



KAMALA MATTIS

26. / 27. NOVEMBER 2016

WOCHENENDSEMINAR

## **WAS UNS BERÜHRT - WAS UNS BEWEGT**

*Das Bedürfnis nach Berührung auf körperlicher, emotionaler und mentaler Ebene ist ein Grundbedürfnis des Menschen, vielleicht sogar aller Lebewesen. Vom Beginn unseres Lebens haben wir es allerdings mit angenehmen und unangenehmen oder sogar verletzenden und schmerzhaften Berührungen zu tun. So haben wir uns, entsprechend unserer frühen Beziehungserfahrungen, eine Reihe von Mustern und Strukturen angeeignet, die unseren Umgang und unsere Haltung in Zusammenhang mit Berührung bestimmen.*

*Im Seminar werden wir uns zunächst dafür interessieren, wie wir (lebensnotwendige) Berührung suchen oder ablehnen.*

*Es werden Übungen angeboten, die es leichter machen zwischen gelernter Reaktivität und unmittelbarer Wahrnehmung zu unterscheiden. Denn unsere Reaktivität ist oft intensiver als die unmittelbare Erfahrung und die Intensität der Reaktion ist meistens kein zuverlässiges Kriterium für eine Einschätzung der Wirklichkeit oder der realen Situation.*

*Neben diesen Übungen und vertiefenden Forschungsfragen wird es auch genügend Raum und Zeit für die Bearbeitung und Integration persönlicher Erfahrungen geben.*

Samstag 10-18 Uhr (Mittagspause)

Sonntag 10-15 Uhr

Kosten: 180,- €

Praxis Kamala Mattis

Eisenbahnstr. 41 (Ecke Poststrasse)

79098 Freiburg

Information und Anmeldung: Kamala Mattis

Tel 0761-20 24 113

Mail: [praxis@kamala-mattis.de](mailto:praxis@kamala-mattis.de)