



Bodydynamic und die Teenagerjahre – wie unser einzigartiger, unverwechselbarer Charakter geformt wird

**Ein Bodydynamic Workshop für Foundation Absolventen vom
04. - 07. Mai 2023 im Freitänzer in München
mit Michael Rupp und Susanne Erçetin**

Während dieses viertägigen Workshops beschäftigen wir uns mit der Zeit der Pubertät, dem Alter zwischen 11 und 19 Jahren, der längsten und auch der abschließenden Phase unserer Persönlichkeitsentwicklung.

Wir wollen uns genauer anschauen, welche Herausforderungen uns in dieser Zeit der aufregenden Veränderungen aber auch allgemeiner Verunsicherung begegnen. Dieses Wissen sowie die unmittelbare persönliche Erfahrung sind die Voraussetzung, um mit Teenagern und jungen Erwachsenen und „typischen Teenagerproblemen“ wie oppositionellem und aggressivem Verhalten, Substanzienmissbrauch und Geschlechts- und Identitätsthemen arbeiten zu können.

Eine wichtige Rolle spielen dabei „Schlüsselentscheidungen“ in diesem Alter, also Entscheidungen, die wir in Bezug auf für uns besonders wichtige (Lebens-) Themen treffen. Diese Entscheidungen „prägen“ unseren bis dahin noch formbaren Charakter auf besondere Weise und legen uns damit auf vielfältige Weise in Bezug auf unser späteres Leben fest.

In diesem Zusammenhang werden in dieser turbulenten Phase unseres Lebens noch einmal alle Charakterstrukturen neu „aktiviert“. Unser Gehirn befindet sich in einer Art „Umbauphase“ und alle bisherigen charakterlichen Verhaltensweisen sowie die entsprechenden neuronalen Verknüpfungen kommen erneut auf den Prüfstand. Am Ende dieser „Metamorphose“ verlassen wir den alten „Kokon“ und haben unsere spezifische Kombination an Strukturen und damit unseren eigenen, unverwechselbaren Charakter entwickelt!

Je nach Situation bekommen wir damit also eine Art „zweite Gelegenheit“ in Bezug auf spezifische Entwicklungsthemen neue Erfahrungen zu machen und weitere Kompetenzen und Selbstvertrauen zu entwickeln. Oder aber bestimmte Erfahrungen wiederholen sich und wir werden so auf frühere Denk- und Verhaltensmuster, wie z.B., „Ich kann mich sowieso auf niemanden außer mir selbst verlassen und werde mich deswegen nie wieder von jemandem anderen abhängig machen!“, endgültig festgelegt.

Wir wollen besser verstehen, wie oben genannte Entscheidungen unsere Geschlechteridentität oder auch unsere grundlegende Haltung in Bezug auf gegenseitige Verbundenheit einerseits versus Selbstbestimmung andererseits im Hinblick auf unserer Familie oder unserer Beziehung beeinflussen.

Gleichzeitig wollen wir auch Klarheit gewinnen, wie unsere eigene, einzigartige Charakterstruktur Resonanzphänomene mit unseren Klienten entstehen lässt,

um unsere Fähigkeit, mit Themen aus dieser besonders herausfordernden Entwicklungsphase zu arbeiten, zu verbessern.

An diesem Wochenende hast du die Möglichkeit, dein Wissen um die Entwicklung der Charakter Strukturen zu vervollständigen und zu lernen vor dem Hintergrund des Charakter Struktur Modells von Bodydynamic mit Themen aus der Adoleszenz auch im Erwachsenenalter therapeutisch zu arbeiten.

Darüber hinaus wird die Vermittlung dieses Wissen durch verschiedene körperliche Übungen mit Bezug auf für dieses Alter wichtige Ich-Funktionen wie „Kontakt- und Bindungsfähigkeit, Grenzsetzung, Positionierung“ usw. unmittelbar erfahrbar gemacht.

Preis: € 480,-