

THERAPIEGRUPPE

- Dieses Angebot richtet sich an Menschen, die ihren Entwicklungsprozess beginnen wollen oder bereits begonnen haben und ihn in einer Gruppe fortführen und vertiefen wollen.
- Im Sinne eines kontinuierlichen Gruppenprozesses haben die TeilnehmerInnen die Möglichkeit, sich nach 2 Einführungs-Workshops für 1 Jahr an der Teilnahme der Gruppe zu entscheiden. Bei Interesse besteht die Möglichkeit, die Gruppe um ein zusätzliches Jahr zu verlängern.
- Die Gruppe wird von Charlotte Wachsmuth und Florian Noack geleitet.
4 Workshops werden von Bettina Alberti geleitet.
- Einmal im Monat trifft sich die Gruppe in der Zeit von Freitag 19h bis 22h und Samstag von 10h bis 19h.
3 mal im Jahr wird es Wochenend-Workshops geben, die von Freitag 19h bis Sonntag 13h gehen.
Diese finden in einem Tagungshaus statt.
- Auf Wunsch besteht für die GruppenteilnehmerInnen die Möglichkeit zur begleitenden Einzeltherapie bei dem Therapeuten-Team.

Wir erleben uns in der Welt und die Welt in uns durch unseren Körper. Gefühle, Emotionen, Gedanken, Sinneswahrnehmungen und der Körperausdruck werden im Laufe des Lebens - einschließlich des vorgeburtlichen Werdens - von vielfältigen Erfahrungen geprägt. Diese Erfahrungen hemmen oder unterstützen uns in unserer Selbst-Werdung und färben die Art und Weise, wie wir die Welt sehen und ihr begegnen. Körper, Geist und Seele haben neben sinnvollen Strategien auch Muster entwickelt, die in der frühen Zeit hilfreich waren, sich in der Gegenwart aber als hinderlich erweisen können.

Die tiefenpsychologisch fundierte KörperPsychotherapie mit ganzheitlichem Ansatz ermöglicht den Zugang zu den bewussten und unbewussten Schichten unserer Psyche. Auf diesem direkten Wege können wir sowohl die Ursachen psychischer und psychosomatischer Dysbalancen erreichen als auch die Selbstheilungskräfte von Körper, Geist und Seele, die wir zur "Ganzwerdung" brauchen.

In unsere Arbeit fließen verschiedene therapeutische Richtungen ein: auf der Grundlage der KörperPsychotherapie, bindungstheoretischen und psychodynamischen Ansätzen, kommen neben dem Gespräch bewährte Methoden wie Meditation, Imagination, Traumarbeit und Elemente der Gestalt- und der Systemischen Therapie hinzu. Da wir mit dem Konzept der Vielfältigkeit arbeiten, haben wir als zusätzliche Therapeutin Bettina Alberti gewinnen können.

Einen weiteren Schwerpunkt bilden therapeutische Einheiten mit kreativen Medien: Musik, Bewegung und Kunst. Wir arbeiten dabei auch mit Musikinstrumenten. Diese müssen nicht eigens erlernt werden, sondern erschließen sich im freien Spiel.

Gemeinsames künstlerisches Schaffen ermöglicht gleichzeitig den Ausdruck der eigenen inneren Befindlichkeit und die Teilhabe am gemeinsamen Gefüge. Die frei assoziativen und spielerischen Fähigkeiten werden unterstützt und gefördert. Aus diesem

Zusammenspiel können Themen entstehen, die in der Psychotherapie bearbeitet werden, wie auch umgekehrt Themen aus der Psychotherapie mit Hilfe der kreativen Arbeit weiterentwickelt werden können.

Welche Chance bietet uns die Arbeit in einer therapeutisch begleiteten Gruppe ?

Der verbindliche Kontakt im Rahmen einer Gruppe bringt früh gelernte Bindungserfahrungen und Verhaltensmuster zum Vorschein. Im gegenwärtigen Miteinander, in der Art, wie wir heute Beziehungen zu anderen Menschen gestalten, spiegeln sich in der Vergangenheit erforderte Einflüsse wieder. Auf diesem Wege lernen wir uns selbst kennen und besser verstehen. Selbst wenn wir wissen, was wir gerne ändern würden, fehlt uns oft die Vorstellung und die Möglichkeit, wie wir unser Fühlen, Denken und Handeln in neue Bahnen fließen lassen können. Dafür brauchen wir andere Menschen. In einem dem Lernen und Wachsen wohl gesonnenen Umfeld haben wir die Chance, vorsichtig neue und sinnvolle Schritte zu entwickeln, hin zu persönlicher Freiheit, Beziehungsfähigkeit, zu kreativem, eigenverantwortlichen Handeln und zu einer guten Verbindung zu unserer Umwelt.

Die Gruppe wird so zum schöpferischen Gestaltungsraum, in dem wir lernen, die Kunst des Lebens für uns zu entwickeln und zu verfeinern.

Besonders freuen wir uns, diese Gruppe als langjähriges Paar mit all den über viele gemeinsame Jahre hinweg gesammelten Partnerschaftserfahrungen zu begleiten. Es ist uns eine Herzensangelegenheit, Menschen mit Bindungswünschen oder -ängsten zu unterstützen, ihnen Mut zu machen, eigene erfüllende Beziehungen zu leben und ihnen Werkzeuge an die Hand zu geben, um gemeinsam durch Höhen und Tiefen des Lebens zu gehen.

LEITUNG

CHARLOTTE WACHSMUTH

Körperpsychotherapeutin, Supervisorin, Dipl. Soz. Päd., Heilpraktikerin für Psychotherapie (HPG), Mitglied im Verband freier Psychotherapeuten (VfP), ECP-Holder (European Certification for Psychotherapy). Einzel-, Paar- und Gruppentherapie, Weiterbildung in Paar-, Sexualtherapie und Organisationsberatung. Fortbildungen in Zen-Meditation seit über 20 Jahren in Indien, Thailand und Deutschland. Selbstständig tätig in der Praxisgemeinschaft Meesenring, Lübeck und in Hamburg. In ihrer langjährigen Erfahrung als Gruppenleiterin ist es ihr ein besonderes Anliegen, Menschen auf dem Wege zu ihrer ganz persönlichen Daseinsform zu begleiten und sie darin zu unterstützen, einen befriedigenden Kontakt mit der Welt zu erarbeiten.

FLORIAN NOACK

Musiker, Konzertpianist und diplomierter Musikpädagoge. Heilpraktiker für Psychotherapie. Ausbildung in Körperpsychotherapie bei Bettina Alberti und Heiner Max Alberti (Lübeck), Mitglied im Verband freier Psychotherapeuten (VfP), Fortbildung in Integrativer Bewegungs- und Tanztherapie, in musiktherapeutischer Gruppenarbeit und in Vipassana-Meditation. Initiator experimenteller Gruppen-Improvisation. In seiner künstlerischen Arbeit wie auch als Körpertherapeut ist er an der bewussten Wahrnehmung und Gestaltung der Gegenwart interessiert, wie auch an der Bildung einer organischen Einheit von Geist, Seele und Klangkörper.

BETTINA ALBERTI

Dipl.-Psychologin, arbeitet seit 1985 als niedergelassene Psychotherapeutin in Einzel- und Gruppentherapie, als Supervisorin und in der Fortbildung. Die Bedeutung von psychischer Traumatisierung für die seelische Entwicklung und die Bindungs- und Beziehungsfähigkeit ist seit vielen Jahren ihr fachlicher Schwerpunkt. Ein psychodynamischer, bindungs- und körperorientierter Therapieansatz steht in der therapeutischen Begleitung im Vordergrund. 2005 erschien ihr Buch "Die Seele fühlt von Anfang an", 2010 folgte "Seelische Trümmer, Geboren in den 50er und 60er Jahren: Die Nachkriegsgeneration im Schatten des Kriegstraumas".

TERMINE

Die Gruppe beginnt mit 2 Einführungs-Workshops am am 19. / 20. November und am 10. / 11. Dezember 2010. Der dritte Termin findet als Wochenend-Workshop vom 21. bis 23. Januar 2011 statt.

ORT

Praxis für Körper-Psychotherapie
Paul-Nevermann-Platz 1
22767 Hamburg - Altona

Die Wochenenden werden in einem Seminarhaus stattfinden.

KOSTEN

Das Honorar beträgt 100 Euro pro Person je Workshop und 130 Euro je Wochenende. Die Kosten für den Seminarort (Raummiete, ggf.. Übernachtung und Verpflegung) werden von den TeilnehmerInnen separat getragen.

ANMELDUNG und INFORMATION

Charlotte Wachsmuth
Tel.: 0163 - 437 60 70
E-Mail : charlotte.wachsmuth@gmx.de
Internet: www.life-is-your-teacher.com

BANKVERBINDUNG

Charlotte Wachsmuth
KTO 149 349 460
BLZ 440 100 46
Postbank Dortmund
Verwendungszweck: Seminar Hamburg und Datum

TIEFENPSYCHOLOGISCH FUNDIERTE KÖRPERPSYCHOTHERAPIE

THERAPIEGRUPPE 2010 / 2011 HAMBURG

Leitung:

CHARLOTTE WACHSMUTH
FLORIAN NOACK