

Gesprächsführung in der Atemarbeit

Ein Fortbildungsangebot mit 2 Modulen

für Teilnehmer und Teilnehmerinnen und Absolventen und Absolventinnen der Atman-Ausbildung

8. - 10. Jänner 2020, 29. - 31. Jänner 2020,
jeweils Freitag 18:00 bis Sonntag 16:00

Mit dem Atmen beginnen wir gleich nach der Geburt. Das Reden kommt später. Doch hilft es uns, die organischen Abläufe mit unserem Denken zu verbinden, sie also zu verstehen.

Wenn Klienten zum Atmen kommen, wollen sie meist zuerst reden. Sie wollen ihre Geschichte erzählen und dabei das Gefühl bekommen, verstanden zu werden. Dann sind sie sicher genug, sich auf das Atmen einzulassen.

Die kommunikative Kompetenz der Begleitperson trägt deshalb viel bei zum Atemprozess und seiner Transformationskraft.

Modul 1:

Das Einleitungsgespräch

Das Anfangsgespräch öffnet also das Tor zum Vertrauen, und das zwischenmenschliche Vertrauen öffnet das Tor zum Atemabenteuer.

Ziele:

- Beziehungsaufbau – als Begleiter das Gespür für Übertragung und Gegenübertragung bekommen: Was spüre ich als Begleiter beim Zuhören?
- Vom Reden zum Spüren: Nach innen lenken, Vorschule für das Innenempfinden beim Atmen, weg aus dem Mentalen führen.
- Fokussierung auf Wesentliches, Kernthemen herauschälen.
- Körperempfindungen und Gefühle benennen.
- Aktuelle Themen mit Kindheit/Geburt/Pränatalem in Verbindung bringen und damit die Tiefendynamik bewusst machen.
- Vertrauen auf die eigene Spontaneität aus der Begleiterrolle (das Unbewusste des Klienten aussprechen).

Nach dem Eintauchen in die Körpererfahrungen im Atemprozess dient das Gespräch der Rückführung ins Alltagsbewusstsein und der Rückbindung der Erfahrungen mit dem Verstand. Es geht dabei um das Einordnen der Erkenntnisse in die kognitiven Landkarten und um die Neuformulierung der eigenen Geschichte.



Das Abschlussgespräch

Ziele:

- Rückholung aus der Regression und aus dem Innenraum – Verbindung von Innen und Außen.
- Integration des Erlebten (Verbindung von Emotionalität und Rationalität).
- Mitteilungen aus der Gegenübertragung (eigene Einsichten während des Prozesses)
- Hilfe bei der Formulierung einer neuen Geschichte.

Der verbale Austausch während des Atmens ist eine heiklere, aber auch lohnende Methode. Sie sollte prinzipiell so gehandhabt werden, dass der Atemprozess den Vorrang hat und in der Tiefe weiterfließen, während Worte gewechselt werden. Die Begleitperson kann direkt auf den Prozess einwirken und helfen, Hemmungen im Atemfluss zu beseitigen.

Modul 2:

Atmen mit verbaler Interaktion

Die verbale Interaktion während des Atemprozesses hat folgende Absichten:

- Präzisierung der Körperempfindungen und Gefühle: Durch die Benennung wird die innere Bewusstheit gestärkt und fokussiert.
- Bearbeitung von Widerständen, die gegen die Vertiefung der Innenerfahrung auftauchen.
- Rückmeldung an die Begleitperson über Innenerfahrungen, Bilder, die auftauchen, körperliche Blockaden, die spürbar sind oder über Gedanken, die permanent wiederkommen. Die Begleitperson kann dann eine wirksame Hilfestellung leisten, um wieder in den Atemfluss zurückfinden zu können.
- Hilfe beim Verstehen der inneren Abläufe und bei ihrer kognitiven Einordnung.
- Rückversicherung für die atmende Person: Sie weiß, dass die Begleitperson weiß, wo sie sich befindet.
- Verstärkung der interaktiven therapeutischen Elemente in der Atemarbeit durch die Ergänzung der Innenbeziehung mit einer Außenbeziehung.

Schwerpunkte:

- Arbeit mit Körpersymptomen (Anspannungen, Systeme, Organe, Schwachstellen)
- Arbeit mit dem inneren Kind

Jedes Modul enthält Theorie, kommunikative Übungseinheiten und Atemsitzungen.

Leitung:

Dr. Wilfried Ehrmann, Mag. Birgit M. Ehrmann-Ahlfeld

Kosten:

Ein Wochenende: € 240,-

Zwei Wochenenden: € 399,-

2 atman-Gutscheine einlösbar