

## ANMELDEFORMULAR

Bitte per Post oder Fax an:  
HAKOMI INSTITUTE of Europe e.V.  
Weißberggasse 2a, 90403 Nürnberg



Hiermit melde ich mich verbindlich an  
für die Fortbildung „Mit Grenzen in Kontakt“

26.09. – 29.09.2024

### Meine Daten:

Vorname:	<input type="text"/>
Name:	<input type="text"/>
Straße/Nr.:	<input type="text"/>
PLZ Ort:	<input type="text"/>
Email:	<input type="text"/>
Beruf:	<input type="text"/>
Geburtsdatum:	<input type="text"/>
Tel. privat:	<input type="text"/>
Tel. beruflich:	<input type="text"/>
Mobil:	<input type="text"/>
Homepage:	<input type="text"/>

Mit meiner Anmeldung akzeptiere ich die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (siehe aktuelles HAKOMI Programm oder Homepage [www.hakomi.de](http://www.hakomi.de) -> Anmeldung).

Wir benötigen Ihre Einwilligung zur Datenspeicherung gemäß unserer Datenschutzerklärung. Sie können Ihre Einwilligung jederzeit per E-Mail an [info@hakomi.de](mailto:info@hakomi.de) widerrufen:

Ja, ich bin einverstanden mit der Speicherung meiner Daten

Die Teilnahmegebühren überweise ich bis 8 Wochen vor dem Termin (Frühbucher).

Die Teilnahmegebühren überweise ich bis 4 Wochen vor dem Termin.

Datum, Ort

Unterschrift

## ANMELDUNG & INFORMATION

HAKOMI INSTITUTE of Europe e.V.  
Weißberggasse 2a  
D-90403 Nürnberg  
Telefon: 0049-(0)-911/30 700 71  
Fax: 0049-(0)-911/30 700 72  
E-Mail: [info@hakomi.de](mailto:info@hakomi.de)  
Website: [www.hakomi.de](http://www.hakomi.de)

### Überweisung des Teilnehmerbetrages auf:

Bank: GLS Bank  
IBAN: DE85 4306 0967 8203 1272 01  
BIC: GENODEM1GLS

Nach Eingang Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine schriftliche Anmeldebestätigung per Post vom HAKOMI Institute e.V.. Damit ist Ihr Platz verbindlich reserviert. Der Eingang Ihrer Überweisung der Teilnahmegebühr ist vier Wochen vor Termin, bei späterer Anmeldung vor Start der Fortbildung fällig.

Bei Rücktritt bis vier Wochen vor Workshopbeginn werden 10 Prozent der Teilnahmegebühr einbehalten. Danach muss der volle Betrag gezahlt oder eine ErsatzteilnehmerIn benannt werden. Falls das HAKOMI Institute den Workshop aus nicht vorhersehbaren Gründen absagen muss, wird die Teilnahmegebühr in voller Höhe erstattet. Weitergehende Ansprüche sind ausgeschlossen.

Für weitere Informationen stehen wir Ihnen im HAKOMI Institute gerne zur Verfügung. Fordern Sie dort auch das aktuelle HAKOMI Jahresprogramm mit allen HAKOMI Fortbildungen an.

Das Angebot ist freibleibend. Im weiteren gelten die AGBs des HAKOMI e.V. – siehe [www.hakomi.de](http://www.hakomi.de). Stand 06/2023

Gestaltung: Ostsidist; Bilder: mltr/photocase.de, sure/photocase.de



## MIT GRENZEN IN KONTAKT



**Eine Fortbildung zum  
professionellen Umgang mit  
Grenzen und Grenzverletzungen**  
26. bis 29.09.2024 in Kiental, Schweiz

## MIT GRENZEN IN KONTAKT

Grenzen zu erleben, ist Teil jeglichen Beziehungsgeschehens. Ein bewusster Umgang mit Grenzerfahrungen bietet nicht nur Entwicklungsperspektiven im sozialen, pädagogischen und therapeutischen Feld, sondern ist auch eine bedeutende Burnout-Prophylaxe für alle in diesen Bereichen arbeitenden Menschen. Gerade in der Begleitung von Personen, die Gewalt oder starke Grenzverletzungen erlebt haben, sind auch die eigenen Grenzen oft deutlich erfahrbar: z. B. Belastungs-, Schmerz-, Toleranz-, Scham-, Intimitäts- oder Bewältigungs-Grenzen.

Grenzen zu erreichen und dort bewusst zu verweilen, bietet ein großes Potenzial für die Entwicklung neuer, sinnvoller Erlebens- und Verhaltensmuster. Besonders in der psychotherapeutischen Prozessbegleitung können wir im Grenzbereich zwischen alten, oft automatisierten, nicht mehr sinnvollen Verhaltens- und Erlebensmustern und neuen, unbekanntem, der gegenwärtigen Realität aber angemesseneren Möglichkeiten „landen“ und progressive Entwicklungen fördern.

Der Moment an der Grenze ist also ein sehr vulnerabler, aber auch höchst potenter Moment. Ihn professionell und achtsam in der Begleitung zu nutzen, erweist sich als wirksam und effektiv.

In diesen vier Tagen werden wir Möglichkeiten aufzeigen, wie wir sowohl unseren eigenen Grenzen als auch den Grenzen und Grenzverletzungen anderer Menschen adäquat begegnen können. Die körperorientierte Arbeit in den HAKOMI-Grundsätzen der „Inneren Achtsamkeit“ und der „Gewaltlosigkeit“, wie auch die neueren Erkenntnisse aus der Neurophysiologie und der Traumaforschung bieten uns eine gute Basis, praxisbezogene und ressourcenorientierte Wege für heilsame Erfahrungen an Grenzen zu erarbeiten.

### UNSER VORGEHEN BEINHALTET:

- Kleine Theorieelemente
- Erfahrungsorientierte und den Körper einbeziehende Übungseinheiten
- Raum für Erfahrung, Austausch und Reflektion
- Anregungen zur Integration in den persönlichen und beruflichen Kontext

### DIE THEMEN:

- Die Bedeutung von Achtsamkeit, Innerem Beobachter, Gewaltlosigkeit, explorativem Vorgehen und Einbeziehen des Körpers (im Sinne der HAKOMI Methode)
- Differenzierung von Grenzen, Grenzverletzung, „Trauma“ anhand des derzeitigen Wissenstands der Neurophysiologie und Traumaforschung
- Exemplarische Wege zur Verbesserung der Grenz Wahrnehmung am Beispiel der eigenen Körpergrenze und im interpersonellen Raum
- Bewusstsein über eigene Biographie, Grenzerfahrungen, Grenzverletzungen und den daraus entstandenen Anschauungen und Strategien
- Kriterien für einen hilfreichen Umgang der Begleitung im Kontakt an Grenzen
- Stabilisierung und Ressourcen-Aktivierung – Selbstfürsorge für den Therapeuten

Wir freuen uns auf einen spannenden Aufenthalt im Bereich der vielfältigen Grenzen und Möglichkeiten.

### LEITUNG:



#### UTA GÜNTHER

Geboren 1957, Diplom Psychologin, Psychologische Psychotherapeutin, HAKOMI Lehrtherapeutin und Dozentin (Trainerin) des HAKOMI Institute e.V.

Weiterbildung in tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie und in verschiedenen psycho- und körpertherapeutischen Verfahren, akkreditierte Dozentin der Bayerischen Psychotherapeutenkammer, leitete 7 Jahre eine Psychologische Beratungsstelle in Nürnberg, arbeitet seit 1985 in eigener psychotherapeutischer Praxis in Nürnberg ( Einzel-, Paar- und Gruppentherapie, Coaching, Supervision, Fortbildungen).



#### HANS-JOACHIM DIEHL

Geboren 1953, DiplomPädagoge, Heilpraktiker für Psychotherapie, systemischer Paar- und Familientherapeut, HAKOMI Lehrtherapeut und Dozent (Trainer) des HAKOMI Institute e.V.

Langjährige Berufserfahrung in der stationären Suchttherapie und im Kinderschutz. Freie Praxis in Dießen am Ammersee (Einzel-, Paar-, Familien- und Gruppentherapie sowie Supervision), freiberufliche Tätigkeit in Fortbildung und Team-Supervision.

TERMIN	26.09. – 29.09.2024
LEITUNG	Uta Günther und Hans-Joachim Diehl
ORT	Kiental, Schweiz
ADRESSE	Kientalerhof, Griesalpstr.44, CH-3723 Kiental www.kientalerhof.ch, info@kientalerhof.ch
ZEITEN	1. Tag Start mit dem Mittagessen, Ende letzter Tag mit dem Mittagessen
KOSTEN	790,00 €, Frühbucher: 750,00 € bis 8 Wochen vorher Die Kosten verstehen sich ohne Unterkunft und Verpflegung. Zimmerbuchung bitte direkt im Kientalerhof.