



SENSORY AWARENESS — klar wahrnehmen - spontan handeln - ins Leben vertrauen

„Diese Arbeit ist keine Diskussion, sondern Praxis. Der Ansatz ist der Organismus als Ganzes, die lebendige Gesamtheit, aus der alle unsere Fähigkeiten ihren Ursprung haben. Die Erfahrung, unsere angeborenen Möglichkeiten zu erforschen, frei werden zu lassen und zu vertiefen, kann, wenn wir ihr nachgehen, weitreichende Folgen in allen Lebensbereichen haben.“

Charlotte Selver

Sensory Awareness ist Arbeit an den Grundlagen der lebendigen Existenz. Dem Wachstum und allem Leben wohnt eine Tendenz zur Ordnung inne, jeder Organismus tendiert zu Entfaltung. Durch eine „horchende“ Einstellung kommen wir damit in Verbindung und bekommen klare Informationen über uns selbst. Dabei führen uns die physikalischen Gegebenheiten der Natur, die innere Ordnungstendenz unseres Organismus und die Wirkung der Gegenwärtigkeit. Es ist ein Weg, der in die Natur vertraut.

So finden wir zu Klarheit, unserer Kraft, können unsere Grenzen erkennen und Vertrauen gewinnen. Diese Schärfung der Wahrnehmung bringt auch eine Klärung der Gedanken und Gefühle mit sich.

Die Arbeitsweise ist einfach und konkret. Wir experimentieren mit den Gegebenheiten des Alltags: im Liegen, Sitzen, Gehen und Stehen, jede*r für sich oder mit einem Partner einer Partnerin oder mit Gegenständen wie beispielsweise Steinen oder Stäben. So erkunden wir uns selbst und die Zusammenhänge, in denen wir leben. Der Zeitraum von zwei Wochen sowie die Gemeinschaft mit der Gruppe und mit den Leiterinnen erlauben es, tiefer in diese Erfahrungen einzutauchen.

Das Seminar findet auf deutsch statt und wird bei Bedarf ins Englische übersetzt.

WANN: 21.10 - 25.10. // 28.10. - 31.10. 2024

WO: Bildungshaus St Virgil Salzburg

Referierende:

Krista Sattler

Verhaltensforscherin, Forschungs- und Lehrtätigkeit medizinische Fakultät Innsbruck, Psychotherapeutin, Sensory-Awareness-Leader, Bregenz

Christine Rainer

Physiotherapeutin, Sensory Awareness-Leader, Dozentin für Pikler®-Kleinkindpädagogik, Eberschwang

Kosten: Euro 980.-

Anmeldung bei elisabeth.berthold@virgil.at