Psychotherapie

Ganzheitliche Tanztherapie – Einführung

Sie möchten Ihr Angebot um eine künstlerische und körperorientierte Therapieform erweitern? Die ganzheitliche Tanztherapie unterstützt Sie genau dabei.

Tanz als Ausdrucks- und Heilmittel oder zur Bewältigung von Lebensereignissen ist vermutlich schon so alt wie die Menschheit selbst. Die ganzheitliche Tanztherapie baut darauf auf und ermöglicht es, bestimmten Themen über den Körper auszudrücken und sie zu erleben.

Kern der Therapie ist der Tanz mit seinen unterschiedlichen Bewegungs- und Ausdrucksformen in Verbindung mit reflektierenden Gesprächen. Gerade die Sprache des Körpers erweitert die therapeutische Kommunikation deutlich.

Im Seminar lernen Sie, wie Bewegung, Körperwahrnehmung und Gesprächsführung therapeutisch eingesetzt werden können. Sie erfahren, wie Sie die Wahrnehmung und Achtsamkeit bei Ihren Klientinnen und Klienten schärfen sowie eine tiefe Verbindung von Bewegung und Gefühl fördern, um den eigenen Fähigkeiten zu vertrauen und sie zum Ausdruck zu bringen. Es wird eine Auswahl an theoretischen und praktischen Elementen vorgestellt, die sowohl in Gruppen als auch im Einzelsetting anwendbar sind.

Inhalt:

- Einführung in die Tanztherapie
- Körperwahrnehmung als Zugang zum Körper
- Achtsamkeit, Atem und Entspannung in Bewegung
- Kreative Gestaltung mit Musik
- Verarbeitung emotionaler Erlebnisinhalte
- Tanztherapie mit Kindern
- Methode des Verraumens
- Aufbau von tanztherapeutischen Angeboten

Das Seminar richtet sich an Menschen, die therapeutisch oder beratend arbeiten oder arbeiten möchten und ihr Angebot um die Tanztherapie erweitern wollen.

Eine Bereitschaft zur Bewegung und zum Ausdruck mit Musik wird vorausgesetzt. Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

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

Termine

Do, 22.04.2027
10:00-17:00 Uhr
Fr, 23.04.2027
10:00-17:00 Uhr
und 2 mehr

Preis

545,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule Saarbrücken
Bahnhofstr. 31, 2.OG über Modehaus Zara
66111 Saarbrücken
Tel. 0681-3 22 62

Seminarnummer

SSH66080427

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf unserer Webseite

Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 05.11.2026

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.