

Ambulante KBT-Gruppe

Dienstagabend | 14tägig | Prien am Chiemsee

Zielgruppe


Dieses KBT-Gruppenangebot ist geeignet, als:

- > *Stabilisierung nach einem Klinikaufenthalt*
- > *Ergänzung zu einer bestehenden Einzeltherapie*
- > *Selbsterfahrung zur Stärkung persönlicher Ressourcen*

Willkommen sind alle, die sich persönlich weiterentwickeln und den wertschätzenden Austausch in der Gruppe als Unterstützung erfahren möchten.

Methode

Die Konzentrierte Bewegungstherapie (KBT) ist ein körperorientiertes psychotherapeutisches Verfahren. Die KBT arbeitet mit Wahrnehmung und Bewegung und stellt das Körpererleben in den Mittelpunkt des therapeutischen Geschehens. Über diesen Weg wird das eigene Denken, Fühlen und Handeln bewusster und in seinen wechselseitigen Beziehungen verständlicher.

 KBT-Gruppe unterstützt dabei:

- > *eigene Gefühle, Bedürfnisse und Muster bewusster wahrzunehmen*
- > *innere Ressourcen zu stärken*
- > *neue Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln*
- > *den Umgang mit den Anforderungen des Alltags zu erweitern*

Turnus, Uhrzeit & Kosten

14tägig, dienstags

18:00-19:30 Uhr

40€ pro Abend

Weitere Information & Anmeldung

Frank Kasper, M.Sc.

Praxis für Konzentrierte Bewegungstherapie (KBT) und Psychotherapie (HeilprG)

Seestraße 18, 83209 Prien am Chiemsee

Tel: 01520-6588425

E-Mail: f.kasper@kbt-chiemsee.de

Website: www.kbt-chiemsee.de

