möchten
- ihr Selbstwertgefühl verbessern und ihr Beziehungsverhalten erforschen möchten
- etc.

Sie eignet sich auch für Menschen, die nach einem Klinikaufenthalt weitere Begleitung wünschen.

Der Workshop findet als Blockveranstaltung mit 3 Terminen statt

Kursleitung:

Anette Gärtner
Ute Backmann

Ort:

Hospital zum Heiligen Geist
Lange Str. 4, 60311 Frankfurt

Termine:

Samstag 20.10.18	10 – 14 Uhr
Samstag 17.11.18	10 – 14 Uhr
Samstag 01.12.18	10 – 14 Uhr

Honorar:

für den gesamten Block 150,00 €

Anzahl der Teilnehmer/innen:

max. 10 Personen

Anmeldung:

fortlaufend bei den Kursleiterinnen