

# EINFÜHRUNGSKURS IN DIE EMPFINDUNGSSPRACHE

Freitag 30.4.2021-  
Sonntag 2.5.2021

Ort: Birseckstrasse 99,  
4144 Arlesheim

Wir laden ein zu einer Forschungsreise in den Selbstkontakt - die Basis jeder Verbindung - basierend auf Erkenntnissen über das Nervensystem, dessen Regulation und Co-Regulation.

Was heißt das genau, im Selbstkontakt zu sein? Und welche Rolle spielt das Nervensystem dabei?  
Was machen wir ganz genau, um in den unterschiedlichsten Aktivierungsgraden des Nervensystems im Selbstkontakt zu bleiben? Und wie können wir einander dabei unterstützen?  
Wie funktioniert Co-Regulation?  
Was passiert im Raum, wenn mehrere Nervensysteme miteinander kommunizieren?  
Wie entsteht Kohärenz im Wir-Feld?

Wir erlernen Tools und Ressourcen, welche dazu dienen die Resilienz jedes Individuums und des Gemeinschaftskörpers zu stärken und uns dabei unterstützen, in herausfordernden Situationen präsent zu bleiben.

Durch das erlebte Verständnis für das Nervensystem wächst die Kapazität, uns gemeinsam etwas Größeres zu widmen und so auf eine heilsame Art und Weise auf die Weltgeschehnisse antworten zu können.



**Wann:** 30.4.2021-2.5.2021

**Wo:** Tanzen wie ich bin, Birseckstrasse 99, 4144 Arlesheim

**Kurszeiten:** Freitag

10.00-13.00 Session  
13.00-15.00 Mittagspause  
15.00-18.00 Session

Samstag

10.00-13.00 Session  
13.00-15.00 Mittagspause  
15.00-18.00 Session

Sonntag

10.00-13.00 Session  
13.00-15.00 Mittagspause  
15.00-18.00 Session

**Richtpreis:** Für Verdienende in der Schweiz: 450.-  
Für Verdienende in Deutschland: 300.-

**Verpflegung:** Lotti kocht für uns!  
Fr. Abendessen,  
Sa. Mittagessen + Abendessen,  
So. Mittagessen,  
die gesamte Verpflegung kostet 60.-

Für Freitag Mittag machen wir Teilete. Bitte bring etwas mit.

Frühstück ist Sache der Teilnehmenden.

**Übernachten:** Es gibt günstige Möglichkeiten in Dornach/Arlesheim. Bitte selber organisieren.  
Bei Schwierigkeiten bitte Kontakt mit Mira aufnehmen!

**Anmeldung:** mira.gemperle@hotmail.com

Die Teilnehmendenzahl wird nach den neusten Bestimmungen des BAG angepasst. Es gilt "First come, first served" Eingangsdatum der Anmeldung ist massgebend.

## LEITUNG:

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](http://www.angelavonrotz.ch)

Darius (Co-Leitung)



Ist Sprachkünstler und Prozessbegleiter. Er absolvierte Weiterbildungen in körperorientierter Traumatherapie und kollektiver Traumaarbeit. 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](http://www.dariusmatthies.de)

Zusammen sind wir forschend an einer Sprache, die den Menschen unterstützt, in Beziehung tiefer im Selbstkontakt zu sein. Dabei würdigen wir die Weisheit der Körperempfindungen und lassen diese in die Kommunikation mit einfließen.