

**Lebe Deine Kraft und
nimm den Kontakt zu
dir selbst wieder auf**



Persönlichkeitsentwicklung

Kursbeschreibung

Die Integrative Körperpsychotherapie IBP geht davon aus, dass dein Körper alle Erfahrungen speichert. Deshalb ist das Ziel dieses Kurses, dich in Kontakt mit deinen Körperempfindungen zu bringen, deine Gefühle zu spüren und deinem wahren Sein Raum zu geben. Du wirst deine Verhaltensmuster körperlich erforschen und erkennen, wie diese dich entweder stützen oder begrenzen. Du wirst beobachten und erfahren, was in deinem Körper passiert, wenn du den Kontakt zu dir selbst verlierst. Wir zeigen dir, wie du diesen Kontakt wieder herstellen kannst und du wirst Verhaltensweisen erproben, die dir mehr Entscheidungsspielraum und Lebendigkeit ermöglichen. Der Kursinhalt orientiert sich am IBP Persönlichkeitsmodell. Neben vielen praktischen Übungen werden auch theoretische Inputs zu den praxistauglichen Modellen von IBP gegeben.

Überblick

Datum

10.-11.04.2027

Kursleitung

Gertrud Perler
Manou Maier

Kursort

IBP Institut, Winterthur ZH

Kosten

CHF 600.- / CHF 540.-*

Anzahl Teilnehmende

min. 12, max. 24

Zielgruppe

Alle, die sich für Persönlichkeitsentwicklung interessieren

*Frühbucherpreis bei Buchung bis 3 Monate vor Kursstart.

IBP Fachmitglieder erhalten 10% Rabatt.

Rabatte sind nicht kumulierbar.