

METHODEN DER BIODYNAMIK

Biodynamische Massage

Psychoperistaltik - Gluckern im Bauch therapeutisch genutzt

Der Begriff der Psychoperistaltik beschreibt die zentrale Entdeckung von Gerda Boyesen und ist ihr wesentlichster Beitrag zu Medizin und Psychosomatik. Er umschreibt die Tatsache, dass in unseren Eingeweiden ein interner Selbstregulations- und Reinigungsmechanismus wirksam ist. Dieser wirkt ebenso auf Körperregionen, in welchen biochemische Rückstände aus emotionalen Ereignissen gespeichert waren.

Während der Biodynamischen Massage machen wir uns die Darmgeräusche zunutze. Sie werden mithilfe eines elektronischen Stethoskops hörbar gemacht und dienen als Biofeedback.

Biodynamische Psychotherapie

Das reinigende Strömen der Lebensenergie wahrnehmen

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 und „vergnüglien“ inneren Gleichgewicht. Die alten unverdauten Erfahrungen werden gleichsam geklärt, der unterbrochene Libidokreislauf wird stimuliert, un-abgeschlossene emotionale Zyklen runden sich ab, energetische Verhärtungen schmelzen und die Fähigkeit, tief loszulassen, nimmt zu. Damit kehrt auch das Wohlgefühl zurück, das das Lebensrecht eines jeden Menschen ist.

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, Arbeit mit dem Atem und einer wohlwollenden therapeutischen Haltung.

Gerade in Krisen oder Lebensübergängen kann das hilfreich sein und wohltuend wirken. Zusammen finden wir Ihre Ressourcen und Stärken. Gemeinsam entwickeln wir neue Möglichkeiten mit den schwierigen Situationen Ihres Lebens umzugehen.

All diese Methoden dienen Ihrem Gesamtwohl und der Aktivierung Ihrer Lebensfreude.

www.gbpev.de/therapeutinnen

Biodynamische Körperpsychotherapie

Informationen



GBP | GESELLSCHAFT FÜR BIODYNAMISCHE
PSYCHOLOGIE/KÖRPERPSYCHOTHERAPIE E.V.

WER WIR SIND - ALLGEMEINE INFORMATIONEN ZUR GBP

Die Gesellschaft für Biodynamische Psychologie und Körperpsychotherapie GBP e.V. wurde 1994 gegründet, und vertritt aktuell mehr als 200 Biodynamische TherapeutenInnen in ganz Deutschland.

Die Biodynamische Körperpsychotherapie ist eine Methode des Humanistischen Psychotherapie-Verfahrens. Die Mitglieder dieses Berufsverbandes sind HeilpraktikerInnen, psychologische PsychotherapeutInnen, ärztliche PsychotherapeutInnen und andere Berufsgruppen verbunden. Wir haben alle mindestens 3-5 Jahre Biodynamische Ausbildung absolviert, zu der intensive eigene Therapieerfahrungen gehört. Zahlreiche KollegInnen von erlernten zusätzliche Methoden. In unserem Verband achten wir auf Qualitätssicherung.

WAS IST BIODYNAMIK, BIODYNAMISCHE PSYCHOLOGIE UND PSYCHOTHERAPIE?

Die Biodynamische Körperpsychotherapie wurde von der norwegischen Psychologin und Physiotherapeutin Gerda Boyesen (geb.1922) entwickelt. Es handelt sich um eine tiefenpsychologisch fundierte, körperorientierte Therapieform. Eine Grundannahme der Körperpsychotherapie ist, dass psychische Störungen einen organischen Ausdruck haben, sie also in irgendeiner Form verkörpert sind. Die Biodynamik wurde von den Töchtern Ebba und Mona Lisa Boyesen sowie zahlreichen TherapeutenInnen und TrainerInnen weiterentwickelt und ist die Basis verschiedener anderer Therapieformen in mehreren Ländern.

PRIMÄRPERSÖNLICHKEIT - SEKUNDÄRPERSÖNLICHKEIT

Gerda Boyesen prägte den Begriff der Primärpersönlichkeit. Das entspricht in etwa der Idee eines verkörperten Gesunden Selbst oder einer Persönlichkeit, die aus ihrem CORE (nach Reich: Center of Right Energy) heraus lebt. Das Potenzial 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 ihrem späteren Leben schwierige, einschneidende und prägende Erfahrungen. Sie erleben Ablehnung, Überforderung, Unterdrückung, Kränkung, Missachtung und Vernachlässigung, emotionale Ausbeutung, mangelnde Wertschätzung, traumatische Erfahrungen wie sexueller Missbrauch, Gewalt, Krieg, Flucht usw.

Davon sind wir alle mehr oder weniger betroffen. Um unser Überleben zu sichern, richten wir uns notgedrungen in diesen schwierigen Lebensumständen ein, passen uns an.

Wir bilden eine sekundäre Persönlichkeit aus, die dazu dient, uns vor schädigenden Einflüssen von außen zu schützen. Diese sekundäre Persönlichkeit reduziert jedoch gleichzeitig unsere Lebendigkeit, weil sie dazu beiträgt innere Impulse zu unterdrücken. Das beeinträchtigt unser Denken, Fühlen, Handeln und Empfinden. Unser Gefühl für die eigene Lebendigkeit, der Zugang zu unserer Essenz, unserer Primärpersönlichkeit nimmt Schaden.