

Das therapeutische Jahr

Im Laufe des Gruppenjahres werden neben der individuellen Lebenssituation und Lebensgeschichte folgende Themen wichtig sein: „Integration unserer Emotionen“, „Frau sein/ Mann sein“, „das Innere Kind“, „Nähe und Distanz“, „Beziehung und Sexualität“, „Beziehung zu den Eltern“, „Verbindung zu unserem Körper“.

Wir arbeiten mit ausgewählten Übungen aus unterschiedlichen Methoden der Körperpsychotherapie (Bioenergetik, Atemtherapie, Gestalttherapie, systemische Therapie, Pessobarbeit), mit Gruppendynamik und mit Gespräch.

Dauer: Pro Gruppenjahr finden 20 Abende und zusätzlich zwei Wochenenden statt.

Termine: Zweiwöchentlich, jeweils dienstags, von 18.30 Uhr bis 21.30 Uhr.

Beginn: Der individuelle Beginn ist jeweils zum Mai oder November eines Jahres möglich.

- » Mindestteilnahme 1 Jahr
- » 3 Probeabende sind möglich
- » Maximal 10 TeilnehmerInnen

Leitung: Christoph Bösch

Zur Anmeldung ist ein Vorgespräch erforderlich!

Informationen und Anmeldung:
Unter 0761/81095 oder auf praxisboesch.de

Der Körper ist unsere beste Erinnerung

Luise Reddemann



Gruppenleitung

Christoph Bösch

Körperpsychotherapeut

Paartherapeut

Heilpraktiker (Psychotherapie)

*1952, verheiratet und
Vater von 3 erwachsenen Kindern.
Eigene Praxis seit 1986.

Ein wichtiges Ziel meiner Arbeit ist es, die lebensbejahenden Kräfte zu stärken und die Verbindung von Körper, Seele und Geist zu fördern. Aus dieser Einheit heraus lassen sich die Beziehungen zu Mitmenschen, zur Welt und zur Natur neu gestalten.



praxisbösch

lebendig lieben

liebevoll leben

Christoph Bösch
Anita Weiß-Bösch

Praxis für Körperpsychotherapie,
Paartherapie, persönliche Entwicklung

Hofackerstraße 25 | 79110 Freiburg
Tel. 0761 810 95 | www.praxisboesch.de

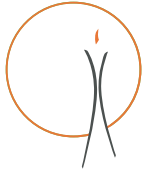
Die Fülle des Lebens leben

körpertherapeutische Jahresgruppe
für Frauen und Männer

praxisbösch Praxis für Körperpsychotherapie,
Paartherapie, persönliche Entwicklung

Das Ich wird am Du. Alles wirkliche Leben ist Begegnung.

Martin Buber



Persönliche Entwicklung

Unsere Vergangenheit wirkt in unsere Gegenwart hinein. Nutzen Sie ihre Chance als Erwachsener. Nehmen Sie einengende Lebensmuster wahr und verwandeln sie diese. Körperorientierte Psychotherapie hilft Ihnen, Ihre Lebendigkeit neu zu entdecken, emotional zu wachsen und zu reifen. Damit Ihre Seele im Körper wieder ihr Zuhause hat.

Einengende Muster

Wünschen auch Sie sich ein erfülltes Leben? Unsere Ahnung von diesem ersehnten Leben wird überschattet von Verletzungen, kraftraubenden Behelfslösungen und alten Mustern. In unserer Kindheit haben wir seelische Begrenzungen erfahren, Grundbedürfnisse wurden nicht immer gestillt. Lassen Sie sich nicht weiter behindern von diesen Einschränkungen und Verletzungen. Machen Sie sich auf den Weg zur Entwicklung Ihres wahren Selbst.

Lebendige Körpersprache

Unsere erste Sprache ist die Körpersprache. Der Körper ist Sprachrohr unserer Gefühle und Stimme unserer Seele. In und mit ihm erleben und gestalten wir unser Sein, begegnen wir

den Menschen und der Welt. Ihr Körper schweigt nie, er speichert alle Kapitel Ihrer Lebensgeschichte und sehnt sich nach einem lebendigen Ausdruck. Leben Sie Ihre Sehnsucht.

Lebendige Gefühle

Auf dem Weg zu einem erfüllten Leben erleben wir Freude, Trauer, Angst und Wut. Heißen Sie auch Ihre unangenehmen Gefühle als Ausdruck Ihrer inneren Lebendigkeit willkommen. Lernen Sie, Ihre Gefühle zu steuern.

Therapeutische Gruppe

Probleme entstehen im Miteinander von Menschen. Im Miteinander der Gruppe erleben Sie Schönes und Schwieriges, wie auch im sonstigen Leben. Doch hier erleben Sie sich selbst bewusster. Sie kommen den Wurzeln Ihrer Probleme auf die Spur. Sie erfahren Ihre Lebendigkeit und erproben neue Verhaltensweisen für ein Leben in Fülle. Die Verbindlichkeit einer Jahresgruppe ermöglicht eine kontinuierliche Entwicklung, die in den Alltag hinein wirkt.

Habe ich meinen Körper verloren, so
habe ich mich selbst verloren. Finde ich
meinen Körper, so finde ich mich selbst.

Vladimir Iljine