



## **Süddeutsche Gesellschaft für Bioenergetische Analyse**

In Kooperation mit dem International Institute for Bioenergetic Analysis

Gründer: Alexander Lowen

### **Vom Wort zum Körper – Vom Körper zum Wort**

Die Weiterbildung richtet sich an Menschen in beratenden, therapeutischen, heilenden und pädagogischen Berufen, die daran interessiert sind, die körperpsychotherapeutischen Methoden und Konzepte auf der Grundlage der Bioenergetischen Analyse berufsbezogen oder psychotherapeutisch anzuwenden. Die Seminare können einzeln gebucht werden.

### **Weiterbildungsseminare 2025/2026 – Grundkurs Modul 1**

#### **1. Einführungsseminar I: Die Rolle der Atmung bei der Wahrnehmung und dem Ausdruck von Emotionen – Am Beispiel der Depression**

24.-26. 10.2025

In der eingeschränkten Atmung verkörpert sich die früheste und wirkungsvollste Abwehr schmerzlicher und unerwünschter Emotionen. Doch wer nur halb atmet, der lebt auch nur halb. Bei vielen seelischen Störungen zeigt sich eine eingeschränkte Atmung. Am Beispiel der depressiven Störung, bei der die Vertiefung der Atmung eine wesentliche Rolle spielt, wird die körperpsychotherapeutische Arbeit mit der Atmung vorgestellt und erfahrbar gemacht. Das bioenergetische Verständnis der Depression und die Atemarbeit stehen im Vordergrund.

#### **2. Einführungsseminar II: Selbstwahrnehmung und Selbstausdruck – Am Beispiel psychosomatischer Störungen**

28.-30.11.2025

Die Wahrnehmung eigener Bedürfnisse, Gefühle und Körpergefühle sowie deren nonverbaler Ausdruck, deren verbale Benennung und Konsequenzen durch Folgehandlungen sind bei Menschen mit psychosomatischen Störungen meist unterentwickelt oder gestört. Die Bioenergetische Analyse bietet hier körperpsychotherapeutische Ansätze und Techniken, innere Prozesse aufzuspüren, daraus eine konsistente Selbstwahrnehmung zu entwickeln sowie Wege, sich mehr und adäquater auszudrücken, deutlicher abzugrenzen und mehr für sich einzustehen.

#### **3. Der körperpsychotherapeutische Ansatz der Bioenergetischen Analyse bei der Posttraumatischen Belastungsstörung**

16.-18.01.2026

Belastende Ereignisse wie schwere Unfälle, sexueller Missbrauch, emotionaler Missbrauch, Gewalt, Krieg und Flucht können zur Posttraumatischen Belastungsstörung führen. Es werden bioenergetische Körperinterventionen zur Stabilisierung, zum Umgang mit Flashbacks, dissoziativem Verhalten, traumatischer Scham und zur Lösung des traumatischen Schocks vorgestellt und im Schutz der Gruppe erfahrbar gemacht.

#### 4. Die Verbindung von Selbst (-wert) und Körper selbst – Am Beispiel der narzisstischen Störung

27.02.-01.03.2026

Die Bioenergetische Analyse sieht das Selbst und das Körper selbst als Einheit. Menschen mit einer narzisstischen Störung haben dauerhaft wenig oder keinen Kontakt zu ihrem Selbst und ihrem Körper. Aus der Sicht der Körperpsychotherapie ist es möglich, über Körperwahrnehmung und Körperarbeit Kontakt zu den innersten Gefühlen aufzunehmen und Sicherheit im Körper und im Körper selbst zu finden. Das bioenergetische Verständnis der narzisstischen Störung und die Körperarbeit mit dem Ziel, dem Menschen den Zugang zum Selbst(-wert) und Körper selbst zu ermöglichen, stehen im Vordergrund.

#### 5. Kontakt und Berührung in der Körperpsychotherapie

27.-29.03.2026

Ein gelungener Kontakt zu sich selbst und zum anderen ist Grundlage jeder Therapieform. Unterschiedlichste Formen von Kontakt und Berührung, wie z.B. Blickkontakt, Fühl-Kontakt oder Kontakt mittels Berührung, werden vorgestellt und erprobt, um sie als therapeutisches Mittel einsetzen zu können. Unterschiedliche Berührungen als Interventionsmöglichkeiten des bioenergetischen Ansatzes, wie z.B. haltgebende, stärke und grenzsetzende Berührungen, werden in Partnerarbeit erprobt und gemeinsam erforscht. Praktische Übungen und Kurzreferate werden im Wechsel angeboten.

#### 6. Ausdruck und Containment – Am Beispiel der Borderline-Störung

08.-10.05.2026

Containment ist die Fähigkeit des Sich-Haltens, die flexible Eindämmung bzw. schützende Umhüllung für entbundene oder freier fließende Energie. Gelingendes/gelungenes Containment ist Voraussetzung dafür, dass durch körperlich-emotionalen Ausdruck der Kontakt zu sich selbst und zur Außenwelt vertieft werden kann. Die körperpsychotherapeutische Behandlung der Borderline-Störung erfordert insbesondere Aufbau und Stärkung von Containment für gefühltes Selbst-Erleben und gefühlten Selbst-Ausdruck in Beziehung mit anderen Menschen.

**Ort** Mannheim

**Zeiten** jeweils Freitag 18.00 Uhr bis Sonntag 13.00 Uhr

**Kosten** Bei Buchung eines einzelnen Seminars: 350,00 €.

Bei Buchung eines ganzen Moduls: 1.920,00 € (Zahlbar in 5 Raten à 350,00 € und einer 6. Rate über 170 €).

Verbindlich angemeldet sind Sie mit der Überweisung der Anmeldegebühr (Anzahlung) von 50,00 € je Seminar (bzw. 300 € pro Modul) auf das Konto der Süddeutschen Gesellschaft für Bioenergetische Analyse.

Für die Restzahlung pro Seminar wird Ihnen jeweils zwei Wochen vor Beginn des Seminars eine Rechnung zugestellt.

**Die Seminare werden durch die Landespsychotherapeutenkammer Baden-Württemberg anerkannt.**

#### Kontakt und Anmeldung

Henriette Schmeiser, Mitglied im Weiterbildungsausschuss

Tel. +49 (0) 151 41624791

Thomas Heinrich, Vorsitz des Weiterbildungsausschusses

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

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