

 Psychotherapie

Ganzheitliche Tanztherapie – Einführung

Vermutlich existiert der Tanz als Ausdrucks- und Heilmittel – oder auch zur Bewältigung von Lebensereignissen – schon seit Anbeginn der Menschheit.

Die ganzheitliche Tanztherapie hat diese Grundgedanken aufgegriffen und zu einer eigenen Therapieform entwickelt. In unserem Gesundheitssystem wird sie den künstlerischen und kreativen Psychotherapieformen zugeordnet. Ihr liegt die Grundannahme einer Einheit und Wechselwirkung körperlicher, emotionaler, psychischer, kognitiver und sozialer Prozesse zugrunde.

Kernbestandteil der Therapie ist der Tanz mit seinen unterschiedlichen Bewegungs- und Ausdrucksformen in Verbindung mit dem reflektierenden Gespräch. Gerade die Sprache des Körpers bietet hier eine erhebliche

Erweiterung der therapeutischen Kommunikation.

Dieses Seminar vermittelt einen ersten Eindruck über Möglichkeiten des Einsatzes tanztherapeutischer Interventionen in die Psychotherapie. Vorgestellt und erlebt werden eine Auswahl an theoretischen und praktischen Elementen, die in Gruppen und im Einzelsetting anwendbar sind.

Lehrinhalte dieser Fortbildung:

- Theoretische Einführung in die Tanztherapie: Definition, Anwendungsgebiete, Indikation / Kontraindikation
- Einführung in die Bewegungsanalyse
- In der Körperwahrnehmung einen Zugang zum Körper ermöglichen
- Achtsamkeit, Atem und Entspannung in Bewegung
- Kreative Gestaltung mit Medien
- Bearbeitung von emotionalen Erlebnisinhalten
- Einsatz von Musik
- Tanztherapie mit Kindern
- Methode des Verraumens
- Aufbau von tanztherapeutischen Angeboten

Das Seminar richtet sich an Menschen, die therapeutisch oder beraterisch arbeiten oder arbeiten wollen und daran interessiert sind, ihr Angebot um die Tanztherapie zu erweitern.

Eine Bereitschaft, sich zu Musik zu bewegen und auszudrücken, wird vorausgesetzt. Jedes Thema wird `am eigenen Leib` erfahren.

Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Unterlage zum Liegen mit.

Termine

Sa, 12.09.2026
10:00–17:00 Uhr

So, 13.09.2026
10:00–17:00 Uhr

[und 2 mehr](#)

Preis

463,25 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Bielefeld
Herforder Str. 74
33602 Bielefeld
Tel. 0521-136 80 63

Seminarnummer

SSH48150826

Anmeldemöglichkeiten

- ☑ Bei jeder Akademie
- ☑ Per Fax: 0261-952 52 33
- ☑ Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 13.08.2026

Dozentin

Doris Schaefer

Jg. 1951, verheiratet. Als ausgebildete Bühnentänzerin, Choreografin und Yogalehrerin leitete sie von 1981–2000 das TanzTheater Regenbogen Koblenz. Für ihre künstlerische Arbeit erhielt sie 1998 den Kulturpreis der Stadt Koblenz. Sie absolvierte verschiedene Weiterbildungen an den Paracelsus Schulen wie Systemisches Coaching, Klientenzentrierte Gesprächsführung nach Rogers und Kognitive Verhaltenstherapie. Sie ist zertifiziert in Yoga-Meditationstherapie, Musik-Kinesiologie, als Ayurveda Gesundheits- und Ernährungsberaterin, sowie als Lehrerin von Paul Ferrini. Frau Schaefer ist seit 2002 in der Erwachsenenbildung in der Leitung von Körperarbeit und kreativer Selbsterfahrung tätig.