

Co-Abhängigkeit in der atemtherapeutischen Praxis „Die Sucht, gebraucht zu werden“

Inhalt

„Co-Abhängige brauchen es gebraucht zu werden.

- suchen mehr Bestätigung bei anderen als bei sich selbst.
- Sie wollen es meistens allen recht machen.
- Sie nehmen häufig alles persönlich.
- Sie übernehmen für andere zu viel Verantwortung.“

Auszug aus den Merkmalen zur Co-Abhängigkeit des 12-Schritte-Programms

Wenn wir das Leben anderer wichtiger nehmen als das eigene, die Aufmerksamkeit in ungesundem Maße mehr bei den anderen Menschen ist als bei uns selbst, und wir den Kontakt zu dem, was persönlich wichtig und gut ist, verlieren, dann sprechen wir von co-abhängigem Verhalten.

Betroffen sind meist Angehörige von Alkohol- und anderen Suchtkranken sowie von chronisch und schwer kranken Menschen, Menschen mit Missbrauchserfahrungen und solche, die in sozial ungünstigen Familienverhältnissen aufgewachsen sind. Ebenfalls betroffen sein können Personen, die in helfenden Berufen tätig sind.

Dieses Seminar eignet sich zur Selbstreflexion für Menschen, die im therapeutischen Bereich arbeiten. Durch Selbsterfahrungsübungen (Textarbeit und Gespräch) werden wir uns mit dem Thema vertraut machen und die Gelegenheit haben, unser eigenes Beziehungsverhalten zu hinterfragen. Für das therapeutische Setting ist dies eine hilfreiche Übung, die eigenen Bedürfnisse im Blick zu behalten. Im Hinblick auf den Klienten werden wir uns einen theoretischen Hintergrund erarbeiten, um mit dieser Diagnose adäquat umgehen zu können.

Atem- und Bewegungsübungen unterstützen die Erfahrungen. Empfindungs-, Lösungs- und Zentrierungsarbeit sind unsere Eckpfeiler und werden uns bei der Erarbeitung unseres Themas begleiten.

Voraussetzung zur Teilnahme an dieser Fortbildung ist die Bereitschaft eigene Verhaltensmuster zu betrachten und dem Thema Co-Abhängigkeit im eigenen Leben sowohl als auch in der therapeutischen Rolle auf die Spur zu kommen.

Diese Arbeit wird unsere Kompetenz im Beruf stärken und die Kraft in unserer persönlichen Mitte beleben.

Termin

Freitag, **12.Nov.2010** 17:00 – 20:30 Uhr

Samstag, **13.Nov.2010** 10:00 – 17:30 Uhr

Kursort

Yogawerkstatt, Plinganserstr. 23, 81369 München,
Eingang halbe Treppe Oberländerstraße.

Anmeldung

Bitte schriftlich an Brigitte Maas, Alte Allee 28, 81245 München

E-Mail: maas.brigitte@t-online.de, Tel: 089 / 820 14 38

Anmeldeschluss: 29. Okt. 2010

Kosten

140,- € für Mitglieder der AFA, 190,- € für Nichtmitglieder

Die Kursgebühr überweisen Sie bitte bei Anmeldung auf das Konto Daniela von Stosch, Ktnr: 182 817 25, BLZ 701 500 00 Stadtparkasse München.

Referentin

Daniela von Stosch

Vita

Atemtherapeutin®, Psychotherapie (HpG),

Ausbildung nach der Methode des Erfahrbaren Atems (Middendorf), Weiterbildung in Gestalttherapie und Körperpsychotherapie.

Praxiserfahrung seit 1991. www.suchtbegleitung.de

Langjährige Mitarbeit im Blauen-Kreuz/Suchtberatungsstelle.