

Titel

Thema:	Mit Körperarbeit zu mehr Selbstwahrnehmung und gesunder Abgrenzung I Präsenz
Veranstaltungsnummer:	2632G2702

Inhalt/Beschreibung

Beschreibung und didaktische Gestaltung:	In diesem Seminar arbeiten wir auf Basis körpertherapeutischer Ansätze, die die enge Verbindung von Körper und Psyche berücksichtigen. Diese Einheit bildet das Fundament für unsere Beziehungen, Begegnungen und Entscheidungen im Leben. Im besten Fall fließen sowohl Körper als auch Psyche in Entscheidungsprozesse ein, denn in deinem Körper existieren verschiedene Bereiche, in denen unterschiedliche Emotionen verankert sind. In diesem Seminar bekommst du einen Einblick zu den Grundlagen der Körpertherapie. Du erfährst, wie du deine körpereigene emotionale Intelligenz im Schulalltag besser für dich selbst einsetzen und im Klassenraum nutzen kannst. Mit den Ansätzen der Körpertherapie werden wir durch Atemtechniken, stärkende Erfahrungen in der Gruppe und Körperwahrnehmungsübungen die eigenen Grenzen und Bedürfnisse kennen- und verteidigen lernen. Denn nur ein klares Nein, ermöglicht auch ein aufrichtiges Ja. Ich lade Dich auf eine Reise ein, bei der wir zusammen Vertrauen, Leichtigkeit und Gelassenheit (wieder) finden. Du wirst die Erfahrung machen, dass es in Ordnung ist, Grenzen zu setzen. In dieser Gruppe möchte ich einen sicheren Raum schaffen, in dem wir uns entwickeln können. Falls du dich schon vorab über meine Arbeit informieren möchtest, besuche gerne meine Website: www.koerpertherapie-hamburg.com
Schwerpunkte/Rubrik:	Prävention, Intervention, Beratung

Allgemeine Informationen

Fächer / Berufsfelder:	- Prävention Intervention Beratung
Zielgruppen:	- Lehrkräfte im Vorbereitungsdienst, Lehrkräfte, Sozialpädagogen und Erzieher, Pädagogisch-Therapeutische Fachkräfte PTF
Schularten:	- keine primäre Schulstufe
Veranstaltungsart:	Seminar
Gültigkeitsbereich:	Hamburg
Leitung:	Renate Boateng, Landesinstitut für Qualifizierung und Qualitätsentwicklung in Schulen
Dozenten:	Johanna Schottmann

Weitere Hinweise

Hinweis für Teilnehmer/innen:	dienstags, 22.09.; 29.09. und 13.10.2026 und 03.11.2026, jeweils 16:30 bis 19:00 Uhr
	Achtung: Die Fortbildung findet am Standort Daimlerstraße 40 statt. Sie besteht aus 4 Terminen: 22.09.; 29.09.; 13.10. und 03.11.2026.
	Der Veranstaltungsort ist nur bedingt barrierefrei. Bitte kontaktieren Sie uns bei Bedarf.
Zusatzinformationen:	In dieser Veranstaltung werden die folgenden digitalen Tools vorgestellt: keine

Anbieter

Anbietername:	Landesinstitut für Qualifizierung und Qualitätsentwicklung in Schulen
Anbieteranschrift:	Felix-Dahn-Straße 3 und Weidenstieg 29, 20357 Hamburg
E-Mail-Adresse:	tis@li-hamburg.de

Termin

Termin:	22.09.2026 16:30 Uhr bis 03.11.2026 19:00 Uhr
Dauer:	10 Zeitstunden

Veranstaltungsort

Veranstaltungsort:	Max-Brauer-Schule, Daimlerstraße 40-, 22761 Hamburg
--------------------	---