

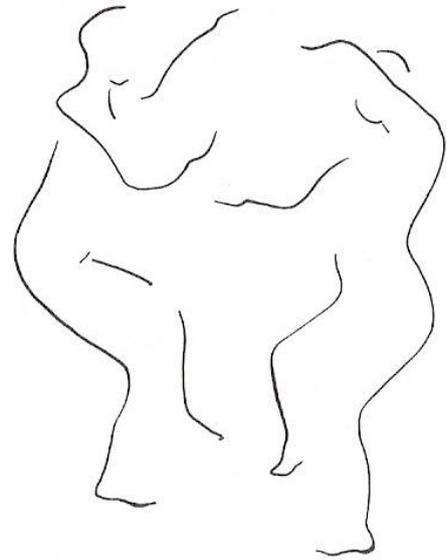
# Josta Bernstädt

Praxis für Gestaltarbeit . Psychotherapie . Beratung .

Gruppe

## **Körper- und Energie- prozesse in der Gestaltarbeit**

Ein Supervisions- und Weiterbildungsangebot für  
praktizierende Berater, Therapeuten und  
Supervisoren



Beginn der nächsten Gruppe:

**16. Januar 2020**

insgesamt 33 Kursstunden

Anzahl Termine:

**11**

Gruppentage:

**Jeder 3. Donnerstag im Monat  
(außer in den Ferien)**

**17:30 – 20:30 Uhr (in der Winterzeit)**

**18:00 – 21:00 Uhr (in der Sommerzeit)**

**Quereinstieg ist nach Absprache möglich.**

Kosten pro Person:

**405 €**

Anzahlung:

200 € ist möglich

Anmeldung bitte bis zum:

**10. Januar 2020**

Bitte mitbringen:

**Decke, bequeme Kleidung und Socken**

Diese Gruppe ist für Kollegen mit einer Grundausbildung in Beratung oder Therapie gedacht. Es werden Wissen und Fähigkeiten erlernt, um bewusst die Körperprozesse in der therapeutischen Beratungssituation zu nutzen.

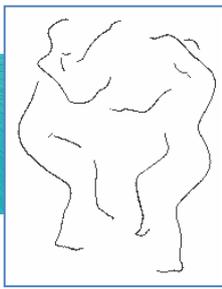
### Informationen und Anmeldung:

Praxis Tel +49 261 / 973 07 38  
Josta Bernstädt Tel +49 261 / 973 32 444  
Schloßstraße 8 eMail info@jbernstaedt-psychotherapie.de  
56068 Koblenz iNet www.jbernstaedt-psychotherapie.de

### Bankverbindung

Kontoinh. Josta Bernstädt  
IBAN DE64 5705 0120 0103 5015 24  
BIC MALADE51KOB  
Institut Sparkasse Koblenz

Ihre Anmeldung gilt als verbindlich mit Eingang Ihrer Anzahlung



# Josta Bernstädt

Praxis für Gestaltarbeit . Psychotherapie . Beratung .

Jeder Abend wird folgende Elemente enthalten:

- **Körperübungen**  
zur Zentrierung und Erdung,  
Dehnung und Streckung,  
Kontakt und Improvisation.
- Unterschiedliche Formen der **Meditation** zur Förderung der Achtsamkeit
- Theorie-Input über das Verständnis der Körperarbeit in der Gestalt.
- **Demonstration von Techniken und Methoden** der Gestalt-Körperarbeit, wie z.B.  
Arbeit mit dem Atem,  
der Stimme, der Haltung,  
der Bewegung,  
dem Ausdruck,  
Formen von Berührung
- Gemeinsames **Üben** unter Anleitung
- **Fallbesprechung**

## Informationen und Anmeldung:

Praxis           Tel       +49 261 / 973 07 38  
Josta Bernstädt   Tel       +49 261 / 973 32 444  
Schloßstraße 8   eMail   info@jbernstaedt-psychotherapie.de  
56068 Koblenz   iNet     www.jbernstaedt-psychotherapie.de

## Bankverbindung

Kontoinh. Josta Bernstädt  
IBAN       DE64 5705 0120 0103 5015 24  
BIC        MALADE51KOB  
Institut   Sparkasse Koblenz

Ihre Anmeldung gilt als verbindlich mit Eingang Ihrer Anzahlung