

UTA Akademie

Aus- und Weiterbildung

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln

Tel. +49-221-57407-0, info@uta-akademie.de

Bindung – Eine innewohnende Sehnsucht

Bindungsverletzungen erkennen und verstehen

Datum: **06.07.2023 - 09.07.2023**

Dauer: 4 Tage

Leitung: **Elisabeth Schneider-Kaiser**

Preis: **640,00 €**

[» Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung](#)

Ansprechpartnerin

Marion Bohr

Tel. 0221-57407-23

marion.bohr@uta-akademie.de

Montag - Freitag

11:00 - 16:00 Uhr

Die uns innewohnenden Bewegungen möchten sich lebendig in Kraft umsetzen können, denn wir alle streben nach Verbindung, Gesundheit, Lust und Freude.

Seminarbeschreibung

In der Entwicklungsgeschichte wurde diese lebendige Kraft oft nicht angemessen wahrgenommen und unterstützt, wodurch Verletzungen sowohl auf physischer als auch auf psychischer Ebene entstanden. Ob sich der Mensch in sein Inneres zurückzieht oder von der Außenwelt überflutet wird, lässt sich auf die Überlebensmechanismen zurückführen, die zur Verfügung stehen. Diese Dynamik einzusehen bringt oft Erleichterung, da wir Menschen dazu neigen, uns abzuwerten und selbst zu erniedrigen.

In diesem Seminar werden wir in einem geschützten Umfeld erkunden:

- Ressourcen, die uns unterstützen
- Die verschiedenen Dynamiken der Bindung
- Co- und Selbstregulation

- Grenzverletzungen verstehen und gesunde Grenzen erkunden

Seminarzeiten

Beginn am 1. Tag um 10:00 Uhr, Ende am letzten Tag um 17:00 Uhr