

Embodiment

Wechselwirkungen zwischen Körper & Psyche als Ressource nutzen

Im Embodiment-Modell wird das psychische Erleben in Bezug zum ganzen Körper und der Umwelt gesehen. Körpersprache ist bekannt als Ausdruck für die innere Verfassung, Haltung und Bewegungsmuster wirken jedoch auch nach innen. Sie beeinflussen, wie sich ein Mensch fühlt und mit der Umwelt interagiert.

Diese Wechselwirkung zwischen Körper & Psyche lässt sich als Ressource nutzen. Wie dies in der Arbeit mit Menschen im psychosozialen Bereich im Gruppen- sowie im Einzelsetting umgesetzt werden kann, erfahren Sie in diesem Seminar.

Inhalte

- Begriffsbestimmung und Embodiment-Modell
- Wechselwirkungen zwischen Körper & Psyche: Interessante Erkenntnisse aus der Embodimentforschung
- Somatische Marker: Informationen aus der Körperintelligenz in Begleitung, Beratung und Therapie nutzen
- Bewegung und Körperhaltung als Ressource erfahren und einsetzen
- Ressourcen-Netzwerke nutzen: Embodiment, Bilder & Sprache verbinden
- Embodiment-Tools im Einzel- und im Gruppensetting: Beispiele aus der Praxis

Ziele

- Sie lernen das Embodiment-Modell kennen und können die Bedeutung für Lern- und Veränderungsprozesse verstehen.
- Sie lernen die Körperintelligenz als hilfreiche Informationsquelle für sich und Ihre Arbeit zu nutzen.
- Sie lernen Embodiment-Tools zur Ressourcenaktivierung kennen und können diese in Ihre Arbeit einbauen und nutzen.

ReferentIn

Mag.^a Anna Schönherr

Psychologin, Lebens- und Sozialberaterin, Bewegungspädagogin, Leiterin der pro mente-Freizeitgruppe "Lebensfreude durch Bewegung"

Facts

Kosten

€ 300,00 inkl. 10% MwSt.

Anmeldeschluss

01.10.2025

Ort

pro mente Akademie GmbH
Seidengasse 20/2
1070 Wien

Termine

15.10.2025
MI, 09:00 – 17:00 Uhr (8 UE)

Anzahl der Teilnehmerinnen

mind. 8, max. 18 Personen

Information & Anmeldung

pro mente Akademie GmbH
Seidengasse 20/2, 1070 Wien
T +43 1 513 15 30 - 113
info@promenteakademie.at
www.promenteakademie.at