

Tanz der Seele - Tanz aus dem Trauma mit Romana Tripolt

Eine therapeutische Gruppe für Menschen in Bewegung

„Und es kam der Tag als das Risiko eng in der Knospe zu verharren schmerzlicher war als das Risiko einzugehen aufzublühen“ (Anaïs Nin)



Früher oder später kommt der Moment an dem wir uns entscheiden zu heilen und zu wachsen, der Moment in dem wir uns auf die Suche machen und damit den ersten Schritt auf dem Heilungsweg machen.

In dieser Gruppe wird der Weg getanzt - im natürlichen Tanz, der entsteht wenn Bewegung mit Achtsamkeit und Hingabe verbunden ist. Dies bringt Geschichten, die aus dem Inneren kommen wieder ins Bewußtsein. Diese Er-Innerungen zu achten und gleichzeitig alte Überlebensmuster und Verhaltensweisen loszulassen, die nicht länger dienlich sind, wird so möglich. Denn sich beim Tanz zu öffnen und auszudehnen und dabei auch den alten Wunden und Schatten zu begegnen, bedeutet sich von ihnen zu lösen. Dies bringt eine neue Leichtigkeit und Freiheit, die sich immer dann zeigt wenn wir unserem wahren Wesen Raum geben.

Diese tänzerische Reise in die Leichtigkeit findet in einer sicheren und unterstützenden Atmosphäre von gegenseitigem Respekt und Anerkennung statt.

An 5 Nachmittagen arbeiten wir in einer kleinen, geschützten Gruppe mit 5Rhythm Movement Therapy, EMDR und Elementen aus der ressourcenorientierten Traumatherapie. Wir nutzen die Medizin der 5Rhythmen um mit achtsamer Aufmerksamkeit im Körper anzukommen. Imaginations-, Atem und Körperübungen unterstützen dabei.

Keine sportlichen oder sonstige Voraussetzungen nötig.

Therapieerfahrung ist empfehlenswert!

Bequeme Kleidung und eventuell Handtuch mitnehmen.

Begrenzte TeilnehmerInnenzahl!

Beginn: 21.März 2012 15 Uhr - 18 Uhr

Weitere Termine: 4., 11., 18. April, 2. Mai 2012

Adresse: 1070 Wien, Halbgasse 25/2/5

Kosten: 60€ pro Nachmittag = € 300 Gesamtkosten fällig beim 1 Termin.

Bei Einzahlung des Beitrags bis 29.2. € 275.-

Zuschuss über Krankenkasse möglich.

Auf Anfrage gibt es einige kostenlose Plätze für Personen in finanzieller Notlage.

Anmeldung: office@traumatherapie.at, oder telefonisch bei Martin Steixner 0676 5515233