

Einführung in die Empfindungssprache

Sommerwoche im Tessin

29.8.21 - 5.9.21



Was genau bedeutet es im Selbstkontakt zu sein? Was hindert mich?
Welche Rolle spielt das bewusste Wahrnehmen unserer Körperempfindungen dabei?
Welche Ressourcen stehen uns zur Verfügung um präsent zu bleiben?
Und wie können Wir einander darin unterstützen?

Durch Embodiment und Meditationspraxis finden wir tiefer in den Selbstkontakt. Die Basis jeder Beziehung.
Die Prinzipien aus der Traumtherapie, Somatic Experiencing werden un in dieser Woche ein Leitfaden sein.
(Einstimmung, Resonanz, Selbstregulation, Co-Regulation, Gruppenkohärenz)

Atem
Meditation & Yoga
Naturwahrnehmung
Selbstwahrnehmung
Bewegung & Tanz
Know How und Werkzeuge,
die unsere Sensibilität und
Resilienz rund um das
Thema Trauma verfeinern



Angela (Leitung)
Ist Bewegungs- und Wahrnehmungsforscherin. Sie lebt in einer kleinen Gemeinschaft in der Nähe von Basel. Ihre Leidenschaft ist es an einer nachhaltigen Trauma-sensitiven Kultur zu forschen und diese mitzugestalten.
www.angelavonrotz.ch



Darius (Co-Leitung)
Ist Sprachkünstler und Prozessbegleiter.
Er absolvierte Weiterbildungen in körperorientierter Traumatherapie und kollektiver Traumarbeit. Ihn interessiert die Herausforderung und das Potenzial im Gestalten von Wir-Feldern und die Rolle, welche die Sprache darin spielt. Derzeit absolviert er die Ausbildung in Somatic Experiencing.
www.dariusmatthies.de



Mit dem zu sein was ist, ist Liebe.

Wann: 29.08.21 - 05.09.21

Ankunft: Sonntag, 29.08. ab 15:00

Abreise: Sonntag, 05.09. nach dem Mittagessen

Wo: Pila, 6655 Intragna, Centovalli, Tessin

Kosten:

Unterkunft und Essen: 450 CHF (Deckt nur die die Fixkosten)

Wertschätzung für Seminarleitung: Richtpreis 400 CHF

Unsere Kurse sprechen vermehrt junge Menschen an. Wenn Du gerade gut verdienst, hast Du die Möglichkeit einen Unterstützungsbeitrag zu schenken. Damit ermöglichst Du Studierenden oder nicht Verdienenden/ Alleinerziehenden ein Teilnahme.

Anmeldung: max. 12 Teilnehmende, bitte melde dich bis spätestens 27.6.21 an.

angelavonrotz@gmx.ch, 078 617 28 47

Web: www.empfindungssprache.ch

