

 Psychotherapie

Embodiment – Kopf und Körper als Team – Grundkurs

Das Embodiment Grundlagenseminar vermittelt die theoretischen und praktischen Grundlagen des Embodiment-Ansatzes in der Psychotherapie.

Embodiment bedeutet, dass psychische Prozesse nicht nur im Denken oder Fühlen stattfinden, sondern untrennbar mit dem Körper verbunden sind.

Körperhaltung, Atmung, Mimik, Muskeltonus und Bewegungsmuster beeinflussen,

- wie wir wahrnehmen,
- wie wir denken,
- wie wir fühlen,
- wie wir handeln

und umgekehrt.

Theoretische Grundlagen:

Verständnis dafür, wie Körper und Gehirn emotionales Erleben, Selbstregulation und Beziehungsgestaltungen prägen.

Praktische Methoden:

- Arbeit mit Haltung, Atem und Bewegung zur Unterstützung emotionaler Regulation
- Techniken zur Verbesserung von Präsenz, Selbstwahrnehmung und Selbstwirksamkeit.
- Umgang mit körperbasierten Reaktionen, wie Anspannung, Rückzug, Übererregung oder Erstarrung.
- Sensible und ressourcenorientierte Begleitung von Klient/innen mit Einbeziehung der Körperwahrnehmung von Emotionen.
- Persönliche Erfahrung und Selbstreflexion

Ein zentrales Element des Seminars ist das eigene Erleben:

Therapeut/innen erfahren Embodiment - Techniken und ihre Wirkung auf Körper und Geist.

In diesem Seminar lernen Therapeut/innen, diese Wechselwirkungen gezielt für therapeutische Prozesse zu nutzen.

Das Embodiment Seminar befähigt Therapeut/innen, den Körper als Ressource in der Psychotherapie wirkungsvoll einzusetzen.

Es schafft die Basis, um Patient/innen und Klient/innen dabei zu unterstützen, innere Zustände besser zu regulieren und den emotionalen Zugang zu erleichtern.

Termine

Sa, 24.01.2026
10:00–17:00 Uhr

So, 25.01.2026
10:00–17:00 Uhr

Preis

320,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Tübingen
Derendinger Str. 40 /2
72072 Tübingen
Tel. 07071-97 38 38

Seminarnummer

SSA74240126

Anmeldemöglichkeiten

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



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 30.12.2025

Dozentin

Dagmar Rothfuß

Jg. 1968, verheiratet. Frau Rothfuß absolvierte eine Ausbildung zur Arzthelferin und arbeitete einige Jahre im medizinischen Sektor, bevor sie fast 15 Jahre im global agierenden Konzern tätig war. Während dieser Zeit absolvierte sie zwei Systemische Ausbildungen und beschäftigte sich mit der Gewaltfreien Kommunikation. Wertschätzend und empathisch bleiben in Konflikten ist der Dozentin eine Herzensangelegenheit.

Ihr professioneller Werdegang im Mobbing-Kontext und ihre darauf ausgerichteten Aus- und Weiterbildungen ergänzen ihr Profil. Die Dozentin ist eine echte Gewaltfreie Kommunikations-`Nerdin`. Ihre Mobbing-Expertise bringt sie nun in den Paracelsus Schulen ein.