

METHODEN DER BIODYNAMIK

Biodynamische Massage

Der Begriff der **Psychoperistaltik** beschreibt die zentrale Entdeckung von Gerda Boyesen und ist ihr wesentlichster Beitrag zu Medizin und Psychosomatik. Dieser umschreibt die Tatsache, dass in unseren Eingeweiden ein interner Selbstregulations- und Reinigungsmechanismus wirksam ist. Dieser wirkt im Psychischen und ebenso auf Körperregionen, in welchen biochemische Rückstände aus emotionalen Ereignissen gespeichert werden. Während der Körperbehandlung und Massage wird die energetische Flüssigkeitsbewegung und Psychoperistaltik aktiviert. Diese dient als **körpereigenes Biofeedback** und kann mittels Stetoskop therapeutisch genutzt werden.

Biodynamische Körperpsychotherapie

Die biodynamische Psychologie geht von der Annahme fließender energetischer Ströme aus, die reinigend und eutonisch sind. Auf allen körperlichen, emotionalen und kognitiven Ebenen führt der Energiefluss zu einem gesunden, emotionalen **Inneren Gleichgewicht**. In der Körperpsychotherapie werden die alten unverdauten Erfahrungen gleichsam bearbeitet und geklärt, die unterbrochene Selbstregulation stimuliert. So runden sich emotionale Zyklen ab, energetische und körperliche Verhärtungen schmelzen. Die Fähigkeit tief loszulassen und Erfahrungen vollständig zu verarbeiten, nimmt zu. So kehrt ein unabhängiges Wohlfühl zurück.

WENN SIE ZU UNS KOMMEN

Therapeutisches Gespräch

Wir hören Ihnen aufmerksam zu. Wir unterstützen Sie dabei Ihren Körper zu spüren, wahrzunehmen und Ihre Gefühle auszudrücken. Dies wird ergänzt durch Körperübungen, Atemarbeit und der wertschätzenden therapeutischen Haltung Ihnen gegenüber. Gerade in Krisen und Lebensübergängen kann dies stabilisierend wirken. Gemeinsam finden wir Ihre Ressourcen und Stärken, entwickeln wir neue Sichtweisen, Möglichkeiten und Wege, so dass Sie mit den schwierigen Situationen Ihres Lebens neu umgehen und Lösungen gestalten können. All diese therapeutischen Methoden dienen dem Gesamtwohl und der Aktivierung Ihrer Lebensfreude.

www.gbpev.de/therapeutInnen

Dieser Informationsflyer wird Ihnen durch ein Mitglied des Berufsverbandes überreicht:

Tina Tingelhoff

Körperpsychotherapeutin
Schillerstr.17
97215 Uffenheim

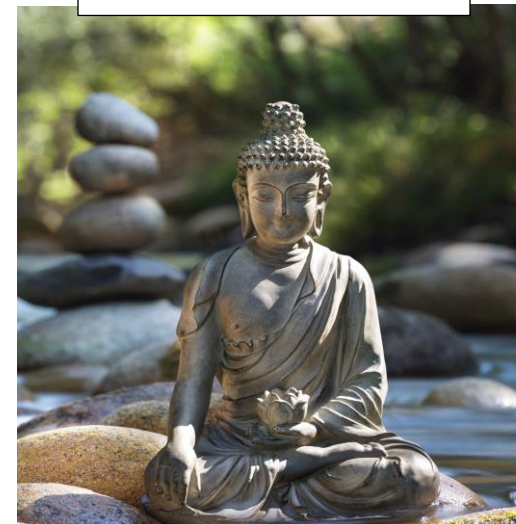
Phone 0173 523 1775

E-Mail tina.tingelhoff@gmx.de
www.praxis-fuer-biodynamik.de



Biodynamische Körperpsychotherapie

Informationen



**GBP e.V. Gesellschaft für Biodynamische
PSYCHOLOGIE/ KÖRPERPSYCHOTHERAPIE**

PRIMÄRPERSÖNLICHKEIT und SEKUNDÄRPERSÖNLICHKEIT

Gerda Boyesen prägte den Begriff der **Primärpersönlichkeit**. Das entspricht in etwa der Idee eines verkörperten Gesunden Selbst. Wilhelm Reich beschrieb es als CORE, ein unverletztes Selbst, die Mitte einer Persönlichkeit, aus der sich der Mensch in seiner Lebendigkeit erlebt. Das Potential dazu ist in jedem Menschen vorhanden und seine volle Entfaltung wird als Therapie- und Lebensziel angesehen. Sie ist von der **Sekundärpersönlichkeit** wie von einer Schale umgeben. Viele Menschen machen in ihrer Kindheit und in ihrem späteren Leben schwierige und prägende Erfahrungen. Sie erleben beispielsweise Trennungen, Ablehnung, Überforderung, Unterdrückung, mangelnde Wertschätzung und Kränkung. In anderen Fällen auch emotionale Ausbeutung, Vernachlässigung, Gewalt und andere traumatische Erfahrungen. Von Prägungen sind wir alle mehr oder weniger betroffen. Um unser Überleben zu sichern, richten wir uns in diesen schwierigen Lebensumständen ein, entwickeln kreative Anpassungsleistungen. Wir bilden eine sekundäre Persönlichkeit und sogenannte Bewältigungsmuster aus, die dazu dienen, uns vor schädigenden Einflüssen von außen zu schützen. **Diese sekundäre Persönlichkeit reduziert jedoch häufig gleichzeitig den Zugang zu primären Eigenschaften** wie das Selbstwertempfinden, Selbstbestimmtheit, Selbstvertrauen sowie unsere natürliche Kraft und Lebendigkeit. **Um das alte Schmerzvolle nicht spüren zu müssen, werden innere Impulse unterdrückt.** Dies beeinträchtigt wesentlich unser Denken, Fühlen, Empfinden, Handeln und Ausdruck ins Leben.

Bildnachweis: GBP@biodynamisch/ PraxisfürBiodynamik©2010/ StatuedeBouddhaAdobeStock117152446.lizenziert



BIODYNAMISCHE KÖRPERPSYCHOTHERAPIE

WER WIR SIND

ALLGEMEINE INFORMATIONEN ZUR GBP e.V.

Die Gesellschaft für Biodynamische Psychologie und Körperpsychotherapie GBP e.V. wurde 1994 gegründet und vertritt aktuell über 200 Mitglieder.

Die Mitglieder dieses Berufsverbandes sind HeilpraktikerInnen, psychologische PsychotherapeutInnen, ärztliche PsychotherapeutInnen und anderer Berufsgruppen zugehörig.

Die Biodynamische **Körperpsychotherapie** ist eine tiefenpsychologisch fundierte körperorientierte Therapiemethode und eine Methode des Humanistischen Psychotherapie Verfahrens.

Sie wurde von der norwegischen **Dipl. Psychologin Gerda Boyesen** entwickelt und gehört zu den ältesten etablierten Körperpsychotherapien.

Auf einer zweiten Ebene arbeitet diese Methode als **Körpertherapie** unterstützend in der Persönlichkeitsentwicklung. In der körperorientierten Herangehensweise und Gesprächsarbeit werden Konflikte bearbeitet sowie die Entwicklung der Persönlichkeit und eigener Lösungen begleitet und gefördert.