

Gestalt-Netzwerk Südwest e.V.

Dipl.-Psych. Elfriede Dinkel- Pfrommer

„Innen und außen zusammenhalten - ein körperorientiertes Erforschen“

Zusammenhalten ist in der gegenwärtigen Zeit ein wichtiges Thema, wenn viel in Polarisierung trifft. Sehr unterschiedliche Bereiche gesellschaftliche und persönliche kommen dabei in Schwingung. Zusammenhalten berührt auch menschliche Grundbedürfnisse, wie z.B. Autonomie und Bindung. Wenn Grundbedürfnisse befriedigt sind, kann unser Nervensystem in einen ruhigen Zustand kommen. Dann ist es möglich sich mit gegensätzlichen Meinungen und Vorstellungen auseinanderzusetzen und in Kontakt zu bleiben.

Viele Menschen haben in ihrer frühen Entwicklung und ihrem Familiensystem diese Beruhigung und Befriedigung nicht ausreichend erlebt. Sie entwickeln Muster, die sich auch körperlich zeigen, um damit verbundene unangenehme Gefühle und Konflikte und zu vermeiden.

Zur körperorientierten Erforschung und Auflösung möglicher Muster nutzen wir Übungen und Tools, wie sie im Rahmen von Somatic Experiencing dem Traumamodell nach Peter Levine eingesetzt werden können. Wie kann ich auch subtile Impulse zur Verhärtung und Verteidigung in mir entdecken? Wo und wie bemerke ich ein Abschalten und aus dem Kontakt gehen? Wie fühlt es sich an, mit mir selbst, mit anderen und der Welt verbunden zu sein? Theoretische Inputs sollen eine Einordnung der Erfahrungen ermöglichen und vertiefen.

Elfriede Dinkel-Pfrommer ist Psychologische Psychotherapeutin in eigener Praxis in Rottenburg am Neckar; Trainerin in Somatic Experiencing (SE); ausgebildet in integrativ-systemischer Familientherapie, Verhaltenstherapie, gestaltorientierter Körperpsychotherapie (B. Esthelle), hypnotherapeutischen Ansätzen, neuroaffektiver Psychotherapie, sanften Körpertherapieverfahren. Supervision in verschiedenen Kontexten, Lehrtätigkeit an verschiedenen Weiterbildungseinrichtungen. Unterrichtet alle Level des SE-Trainings und SE-Seminare vorwiegend in Deutschland.

Termin: 27./ 28. November 2026
Freitag: 20:00- 22:00 Uhr Workshop → **KEIN VORTRAG!!**
Samstag: 10:00 – 18:00 Uhr Workshop
Ort: **Zentrum für Yoga und Bewegung, Burgstr. 61, Heidelberg**
Kursgebühr: € 120,-- Mitglieder und € 180,- Gäste

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Workshop mit Elfriede Dinkel- Pfrommer an. Ich verpflichte mich zur Teilnahme an der o.g. Fortbildung. Bis 4 Wochen nach Erhalt der Ausschreibung werden Mitglieder bevorzugt! Danach erfolgt die Teilnahme in der Reihenfolge der Anmeldung. Ein kostenfreier Rücktritt ist bis 6 Wochen vor Kursbeginn möglich, danach sind die Fortbildungskosten zu zahlen, falls es nicht gelingt, den Platz wieder zu besetzen.

Anmeldung bis 15. Oktober 2026: info@gestalt-netzwerk.de

Name: _____ Anschrift: _____

Telefon: _____ Mail: _____

Ort Datum

Unterschrift

Bitte um Überweisung des Betrags bis zum 15. Oktober 2026 an:

www.gestalt-netzwerk-suedwest.com
Sparkasse Heidelberg
IBAN: DE62 67250020 0009099530 BIC: SOLADES1HDB