ZIST gemeinnützige GmbH - Zist 1 - 82377 Penzberg

Kontakt- und Bindungsfähigkeit

Ein Einführungsworkshop in die Bodynamic Arbeit

Termin:	Fr., 24.10.2025, 18.30 h bis So., 26.10.2025, 14.00 h
Ort:	ZIST Penzberg, Penzberg
Kursgebühr:	295 € (zuzüglich Vollpension)
Kursnummer:	251033
Leitung:	Michael Rupp

Die Fähigkeit zur Kontakt- und Bindungsfähigkeit ist wesentlich für das Schließen von Freundschaften oder den Aufbau einer intimen Partnerschaft.

Eine besonders wichtige Rolle spielt diese Fähigkeit darüber hinaus auch bei der Überwindung und Heilung interpersonaler traumatischer Erfahrungen. Trauma verletzt unser Vertrauen und unser Gefühl der Sicherheit in Bezug auf alle Personen – dann ziehen wir uns meist emotional und körperlich zurück.

Die Fähigkeit, bewusst und offen Kontakte einzugehen, ist eine wichtige Ressource, um neue Beziehungserfahrungen zu machen und alte Verletzungen zu überwinden. Sie ist deshalb ein wesentlicher Faktor somatischer Resilienz.

An diesem Wochenende *reisen* wir mittels körperlicher Übungen durch die frühen Entwicklungsphasen des Kindes und werden gemeinsam erfahren, wie das Kind diese spezifische Fähigkeit schrittweise aufbauen und verkörpern lernt.

Dabei nutzen wir besonders altersspezifische motorische Bewegungen, um die jeweiligen Faszien und Muskeln und die ihnen innewohnenden natürlichen Ressourcen neu zu aktivieren.

Alle Übungen werden mit einem Partner (m/w/d) oder in der Gruppe ausgeführt, damit wir die Möglichkeit haben, neue, heilsame Beziehungserfahrungen zu machen.

Mehr über die körperpsychotherapeutische Arbeit Bodynamic unter: www.bodynamic.de

Flyer zum Herunterladen

Michael Rupp

ist Heilpraktiker beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie in eigener Praxis in München. Davor war er viele Jahre als Sozialpädagoge in der Jugendhilfe tätig, davon fünf Jahre in der Leitung. Gleichzeitig arbeitete er im therapeutischen Fachdienst für zwei heilpädagogischen Tagesstätten. Er wurde in

verschiedenen humanistischen Therapieformen, wie Bioenergetik und Arbeit mit dem Inneren Kind ausgebildet und studierte sieben Jahre Transpersonale Psychologie im Diamond Logos unter der Leitung von Faisal Muqaddam. Er ist Bodynamic Therapeut, Supervisor und unterrichtet als Trainer Bodynamic Foundation, Practitioner und Schock/Trauma in Deutschland und international, unter anderem in Kanada, England und der Türkei.

Internet: www.bodynamic.de

URL: https://www.zist.de/de/veranstaltung/fort-weiter-und-ausbildung/kontakt-und-bindungsfaehigkeit