



## Süddeutsche Gesellschaft für Bioenergetische Analyse

In Kooperation mit dem International Institute for Bioenergetic Analysis

Gründer: Alexander Lowen

### Orientierungsseminare 2025

Die Orientierungsseminare dienen dazu, die Bioenergetische Analyse kennen zu lernen. Im Fokus stehen bioenergetische Übungen, Selbsterfahrung und theoretische Impulse. Dabei arbeiten wir in der Gruppe, einzeln oder in Paaren. Die Seminare richten sich an Menschen in beratenden, therapeutischen, heilenden und pädagogischen Berufen, die darüber nachdenken, die Weiterbildung „Bioenergetische\*r Berater\*in“ oder „Bioenergetische\*r Analytiker\*in“ zu beginnen. Die Seminare sind einzeln buchbar. Sie können als Ersatz für versäumte Seminare in der Weiterbildung anerkannt werden.

07.-09. März 2025

#### Grounding & Flow

In diesem Seminar erkunden wir, wie wir gehaltene Emotionen ins Fließen bringen können. Dazu gehört aus bioenergetischer Sicht ein sicheres Grounding: sich im Körper verankern und den Boden spüren. Denn wer geerdet ist, kann einfacher loslassen. Das ist für viele ein Risiko und braucht Mut. Dieses Seminar öffnet einen Raum, Emotionen durch sich hindurch zu lassen und sich darüber auszutauschen.

30. Mai – 01. Juni 2025

#### Nähe & Distanz

Zwischen dem Wunsch nach Abgrenzung und dem gleichzeitigen Wunsch nach Verbundenheit sitzen viele wie zwischen zwei Stühlen. Wo genau – das hängt von der jeweils individuellen Geschichte ab. Bei diesem Seminar wird es darum gehen, die eigenen (Körper-) Grenzen wahrzunehmen und zu äußern und gleichzeitig offen für Nähe zu bleiben.

29.-31. August 2025

#### Der Stress mit dem Stress

Stress hat viele Ausprägungen: Zwischen Alltagsstress und traumatischem Stress gibt es eine große Bandbreite. Stress macht atemlos, lässt den Boden unter den Füßen ins Wanken geraten, versetzt den Körper in Spannung und schränkt die Lebensfreude ein, manchmal bis hin zur Depression. In diesem Seminar erkunden wir eigenen verkörperten Stress und erproben miteinander, wie wir ihn lösen können.

**Leitung** Doris Joachim, CBT, Lehrtherapeutin, Assistentin bei der laufenden Weiterbildung  
Jutta Gewahl, CBT, Lehrtherapeutin, Assistentin bei der laufenden Weiterbildung

**Ort** Mannheim

**Zeiten** jeweils Freitag 18 Uhr bis Sonntag 13 Uhr

**Kosten** je Seminar 320,00 €

#### Kontakt und Anmeldung

Henriette Schmeiser, Mitglied im Weiterbildungsausschuss

Tel. +49 (0) 151 41624791

[weiterbildungsausschuss@sgfba.de](mailto:weiterbildungsausschuss@sgfba.de)

[www.sgfba.de](http://www.sgfba.de)