

„Qi Gong in der Therapie und Selbstfürsorge“

Fortbildung für Ärzte, Psychotherapeuten und Qi Gong Lehrer

akkreditiert von der Psychotherapeutenkammer

Qi Gong sind „Kultivierungsübungen für Körper und Geist“ aus China. Durch einfache, achtsame Bewegungen, bewusste Atmung, Visualisierung und Imaginationstechniken, fördern sie die Selbstwahrnehmung und Stabilisierung der Ich-Identität. Qi Gong basiert auf dem Wissen der chinesischen Medizin. Diese benutzt eine sehr bildhafte Sprache, um Zusammenhänge zwischen Körper und Geist zu erläutern und ermöglicht so ein tieferes Verständnis des Patienten für das eigene Befinden. Zusätzlich geben die Übungen dem Patienten die Möglichkeit durch die Praxis der Übungen, Veränderungsprozesse aktiv zu unterstützen und die Selbstregulation zu fördern. Den Therapeuten Möglichkeiten und Ermutigung zur Selbstfürsorge zu geben ist ein weiteres Anliegen der Seminare.

In dieser Fortbildungsreihe erlernen sie einzelne Übungen des Qi Gong, ihre Einsatzmöglichkeiten in der Einzeltherapie und das Gestalten eines Unterrichts in ressourcenorientierten Gruppen. Alle Übungen werden vor dem Hintergrund sowohl der chinesischen Medizin, als auch der westlichen Wissenschaften (Psychologie / Neurobiologie) erläutert.

Die Fortbildungsreihe besteht aus 5 Wochenenden (benannt nach den chin. Jahreszeiten), mit jeweils unterschiedlichem Schwerpunkt.

Die Seminare bauen nicht aufeinander auf und sind einzeln buchbar. Für einen fundierten Einsatz in der Therapie wird aber der Besuch des kompletten Seminarzyklus empfohlen.

Herbst – Ziele und Grenzen setzen, Trauern dürfen, Entscheidungen treffen, in Kontakt kommen, loslassen können, 25./26. November 2017

Winter – Lebensvertrauen stärken, Umgang mit Angst und Schuld, Verzeihen können, aber nicht müssen, Halt finden, 27./28. Januar 2018

Frühling – Persönlichkeitsentfaltung, Emotionen regulieren, Fokussierung von Kräften und Zielen, 17./18. März 2018

Sommer – Umgang mit Stress und seelischen Verletzungen, Stärkung des Selbstbewusstseins, Respekt und Achtung leben, 09./10. Juni 2018

Spätsommer – Stärkung der Selbstfürsorge, Körperwahrnehmung, Sozialkompetenz und Zufriedenheit fördern, 08./09. September 2018

Seminarort: Veranstaltungsräume „Esplande“, Nauwieserstr. 5, 66111 Saarbrücken

Seminarzeiten: Samstag: 10:00 – 17:30 Uhr, Sonntag: 9:30 – 12:00 Uhr

Akkreditierung: pro Seminar 17 Fortbildungspunkte

Seminargebühr: je € 190 (inkl. Skript)

Dozenten:

Katrin Blumenberg

anerkannte Qi Gong Ausbilderin (ausgebildet in der V.R. China), unterrichtet seit über 12 Jahren in der SHG Klinik Merzig und dem St. Franziskus Krankenhaus Saarburg in den Abteilung Psychosomatik, Schmerztherapie und Psychiatrie. Referentin auf Fachtagungen, Autorin.

Dipl.-Psych. Peter Neidhardt

Psychologischer Psychotherapeut in eigener Praxis in Saarbrücken, praktiziert seit über 25 Jahren Qi Gong, Erfahrung in der Anleitung von Qi Gong Gruppen im stationären psychotherapeutischen Rahmen, integriert Qi Gong in seine körperorientierte Einzelpsychotherapie.