

Danced Body Work

touch – relate – interact



15. Juni / 2. November 2018 in Luzern

„Bewegung aus der Stille – Stille als Arbeitsinstrument“ Workshop bei KINDER STARK MACHEN

Wenn wir mit Menschen therapeutisch arbeiten, ist es auf lange Sicht von grossem Vorteil ein persönliches Übungssystem zu haben, in dem wir uns wohl fühlen und unsere Kräfte wiederaufbauen können: Ohne Druck von aussen, ohne es richtig machen zu müssen, ohne Erfolg haben zu müssen, ohne effektiv sein zu müssen. Danced Body Work bietet einen Rahmen um mit improvisierten Berührungs- und Bewegungsdialogen die Wahrnehmung und die Beweglichkeit für sich selbst und im Kontakt mit anderen zu erforschen.

Stille bedeutet nicht nur die Abwesenheit von Lärm, sie ist auch eine Abkehr von Reizüberflutung, Hektik und Bedrängungen aller Art. Stille kann neue Räume eröffnen. Und Stille kann ein Ort der Behaglichkeit und Sicherheit, ein safe place, sein. Nicht Bewegungslosigkeit oder Starre, sondern lebendige innere Beweglichkeit erfüllen diesen Ort. Das Lauschen auf den eigenen Körper mit seinen kleinsten inneren Regungen bildet die Grundlage, die Kraftquelle und Inspiration für die nach aussen führenden Bewegungen. Aus der Stille bewegen wir uns hinaus, getragen von der Stille und in die Stille kommen wir wieder zurück, erfüllt von der Beweglichkeit. Stille als Arbeitsinstrument kann der therapeutischen Kompetenz und Kohärenz dienen.

Die beiden Kurstage (15.6. und 2.11.) dienen sowohl der Stärkung der eigenen Ressourcen, als auch Transfermöglichkeiten in den Praxisalltag. Die Kurse beziehen sich aufeinander, können jedoch auch einzeln besucht werden.

Freitag 9.30 – 17 Uhr, Schlossweg 3 in Luzern, Kosten 240.-

Anmeldung direkt an kontakt@kinderstarkmachen.ch / <http://www.kinderstarkmachen.ch/>