



NARM TOUCH

NEUROAFFEKTIVE REGULATION DURCH BERÜHRUNG

Aufbauseminar für NARM-Praktizierende in zwei Modulen

Mit Michael Mokrus*, DE



Untersuchungen zeigen, dass Berührung, noch bevor sich die Fähigkeit zur Sprache entwickelt, eine wesentliche Grundlage unserer frühesten Beziehungserfahrungen ist – der grundlegende Modus der Beziehung zwischen Bezugsperson und Kind. Durch Berührung entwickeln wir ein Bild unseres Körpers und seiner Grenzen, ein Gefühl der „Verkörperung“, das all unsere Erfahrungen auf neurophysiologischer, emotionaler, verhaltensbezogener und kognitiver Ebene enthält.

Wie wichtig bewusste Berührung für das Erlernen von Selbstregulierung, die Arbeit mit dem impliziten Gedächtnis sowie den Herausforderungen früher Bindungserfahrungen ist, ist Gegenstand des Seminars. Es adressiert emotionale, relationale, kognitive und entwicklungsbedingte Defizite, die mit verbalen Mitteln allein nicht erreicht werden können. Zur deren Heilung gilt es, die Zusammenarbeit der Intelligenz des Körpers und der Intelligenz des Gehirns gleichermaßen zu fördern.

*«Unsere Verabredung mit dem Leben
findet immer genau jetzt statt.»*

Thich Nhat Hanh

Kursziele

Die Fortbildung bietet einen praxisnahen Zugang zur Arbeit mit zentralen Mustern des „Anspannens/sich Wappnens“ und „Kollabierens“, die das Ergebnis entwicklungsgeschichtlicher Traumata

sind. Die systematische Dekonstruktion der somatischen Komponenten des relationalen und emotionalen Traumas ist ein mächtiges Werkzeug für diejenigen, die ihre körperpsychotherapeutischen Fähigkeiten vertiefen wollen.

DATUM

1. Modul: 29.03. – 02.04.2023
2. Modul: 09. – 13.08.2023

KURSZEIT:

Jeweils von
10.00 – 13.00 und
14.30 – 17.30 Uhr
Insgesamt 60 Kursstunden

KOSTEN: CHF 2600.–

KURSORT:

Zentrum für Innere Ökologie,
Freischützgasse 1, 8004 Zürich

SPRACHE: Deutsch

ZIELGRUPPE:

Voraussetzung zur Teilnahme:
Zertifikat über abgeschlossene
NARM-Weiterbildung

TEILNAHMEVORAUSSETZUNG:

Abgeschlossenes NARM Training

KURSBEDINGUNGEN:

Die schriftliche Anmeldung mit untenstehendem Talon ist verbindlich. Bei einem Rücktritt bis 21 Tage vor Kursbeginn werden CHF 100.– an Bearbeitungsgebühren fällig. Bei Abmeldung weniger als 21 Tage vor Kursbeginn müssen die ganzen Kurskosten bezahlt werden. Dies gilt auch im Krankheitsfall. Wenn eine Ersatzperson gestellt werden kann, entfallen diese Kosten. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Wir empfehlen eine Annullierungskosten-Versicherung.

Psychotherapeutisch geschulte NARM-Praktizierende lernen schrittweise ihr Vertrauen in die Integration von körperorientierten Interventionen, therapeutischen Berührungen und Selbstberührungen der Patienten in ihre klinische Praxis aufzubauen.

NARM-Praktizierende mit körpertherapeutischem Hintergrund erweitern ihre psychologischen Fähigkeiten und lernen Interventionen und Sprachanwendungen, die sich sensibel mit entwicklungsbedingten und emotionalen Traumata auseinandersetzen.

Themenübersicht

Die Inhalte und der zeitliche Ablauf können vom Kursleiter geändert werden.

- Einfache körpertherapeutische Techniken und patientenzentrierte (Selbst-) Berührungen, um von „unten nach oben“ mit dem impliziten prozeduralen Verhalten, Haltung und Bewegung, und von „oben nach unten“ mit Gedanken, Überzeugungen und auf Trauma basierenden Identifikationen zu arbeiten
- Verkörperte therapeutische Präsenz und Grundfertigkeiten im Kontakt mit unterstützender Berührung
- Halt- und raumgebende Berührung, um dysregulierte emotionale Muster zu stabilisieren
- Interpersonale Neurobiologie - Unterstützung und Stärkung des emotionalen Zentrums (Herzbereich), um zu untersuchen, wie sich beziehungsbedingte Belastungen auf frühe Bindung und Beziehungsfähigkeit der Erwachsenen auswirken

- Verkörperte Präsenz, Orientierung zur Mittellinie, Heilung durch bewusste Wiederanbindung an die Lebenskraft
- Entwicklungsprozess: Bindung und Loslösung/Individualisation
- (Somatische) Resonanz vs. Übertragungsdynamiken
- Eine neue Orientierung in Hinblick auf Ressourcen und Selbstwirksamkeit (Agency) als Grundlage für die Entwicklung des erwachsenen Selbst
- Vertiefung der Überlebensstile Kontakt und Einstimmung
- Somatische Achtsamkeit und Berührung als sensorischer Dialog
- Neurozeption, Interozeption und Propriozeption - Das Verständnis und die Funktion des impliziten/prozeduralen Gedächtnisses

* **Michael Mokrus** arbeitet seit 1989 freiberuflich in eigener Praxis und unterrichtet als Trainer, Dozent und Supervisor verschiedene achtsamkeitsbasierte körper-, psycho- und traumatherapeutische Ansätze für Menschen in therapeutischen Berufen in Deutschland, Österreich, Holland, Polen und der Schweiz. Seit 2003 ist er kontinuierlich im Supervisionsteam von Somatic Experiencing (SE) in Deutschland, seit 2012 im Lehrteam von NARM und ISP (Integrale Somatische Psychologie nach Dr. Raja Selvam). Michael Mokrus verfügt über langjährige eigene Erfahrungen mit unterschiedlichen Achtsamkeitspraktiken. Er ist verheiratet und lebt in Köln. Homepage: www.michaelmokrus.de



Anmeldetalon: Ich melde mich gemäss den vorne genannten Bedingungen verbindlich an für das Aufbauseminar «NARM TOUCH» mit Michael Mokrus. Beginn 29. März 2023:

Name Vorname

Strasse PLZ/Ort

Beruf Telefon

E-Mail Fax

Ort/Datum..... Unterschrift.....

Anmeldung senden an: Zentrum für Innere Ökologie, Freischützgasse 1, 8004 Zürich
Tel. 044 218 80 80 • info@polarity.ch • www.polarity.ch