

## 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.
- Persönlich 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, 08.08.2026

10:00-17:00 Uhr

So, 09.08.2026

10:00-17:00 Uhr

## Preis

320,00 €

## Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule

Berlin

Hallerstraße 3-6

10587 Berlin

Tel. 030-89 09 21 93

## Seminarnummer

SSB10080826

## Anmeldemöglichkeiten

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



Irrtümer und Änderungen vorbehalten  
Erstellt 02.01.2026

Dozentin

## Birgit Steinke

Jg. 72, 1 Kind. Nach der Ausbildung zur Zahnärzthelferin mit anschließender Berufserfahrung fühlte sich Frau Birgit Steinke zunehmend zur Geschichtswissenschaft hingezogen. Sie absolvierte ein Magisterstudium in Geschichte und Zivilrecht an der Universität Hamburg und wurde im Fach Mittlere und Neuere Geschichte promoviert. Als ehrenamtliche Sterbegleiterin widmete sie sich auch dem Gebiet der Trauerbegleitung. Sie arbeitet ganzheitlich und spezialisierte sich auf Body2Brain nach Claudia Croos-Müller und auf Traumafachberatung. Seit 2019 ist Frau Steinke als Trauerbegleiterin und seit 2022 als Dozentin für die Themen Sterben, Tod und Trauer tätig und seit 2025 bringt sie ihre Erfahrungen und Kompetenz in diesem Bereich als Dozentin bei den Paracelsus Schulen mit.