



HIGW

HAMBURGER INSTITUT FÜR
GESTALTORIENTIERTE WEITERBILDUNG
KREATIVITÄT

GESTALT-TANZTHERAPIE

Grundlagenkurs



Der Grundlagenkurs Gestalt-Tanztherapie vermittelt Ihnen ein breites Spektrum von Erfahrungs- und Anwendungsmöglichkeiten für Ihre Praxis in verschiedenen Arbeitsfeldern.

Diese Weiterbildung ist offen für Menschen, die in die Körperarbeit einsteigen möchten oder ihr Repertoire erweitern möchten. Vorkenntnisse sind nicht nötig. Die Neugier am leiblichen Ausdruck ist mehr als ausreichend.

Die Bewegungstherapie gehört zu den Kreativtherapien und ist ein erfrischendes und breites Erfahrungsfeld, das durch die Bildhaftigkeit des Ausdrucks und die eigene Bewegungssymbolik neben den sprachlichen Möglichkeiten ihre eigenen Gedächtnisspuren hinterlässt.

Wir bieten Ihnen in diesem Ergänzungsseminar die Möglichkeit, vertieft mit dem Körper und seinen Ressourcen zu arbeiten. Sie werden dazu eingeladen, mit den Klient*innen Neues zu wagen und zu experimentieren.

Ziele sind:

- Die eigene Weiterentwicklung in der leiblichen Selbstwahrnehmung zu fördern.

- Die Grenzen des eigenen Ausdrucks und der eigenen Wahrnehmung auszuweiten.
 - Sich noch besser kennen zu lernen mit den eigenen Empfindungen und Stimmungen. Atmosphären zwischen und um uns werden erfasst und können im Prozess genutzt werden.
- Dabei wächst die Sensibilität für die immer feiner werdende Wahrnehmung unseres lebendigen Körpers. Sie entwickeln ebenso eine differenzierte Wahrnehmung unseres Gegenübers, für seine Grenzen, Bedürfnisse und Möglichkeiten. Sie erleben die Freude und die Verbindung mit Ihrem individuellen Ausdruck.

Zielgruppe:

Interessierte, Gestalttherapeut*innen und -berater*innen, Lehrer*innen und Lernbegleiter*innen, Menschen aus dem Spektrum soziale Arbeit, Arbeit mit älteren Menschen, Kinder- und Jugendtherapie, Ergotherapie, (Sozial-)Psychiatrie, Erwachsenenbildung

Voraussetzungen:

Alle, die an Gestalttherapie und Kunst interessiert sind, sind herzlich willkommen!

**Tanztherapie –
Alle Infos auf einen Blick**

Dauer: 6 Wochenendseminare
Zeiten: Samstag 09 – 18 Uhr,
Sonntag 09 – 13 Uhr
Preis: 280 Euro pro Seminar
zzgl. Raumkosten
Ort: Hamburg

Trainer*in:



Dorothea
Helmbrecht



Frank Köhler

Struktur der Weiterbildung

Erstes Seminar

Kontakt und Rückzug

Einführung in den Bewegungsausdruck, Annäherung, Abgrenzung, Sicherheit, Vertrauen, tänzerischer Dialog

Zweites Seminar

Selbstwahrnehmung / Fremdwahrnehmung

Eigene Bewegungsqualitäten wahrnehmen, Spiegeln, tänzerische Ausdrucksformen für Gefühlsqualitäten, Rückmeldungen über Bewegung geben

Drittes Seminar

Polaritäten

Ausdrucksformen der Gegensätze, den eigenen Ausdruck in der Bewegung finden, den eigenen Ausdrucksrahmen erweitern und klären

Viertes Seminar

Grenzen ausloten

Annäherung an Innere und äußere Begrenzungen, Grenzen bei sich und beim Gegenüber wahrnehmen und zum Ausdruck bringen, Spielräume erweitern, Authentic Movement als Methode, Schutzräume und Freiräume schaffen

Fünftes Seminar

Scham, Wut, Aggression – Spielräume für schwierige Emotionen schaffen

Schutzräume und Ausdrucksräume für ggf. tabuisierte Gefühle schaffen, Deeskalation über Tanz und Bewegung

Sechstes Seminar

Bewegungsentwicklung und Leibgeschichte

Spurensuche der eigenen Entwicklung von Bewegungsmustern, Bewegungsanbahnung, Erweiterung von Potentialen



Lernen Sie uns kennen!

Unsere Weiterbildungen:

- Gestalttherapeutische Weiterbildungen
- Management und Soziales
- Kreativtherapien
- Kurzcurricula
- Einzelseminare
- Teilnehmer in Weiterbildung
- Einstiegsseminare

Kontakt

HIGW Hamburger Institut
für Gestaltorientierte Weiterbildung GbR
Budapester Straße 28 / 20359 Hamburg
Telefon: +49 (0) 40 768 64 42
Telefax: +49 (0) 40 768 42 64
Email: info@higw.de

Anmeldung:

www.higw.de/kontakt/kursanmeldung