

Jahresprogramm 2010

DEUTSCHER ARBEITSKREIS FÜR KONZENTRATIVE BEWEGUNGSTHERAPIE (DAKBT) e.V.



KBT® GRUPPENSELBSTERFAHRUNG Langfristig

CHRISTINE BREITENBORN KBT-Gruppenangebote

In den fortlaufenden Gruppen werden die Grundthemen unseres individuellen und sozialen Lebens erfahrbar: Selbstwahrnehmung, der selbstbestimmte Umgang mit Nähe und Distanz, die Entwicklung von befriedigenden Beziehungserfahrungen, das gesunde Verhältnis von Geben und Nehmen. Unbewusste Konflikte, die z. B. zu Depressionen, Ängsten, Essstörungen oder zu psychosomatischen Beschwerden und Beziehungsstörungen geführt haben, können im schützenden Rahmen der Gruppe verstehbar und veränderbar werden. Selbstvertrauen und Handlungskompetenz werden gestärkt. Dadurch können Konflikte zu Chancen für die persönliche Entwicklung werden. Die Teilnahme an diesen Gruppen ist auch neben einer Einzeltherapie und/oder nach einer stationären Therapie sinnvoll.

Termin:	wöchentlich, donnerstags 14tägig, dienstags oder mittwochs
Zeit:	90 / 120 Min.
Honorar:	€ 25,- / € 35,- Abend
Ort:	München - Stiglmaierplatz
Anmeldung an:	Christine Breitenborn, 80335 München
Anrechenbar für:	Vorerfahrung (1.4 der WBO)