

## BIOENERGETIK oder Die Bioenergetische Analyse

Hierbei handelt es sich um ein körperpsychotherapeutisches Verfahren, das Dr. A. Lowen aus der Charakteranalyse seines Lehrers W. Reich entwickelt hat.

Die Bioenergetik geht von der Grundannahme aus, dass seelische Probleme als Muskelpanzerung und funktionelle Störungen im Körper gespeichert werden. Erfahrungen, die bereits in frühen kindlichen Entwicklungsphasen gemacht werden, wie z. B. die Nicht-Erfüllung von Grundbedürfnissen, hinterlassen nicht nur in der Psyche des Menschen, sondern auch im Körper ihre Spuren. Dies kann einen negativen Einfluss auf Atmung, Körperhaltung, Bewegungsart und Muskelspannung haben.

Der Körperpanzer wird nach Reich in sieben ringförmige Muskelgruppen um Augen, Mund, Hals, Brust, Zwerchfell, Bauch und Becken eingeteilt und kann systematisch bearbeitet werden.

Psychisch kann sich diese „Verkrustung“ in Ängsten, Zwangserkrankungen, Depressionen und auch sexuellen Störungen spiegeln. Ziel des Verfahrens ist es, die blockierte emotionale Energie manuell im Körper zu lösen, was bei den Patienten zu tief gehenden psychischen Erfahrungen führen kann.

In der Sitzung beobachtet der Therapeut Körperhaltung, Ausdruck und Atmung und bringt diese in Zusammenhang mit den Beschwerden und den vorherrschenden Gefühlen und Grundüberzeugungen des Patienten.

Ein zentrales Konzept der Bioenergetik ist das "Grounding" (Erden), bei dem die Erfolge der Therapie gefestigt und in das Alltagsleben integriert werden sollen.

Fragen?  
Wir beraten  
Sie gerne!

## INHALTE

**Am ersten Wochenende** erfahren Sie, dass ein gesunder Organismus andauernd pulsiert. Eine Unterbrechung dieser Pulsation äußert sich in Blockaden. Drei Hauptblockaden erkunden wir gemeinsam und erlernen, sie mit Körpersonden zum pulsieren zu bewegen.

**Am zweiten Wochenende** begegnen Sie hautnah den fünf Charakterstrukturen. In Theorie und Praxis erleben Sie mental und körperlich, wie bestimmte Panzerteile sich auf die menschliche Haltung und Stimmung auswirken.

**Das dritte und Aufbau-Wochenende** befasst sich mit

## STRESSMANAGEMENT in Theorie und Praxis

Stressmanagement ist wichtig, um die körperlichen und psychischen Folgen dauerhafter, nervlicher Überforderung besser zu erkennen und diesen effektiv entgegenwirken zu können.

Zuerst lernen Sie die Mechanismen der Stressreaktion im vegetativen Nervensystem kennen. Dann werden Stressmodelle und praktische Anleitungen zur Stressbewältigung verständlich vermittelt und gemeinsam erprobt. Dazu gehören:

- kognitive Strategien
- Gedankenstopp-Technik
- Ressourcenaufbau
- systematische De-Automatisierung
- Autogenes Training
- Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson

Das Seminar vertieft das Verständnis der Bioenergetik, kann aber auch für 350 € separat gebucht werden.

## ANMELDUNG

Ich melde mich an für den/die Kurs/e

- „Bioenergetik“ 14. - 16.09. und 28.-30.09.2018  
 „Stressmanagement“ am 09. - 11.11.2018

NAME .....

STRASSE .....

PLZ/Ort .....

TELEFON .....

E-MAIL .....

Meine Anmeldung ist verbindlich. Die umseitigen Teilnahmebedingungen akzeptiere ich.

DATUM .....

UNTERSCHRIFT .....

- Ich zahle selbst vor Kursbeginn  
 Ich erteile Ihnen die Erlaubnis, das Kursentgelt (350 €/650 €/950 €) von meinem Konto einzuziehen:

IBAN .....

BIC .....

DATUM .....

UNTERSCHRIFT .....

An die  
GDT Heilpraktikerschule  
Ringstraße 16  
53721 Siegburg

#### TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Füllen Sie bitte bei Ihrer **schriftlichen Anmeldung** zur Reservierung des Platzes das **Lastschriftmandat** aus. Sollte Ihr Konto nicht die erforderliche Deckung aufweisen, besteht seitens des kontoführenden Kreditinstituts keine Verpflichtung zur Einlösung. Die dabei anfallenden Retouregebühren der Banken (zurzeit 8,50 €) müssen wir Ihnen in diesem Falle jedoch in Rechnung stellen. **Der Zahlungsbetrag wird kurz vor Kursbeginn von Ihrem Konto abgebucht.**

Bei Nichterteilung eines Lastschriftmandats legen Sie bitte Ihrer schriftlichen Anmeldung eine Kopie des **Überweisungsbelegs** des Kursentgelts auf das Konto der GDT Schule bei. Damit wird Ihnen ein Platz in dem Kurs reserviert. Die Reihenfolge des Eingangs entscheidet über die Teilnahme, wenn mehr Anmeldungen eingehen, als Plätze zur Verfügung stehen. Ein Anspruch auf die Durchführung eines Kurses besteht nicht. Sollte ein Kurs nicht wie geplant zustande kommen, erhalten Sie Ihre Zahlung zurück. Eine darüber hinaus gehende Entschädigung seitens der Veranstalter an den Kursteilnehmer für nicht zustande gekommene Kurse besteht nicht. Bei **Rücktritt** eines angemeldeten Teilnehmers weniger als 14 Tage vor Kursbeginn ohne Nennung eines Ersatzteilnehmers wird eine Gebühr von **50% des Kursentgelts** erhoben, bei **Fernbleiben** vom Kurs der **gesamte Betrag**. Bei plötzlicher Erkrankung ist ein Attest vorzulegen.

Durch Ihre rechtsverbindliche Unterschrift erklären Sie sich mit den Zahlungsbedingungen einverstanden und bestätigen, dass Sie körperlich und psychisch in der Lage sind, an dem Kurs teilzunehmen.

## ORGANISATION

TERMINE	14.-16.09.2018, 28.-30.09.2018, 09.-11.11.2018
ZEITEN	Fr. 13 - 18 Uhr, Sa./So. 09:30 – 17:30 Uhr
ORT	GDT Heilpraktikerschule Ringstraße 16 (1. Etage) 53721 Siegburg
TEL	02241-57752 0221-639596 (Büro Köln)
FAX	0221-6808115
WEB	www.gdt-schule.de
PREISE	<b>650 € (2 WE Bioenergetik)</b> <b>950 € (Bioenergetik plus Stressmanagement)</b> <b>350 € (1 WE Stressmanagement)</b>

## BANKVERBINDUNG der GDT Heilpraktikerschule

IBAN	DE56 3701 0050 0010 7115 00
BIC	PBNKDEFF (Postbank Köln)



### DARIUSZ DAHLMANN Kursleiter

Geb. 1970 in Polen, studierte Germanistik und Modedesign. Als Designer mehrere Jahre tätig in seiner Wahlheimatstadt Köln. Ausbildung in humanistischen Therapieformen und Entspannungspädagogik. Seit 2014 Heilpraktiker (Psychotherapie) in eigener Praxis. Seit 2017 Beisitzer bei Heilpraktikerüberprüfungen für HP (Psychotherapie) am Gesundheitsamt Köln. Die Arbeit in eigener Praxis und die Dozententätigkeit erfüllen ihn mit Freude und Respekt. Er unterrichtet mit Begeisterung und Humor, interkulturellem Kommunikationstalent und Faszination für den Menschen. Gründer und Leiter des Instituts für humanistische Psychotherapie „Gefährten“ in Köln.

www.gdt-schule.de

# Bioenergetik und Stressmanagement

ab 14. September 2018



**GDT**  
HEILPRAKTIKERSCHULE  
SIEGBURG