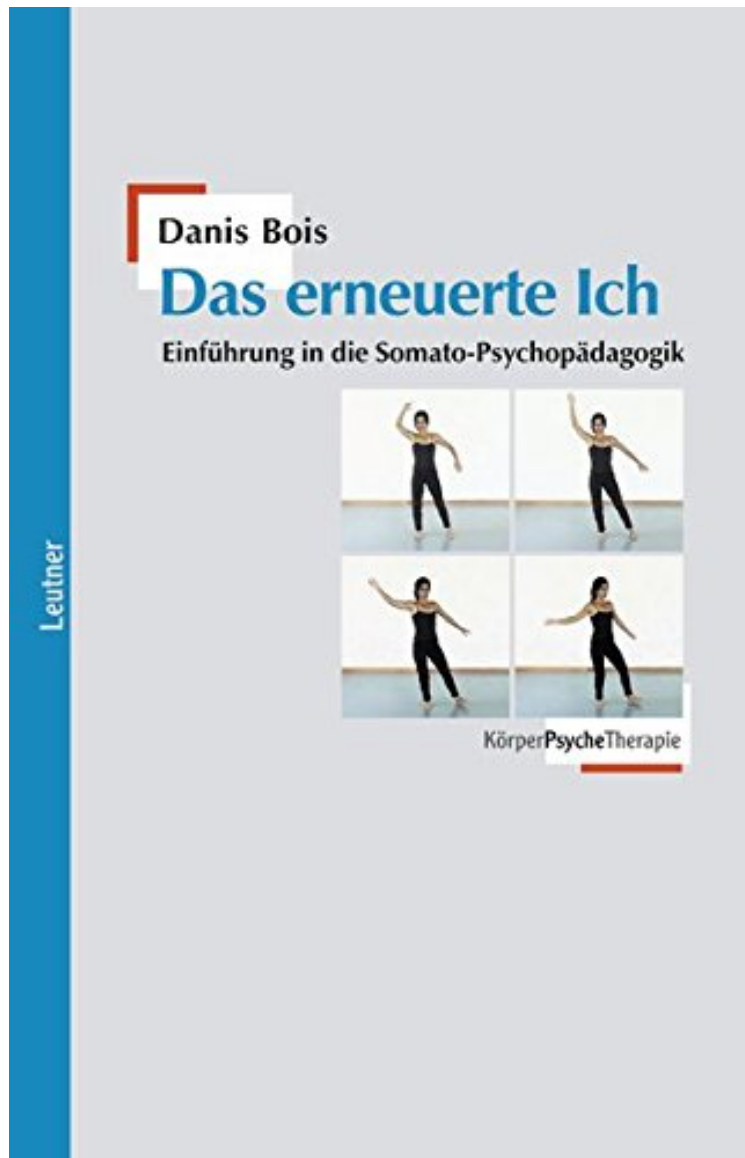


[Download pdf ebook] Das erneuerte Ich: Einfhrung in die Somato-Psychopdagogik

Das erneuerte Ich: Einfhrung in die Somato-Psychopdagogik

Von Danis Bois

DOC | *audiobook | ebooks | Download PDF | ePub



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrang: #948015 in BcherVerffentlicht am: 2008-01-31Einband:
Taschenbuch224 Seiten | File size: 68.Mb

Von Danis Bois : Das erneuerte Ich: Einfhrung in die Somato-Psychopdagogik before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Das erneuerte Ich: Einfhrung in die Somato-Psychopdagogik:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen6 von 6 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Ein Buch ber eine auergewhnliche MethodeVon GeroDanis Bois stellt mit diesem - nun auch in deutscher Sprache erschienenen - Buch eine auergewhnliche und zutiefst menschliche Methode vor, die es ermnglicht, in eine neue

Beziehung zu dem eigenen Körper zu treten und in Folge dessen das eigene Leben neu zu erfahren und zu verändern. Seit vier Jahren mache ich mit dieser Methode permanent neue Erfahrungen. Der sinnliche Kontakt zu einer in meinem eigenen Körper wahrnehmbaren - von Danis Bois in dem Buch beschriebenen - inneren Bewegung (eine im Körper wirkende, alle Lebensfunktionen beeinflussende, Autoregulationskraft) vermittelt mir ein vorher nicht gekanntes Existenzgefühl. Diese neu entstandene persönliche Beziehung zu meinem Körper hilft mir, das Leben mit einer nicht gekannten Leichtigkeit und Tiefe zu "leben". Die Somato-Psychopädagogik wirkt ganzheitlich auf Körper und Psyche und trägt in besonderer Weise zur Überwindung von hinderlichen, in den Körper sprichwörtlich "eingebrennten", persönlichen Glaubensstilen sowie - im Alltag kraftraubenden - destruktiven Denk- und Handlungsmustern bei. Sie ist nach meinem Empfinden weit mehr als eine heilsame Methode, die den Menschen vor körperlichen oder psychischen Krankheiten bewahrt und ihn davon befreit. Danis Bois zeigt einen ungewöhnlichen Weg der Selbstannahme und Selbstbestimmung auf. Es geht darum, zu lernen, wieder seinen eigenen Körper zu bewohnen, sich in ihm wirklich frei zu fühlen, das Leben mit all seinen Facetten aus einer anderen - körpervermittelten - Perspektive bewusster wahrzunehmen und sich von diesen neuen sinnlichen Erfahrungen in seinem tiefsten Inneren nachhaltig berühren zu lassen. Diese Begegnungen bei den eigenen Körper helfen, das eigene Potential zu erkennen und für sich nutzbar zu machen. Die wissenschaftlich anerkannte und an verschiedenen Universitäten erforschte Somato-Psychopädagogik hebt sich in angenehmer Weise von diversen Lehren aus der Esoterik ab, ohne dabei jedoch essentielle spirituelle Fragen des Lebens auszublenden. Sie ist in ihrer Ganzheitlichkeit durch die Vermittlung einer neuen Art der Selbstwahrnehmung und -erkenntnis auf intensive Weise erfahrbar und führt unweigerlich zu mehr "Lebensqualität". Der Buchtitel "Das erneuerte Ich" kann daher wirklich wörtlich verstanden werden. In dem Buch beleuchtet Danis Bois auch die philosophischen Hintergründe der Somato-Psychopädagogik. Das Buch ist inhaltlich anspruchsvoll und erschließt sich in seiner ganzen Tragweite den meisten Lesern erst allmählich. Es widerspiegelt den eigenen Lebensweg des Autors und Wissenschaftlers, der vor über 30 Jahren nach Beendigung seiner Fußball-Karriere als Osteopath und Heilpädagoge die Gesetze des menschlichen Körpers zu untersuchen begann. Die Schwierigkeit, dieses komplexe Wissen in einem Buch kompakt darzustellen, zeigt auch die Grenzen dieses Buches auf. Es kann sich um nicht mehr als eine Einführung in die Somato-Psychopädagogik handeln, die neugierig auf eigene Erfahrungen mit der Methode machen soll. Um diese Erfahrungen zu machen, bedarf es der Anleitung und Begleitung durch einen erfahrenen Praktiker. Die vermittelten "Werkzeuge" der Somato-Psychopädagogik verstehen sich dabei als Hilfe zur Selbsthilfe. Aus eigener Erfahrung kann ich sagen, dass sich die ersten Veränderungen bei den meisten Menschen recht schnell einstellen. Ich wünsche allen an dieser Methode Interessierten bei der Entdeckung dieser neuen Art des "Seins" viel Freude. Auf Grund meiner positiven Erfahrungen mit der Methode habe ich mich für die berufliche Ausbildung in der Somato-Psychopädagogik entschieden. 3 von 3 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Berühren - Bewegen - Sprechen, Menschen ganzheitlich behandeln Von Maria Schfgen Der französische Physiotherapeut und Professor für Pädagogik Danis Bois stellt in seinem Buch "Das erneuerte Ich" die von ihm entwickelte Behandlungsmethode vor, die Somatopsychopädagogik. Der Name Somatopsychopädagogik steht für ein komplexes und strukturiert aufeinander aufbauendes Behandlungskonzept. Dieses Behandlungskonzept beinhaltet die manuelle Behandlung durch eine andere Person, das therapeutische Gespräch und sehr langsame Bewegungsbungen, die man allein oder in der Gruppe durchführt. Gegenstand der Bemühungen ist das Wahrnehmen der inneren Bewegung sowie die Entwicklung der eigenen Beziehung zu dieser inneren Bewegung. Die innere Bewegung ist sehr real, spürbar sowohl durch die gestischen Bewegungen wie auch die therapeutischen Berührungen. Unabhängig von der Somatopsychopädagogik können auch andere Menschen, Kunstwerke, Musik oder besondere Worte Menschen in Bewegung bringen. Ohne jedoch in der Wahrnehmung geschult zu sein, merken wir das nur selten. In der Somatopsychopädagogik wurde das Wissen um die innere Bewegung systematisiert und so allen zugänglich gemacht. Die innere Bewegung verbindet uns mit uns, mit den anderen und mit dem Leben. Sie ist Lebenskraft. Wenn sie aktiviert ist und wahrgenommen wird, relativieren sich gesundheitliche und psychische Probleme. Der Patient kann so zum eigenen Heiler werden. Mit den gestischen Bewegungen bekommt man ein wirksames Instrument zur Selbstbehandlung und Entwicklung an die Hand. Der Titel "Das erneuerte Ich" bezieht sich also vor allem auf den evolutiven und transformatorischen Aspekt der inneren Bewegung. Als Heilpraktikerin und Diplom-Psychologin mit fast 20 Jahren therapeutischer Erfahrung stellt sich mir die Somatopsychopädagogik als ein konsequentes und in sich schlüssiges sehr wirksames Konzept dar, welches für die therapeutische Arbeit ungeahnte Schätze birgt. "Das erneuerte Ich" ist ein guter Einstieg in die Methode, noch besser sind jedoch die Bewegungsgruppen und Selbsterfahrungsworkshops, die in Berlin angeboten werden. Für Psychotherapeuten bietet die Somatopsychopädagogik ein umfassendes Menschenbild, das auch das Körperliche mit einbezieht. Immer mehr Psychotherapeuten fühlen sich in ihrer heilerischen Arbeit eingeschränkt, wenn sie behandeln, ohne ihre Patienten zu berühren. Wie kann man einen Menschen behandeln, ohne ihn anzufassen? Wen diese Frage bewegt, kann in der Somatopsychopädagogik Antworten und Lösungen finden. Osteopathen, die gelernt haben, mit der inneren Bewegung ihrer Patienten manipulativ umzugehen und dabei unbeteiligt, einsam und schweigsam zu bleiben können lernen, während der Behandlung sowohl verbal wie auch auf der Ebene der Bewegung mit ihrem Patienten in Beziehung zu treten. Für viele osteopathische Kollegen hat sich dadurch ein tieferes Verstehen ihrer Patienten sowie ein ganzheitlicheres Behandlungsspektrum aufgetan. Die Somatopsychopädagogik hat in den letzten zehn Jahren begonnen,

die deutsche Therapielandschaft zu bewegen, indem sie Patienten und Therapeuten eine Integration von Bewegung, Berührung und Sprechen anbietet. Dies könnte der Grundstein für eine wirklich psychosomatische Therapie sein.

Kurzbeschreibung Die Somato-Psychopädagogik verwendet die Berührung, die Bewegung und das Wort bei der Begleitung einer Person, die gesundheitliche Probleme hat, sich in einem Prozess befindet oder auf der Sinnsuche ist. Sie wirkt ganzheitlich und trägt dazu bei, physischen Schmerz und psychisches Leid zu lindern. Sie ist auch bestrebt, die Wahrnehmungsfähigkeit und die Ausdrucksmöglichkeiten zu entwickeln und die Lern- und Denkprozesse anzuregen. Die Lehre von Danis Bois rüttelt auf, und seine Sicht der Psychotherapie überrascht. Über den klassischen Kontext der Gesundheitspflege hinaus bringt uns der Autor das Wahrnehmen, das Empfinden, das Nachdenken bei. Kurz, er zeigt uns, wie wir von unserem Körper und unserem Leben lernen können. Dieses Buch ist eine engagierte Verteidigung des sinnlichen Körpers als Ort eines dynamischen Transformationsprozesses, den jeder selbst aktiv gestalten kann. Danis Bois ist bereits Autor zahlreicher Werke und hat eine Gastprofessur an der Modernen Universität Lissabon, wo er das Zentrum für angewandte Studien und Forschung in wahrnehmender Psychopädagogik leitet.