

## Fortbildungsseminare an der SEAG

- Seminar:** **Integrative Atemtherapie als Element therapeutischer Arbeit**
- Datum:** **18. - 20. Oktober 2024**
- Ort:** [Stiftung Sunnehus, Wildhaus](#)
- Zeiten:** Freitag, 15h00 - 21h00  
Samstag, 09h00 - 20h30  
Sonntag, 09h00 - 12h00 danach Mittagessen und Abreise
- Leitung:** **Annette Höhmann-Kost**, Dipl. Supervisorin, Therapeutin/Lehrtherapeutin für Integrative Leib- u. Bewegungstherapie
- Zielgruppe:**
- Psychotherapeutinnen und -therapeuten
  - Supervisorinnen und Supervisoren
  - Bewegungstherapeutinnen und -therapeuten
  - Pädagoginnen und Pädagogen
  - Beraterinnen und Berater
  - alle Interessierten, die mit Menschen arbeiten
- Kosten:** CHF 750.00 Teilnahmegebühr  
CHF 160.00 Unterkunft im Einzelzimmer inkl. Vollpension\*  
CHF 130.00 Unterkunft im Doppelzimmer inkl. Vollpension (Doppelbelegung)\*
- \*Die Preise für die Unterkunft verstehen sich pro Nacht und Person*
- Verrechnung Teilnahmegebühr: durch SEAG  
Verrechnung Unterkunft/Verpflegung: direkt im Seminarhaus
- Anmeldung:** <https://booking.seminardesk.de/de/integrative-therapie-seag/920ed40954cd4df29f1bc5d461870862/fortbildung--einzelseminare>

---

**Kursinhalte und -ziele:** Ausgangspunkt in diesem Seminar ist das Erleben des Atemgeschehens am eigenen Leibe.

Die Atmung ist ein unwillkürlicher Vorgang, der in der (psycho)therapeutischen Arbeit oft eine unbemerkte Rolle spielt. Durch bewusstes Wahrnehmen von eigenen Atemmustern und das Erkennen von situativen Zusammenhängen zwischen Umgebung (z.B. Menschen, Natur, Dinge) und den individuellen Atemreaktionen, können Prozesse der Teilnehmerinnen erfasst und genutzt werden – z.B. zur „dynamischen Selbstregulation“.

Diese Sensibilisierung ist eine Voraussetzung dafür, das Atemgeschehen auch bei Patientinnen und Klienten in gesundheitsfördernder Weise in den Therapieprozess einzubeziehen. Nicht zuletzt geht es auch um die willentliche Beeinflussung des Atems, denn der gesteuerte Atem ermöglicht Veränderung: Wohlbefinden, Selbstbewusstsein, Selbstberuhigung, Schmerzlinderung etc.

Das Seminar bietet in Theorie-Praxis-Verschränkung Anregung für übende, erlebnisorientierte und aufdeckende Atemarbeit.

**Literatur:** Höhmann-Kost, A.: (2018) Integrative Leib- und Bewegungstherapie (IBT). Theorie und Praxis. Hogrefe