



Im Fluss mit dem Selbst ...

TANZ- UND
KÖRPERPSYCHOTHERAPIE



PRAXIS FÜR
AYURVEDISCHE
HEILKUNST

Im Fluss mit dem Selbst

Workshop mit IFS- (Internal Family System) und Tanztherapie

29. Mai – 1. Juni 2025

~~Zeit: 29. April – 1. Mai 2025~~ Ort: Margetshöchheim, nahe Würzburg

Im Laufe unseres Lebens haben sich in uns verschiedene Anteile gebildet, die einst sinnvoll waren und/oder auch heute in bestimmten Zusammenhängen noch zweckmäßig sind. In manchen Situationen erleben wir jedoch, dass der eine oder andere Teil von uns die Führung übernimmt und unser eigentliches, tieferes Selbst/Wesen an Kraft und Einfluss verliert. In der Arbeit mit dem System der inneren Familie, versuchen wir, die verschiedenen Teile zu identifizieren, zu verstehen, zu entlasten und zu integrieren. Tanztherapie ermöglicht es die Inneren Anteile in der Bewegung zu erforschen und ihnen Ausdruck zu verleihen. Sind sie externalisiert, bekommen wir Abstand, können sie leichter erkennen und ihnen mit Mitgefühl begegnen. Die Kombination der IFS Methode und Tanztherapie erlaubt es uns spielerisch in Kontakt mit den Anteilen zu treten.

Es kann Raum entstehen und manch eine Erstarrung wieder ins Fließen kommen. So können alle Teile zu einem gesunden System zusammenwachsen.

Kursleitung:



Inga Mayer

Heilpraktikerin
Körperpsychotherapie,
IFS Therapeutin,
MBSR- & MSC-Lehrerin



Helga Köhler

Heilpraktikerin-Psychotherapie
Dipl Pädagogin,
Tanztherapeutin-Dansergia,
Process Inquiry

Mehr Informationen + Anmeldung

www.ayurvedische-heilkunst.de

info@ayurvedische-heilkunst.de



www.tanztherapie-wuerzburg.com

tanztherapiewuerzburg@gmail.com

