

# Tanztherapeutische Selbsterfahrung und bewegte Interventionen in der Psychotherapie

Ein Seminar für Psychotherapeutinnen aus Klinik und Praxis  
im Hotel HEIDE SPA in Bad Dübén

## Selbstfürsorge

*Zeit für sich - entspannen - den eigenen Impulsen nachspüren und folgen*

## Bewegung im therapeutischen Alltag

*Spiel - Freude - mehr Leichtigkeit - neue Impulse in der Psychotherapie*

Bei diesem Wochenend-Seminar im wohltuenden Ambiente des Wellnesshotels HeideSpa, wollen wir Ihnen einerseits Angebote zur Selbstfürsorge machen – wie wir als Therapeut\*innen sie unseren Patient\*innen täglich nahelegen – und andererseits Weiterbildungsinhalte vermitteln, die Ihre psychotherapeutische Arbeit durch spielerische Elemente erleichtern und bereichern können.

Yoga und tanztherapeutische Methoden wie „Authentische Bewegung“ laden dazu ein, erspürend nach innen zu lauschen, innere Bewegtheit auszudrücken und sich bewegend zu begegnen.

Durch die praktische Erfahrung verschiedener Übungen aus dem großen Repertoire der Tanz- und Bewegungstherapie wollen wir Sie ermutigen, Ihre meist vis-a-vis sitzende und sprachbetonte psychotherapeutische Praxis mit Bewegung und Körperlichkeit zu bereichern. Dabei werden wir Ihnen Möglichkeiten aufzeigen, wie Sie Ihre Patient\*innen darin unterstützen können, ihre Gefühle direkter zum Ausdruck zu bringen sowie ihre Emotionsregulation zu verbessern.

Ihre Begleiterinnen an diesem Wochenende sind

Nancy Spechtenhauser  
geb. 1967, lebt und arbeitet derzeit im Schwarzwald  
Tanz- und Bewegungstherapeutin (BTD)  
Dipl. Sozialpädagogin,  
Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Yogalehrerin



Claudia Stolte  
geb. 1969, lebt und arbeitet in Dresden  
Tanz- und Bewegungstherapeutin (BTD)  
Ausbilderin und Lehrtherapeutin (BTD)  
Supervisorin (ISC)  
Heilpraktikerin für Psychotherapie



Wir kennen uns seit 20 Jahren und freuen uns, dieses Wochenende gemeinsam für Sie zu gestalten.

Teilnehmerzahl: 8 bis 12

Termin: 22.– 24. Januar 2021

Zeit: Freitag 16.00 Uhr / Ende: Sonntag 14.00 Uhr.

Wir werden insgesamt 12 Stunden miteinander verbringen. Es wird daher genügend Zeit bleiben, die Saunalandschaft des HeideSpa und auch Spaziergänge im Park und an der Mulde zu genießen.

Ort: HeideSpa Bad Düben ([www.heidespa.de](http://www.heidespa.de))

Kosten: 290 Euro Kursgebühr

Übernachungskosten: 152,00 € pro Nacht kostet ein Doppelzimmer und 88,00 € ein Einzelzimmer incl. Frühstück und freiem und direktem Zugang zur Saunalandschaft. Wir haben für Sie Zimmer vorreserviert. Bitte buchen Sie Ihre Zimmer im HeideSpa selbst und geben bei Ihrer Reservierung an, dass Sie Teilnehmerin unseres Seminars sind, und ob Sie im Einzel- oder im Doppelzimmer übernachten wollen. Ggf. bringen Sie eine Freundin/Kollegin mit, mit der Sie das Zimmer teilen.

Natürlich können Sie auch ein anderes, preiswerteres Zimmer in Bad Düben buchen und nur zu den Seminarzeiten ins Tagungszentrum des Hotels kommen.

Verpflegung: Als Hotelgast steht Ihnen ein sehr gutes, reichhaltiges Frühstücksbuffet zur Verfügung. Um alle anderen Mahlzeiten kümmert sich jede selbst. Es gibt im Hotel sowie in der Nähe verschiedene Möglichkeiten, essen zu gehen - oder Sie verpflegen sich selbst in Ihrem Zimmer.

Anmeldung: Diese erbitten wir bis spätestens 15.10.2020 per Mail unter [tanztherapie-dresden@posteo.de](mailto:tanztherapie-dresden@posteo.de). Wenn Sie schon unverbindlich Interesse bekundet haben, reservieren wir Ihnen einen Platz und bitten wir Sie um verbindliche Anmeldung. Da schon die erste Ankündigung große Resonanz fand, erscheint es ratsam, sich bald verbindlich anzumelden.

Rückfragen: gern an [nancyspechtenhauser@web.de](mailto:nancyspechtenhauser@web.de) oder [tanztherapie-dresden@posteo.de](mailto:tanztherapie-dresden@posteo.de)