



Ostschweizer Forum für
PSYCHISCHE GESUNDHEIT



STEIN EGERTA



Fachseminar

Body 2 Brain

Level I

Neue körpertherapeutische Methoden
Praxisvertiefung

Mittwoch, 23. Oktober 2019, 09.00-16.30 Uhr

Stein Egerta, 9494 Schaan

Die **Body 2 Brain**-Methode wurde von der Neurologin und Körperpsychotherapeutin Dr. Claudia Croos-Müller entwickelt. Sie beruht auf den neurowissenschaftlichen Erkenntnissen der wechselseitigen Beeinflussung von Körper und Gefühlen: **Embodiment**.

Im Fachseminar **Level I** werden die Basiskenntnisse von Body 2 Brain Basic **vertieft**. Affektstabilisierung, Selbstwirksamkeit und Selbstfürsorge durch Body 2 Brain: Durch bestimmte willentliche Körperhaltungen und Körpertätigkeiten – Mimik, Gestik, sensomotorische Abläufe - können Klient/innen lernen, ihre **Affekte** zu beeinflussen – beruhigend bei Wut und Panik oder stimulierend bei Niedergeschlagenheit/Depression und Ängstlichkeit. Besonders nach Traumatisierung ist diese Möglichkeit zur **Selbstwirksamkeit** für Betroffene sehr wertvoll.

Level I dient der gezielten Anwendung von Body 2 Brain-Übungen bei verschiedenen Störungen/Symptomen/Krankheitsbildern. Level I ist auch als Element der **Selbstfürsorge** für Therapeutinnen und Therapeuten konzipiert. Kurze theoretische Inputs, Anwendung und Anleitung anhand von (möglichst eigenen, mitgebrachten) Fallbeispielen; Übungen/Implementierung in Gross- und Kleingruppe. Aktive Embodiment-Mitarbeit wird vorausgesetzt.

Zielgruppe

Ärztliche und psychologische **Psychotherapeut/innen**, Ausübende von **Heilberufen** und **psychosozialen Berufen** sowie Berufsgruppen aus den Bereichen **Gesundheitsfachberufe/Pflege/Fachpflege**. Das Seminar ist konzipiert, um durch Übung und Vertiefung Sicherheit in der Methode zu erlangen und Klient/innen anleiten zu können.

Leitung

Dr. Claudia Croos-Müller, Ärztin für Neurologie, Nervenheilkunde und Psychotherapie, Traumatherapeutin, Europa-zertifizierte EMDR-Therapeutin; Balint Gruppenleiterin (BLÄK), ehemalige leitende Ärztin dieses Fachbereichs am Klinikum Rosenheim; Autorin zahlreicher Bücher und international gefragte Seminarleiterin



Näheres zur Methode: <http://www.croos-mueller.de>

Termin: Mittwoch, 23.10.2019, 9.00 bis 16.30 Uhr

Ort: Seminarzentrum Stein Egerta, Schaan

Kosten: CHF 360.-
inkl. Pausenverpflegung und Mittagessen

Anmeldung: 00423 232 48 22 oder
info@steinegerta.li („Kurs 32A05“)

Hinweis: Voraussetzung für die Teilnahme: Besuch von Body 2 Brain **Basic** (Kurs Nr. 32A03 am 18.9.19).

Organisation Stein Egerta / Gabi Jansen in Kooperation mit dem **Ostschweizer Forum für psychische Gesundheit** und dem **Amt für Gesundheit**

Weitere interessante Anlässe in Liechtenstein:

Workshop:

«**Selbstfürsorge – für gute Gefühle sorgen**»

Dienstag, 17.9.2019, 09.00 Uhr, Schaan

Vortrag:

«**Mut in schwierigen Zeiten**»

Dienstag, 17.9.2019, 19.30 Uhr, Eschen

Freiluftausstellung in der Stein Egerta:

«**10 Impulse für psychische Gesundheit**»

Do, 29.8. (Vernissage, 18.00h) bis Mitte November 2019

Fortbildung für Fachpersonen:

«**Body to Brain**» (Level I)

Mittwoch, 23.10.2019, 09.00 Uhr, Schaan

Vortrag:

«**Bleib cool – Überlebensstipps für den Arbeitsalltag**»

Montag, 21.10.2019, 19.30 Uhr, Schaan

Theater zum Tag der psychischen Gesundheit:

«**Grosse kleine Schwester**»

Mi/Do, 30./31.10.2019, jeweils 20.00 Uhr, Vaduz

Kurs:

«**Erste Hilfe für die Seele**» (3 Abende)

Mittwoch, 6.11.2019, 19.00 Uhr, Schaan

Vortrag:

«**Stolpersteine auf dem Weg ins Glück**»

Dienstag, 12.11.2019, 19.30 Uhr, Schaan

Talk im Kunstmuseum:

«**Dialog über das Menschliche in Zeiten der Wende**»

Donnerstag, 5.12.2019, 18.00 Uhr, Vaduz

Details, weitere Anlässe und zusätzliche Infos:

www.ofpg.ch

Stand der Infos: 21.5.2019