

„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 und Visualisierung fördern sie die Selbstwahrnehmung und Stabilisierung der Ich-Identität. Qi Gong basiert auf dem Wissen der chinesischen Medizin und Philosophie. 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.

Am Anschlusswochenende können alle teilnehmen, die jede Jahreszeit besucht haben. Dort werden alle Übungen wiederholt und vertieft. Durch eine Abschlussprüfung erwerben Sie sich ein Zertifikat und eine Unterrichtslizenz.

Herbst – 20./21.Oktober 2018

Ziele und Grenzen setzen, Trauern dürfen, Entscheidungen treffen, in Kontakt kommen, loslassen können

Winter – 12./13.Januar 2019

Lebensvertrauen stärken, Umgang mit Angst und Schuld, Verzeihen können, aber nicht müssen, Halt finden

Frühling – 02./03.März 2019

Persönlichkeitsentfaltung, Emotionen regulieren, Fokussierung von Kräften und Zielen

Sommer – 06./07. Juli 2019

Umgang mit Stress und seelischen Verletzungen, Stärkung des Selbstbewusstseins, Respekt und Achtung leben

Spätsommer – 28./29. September 2019

Stärkung der Selbstfürsorge ,Körperwahrnehmung, Sozialkompetenz und Zufriedenheit fördern

Abschlussseminar – 15. - 17. November 2019

Wiederholung, Vertiefung, Abschlussprüfung

(zusätzlich Freitag 17:00 – 19:00 Uhr, 19 FP, € 260)

Seminarort: Quartier Europabahnhof „Entrez“, Europaallee 20, 66113 Saarbrücken

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

Akkreditierung: pro Seminar 17 Fortbildungspunkte

Seminargebühr: je € 230 (inkl. Skript)

Dozentinnen:

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.

Rita Pabst

Psychologische Psychotherapeutin, www.gesundheit-staerken.com, tätig in eigener Praxis, Leiterin in der Psychotherapeutischen Weiterbildung (Personzentrierte Psychotherapie nach ROGERS und Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie), setze Qigong als ressourcenstärkende und erlebensaktivierende Methode ein in der Einzeltherapie und präventiv, sowie kurativ in der Gruppe.

Information und Anmeldung: ZHENG YI DAO Seminare, info@qigong-vier-jahreszeiten.de

Tel: 06865-180878, www.qigong-vier-jahreszeiten.de