

**Georg Wögerbauer - Workshop**  
**Psychosomatik – neue Krankheiten erfordern neue Therapiezugänge**

In diesem Workshop werden speziell bioenergetische Ansätze für ein ganzheitliches Verstehen und Begreifen von GESUND–SEIN und KRANK– SEIN erarbeitet. Mit der Methode der Bioenergetischen Analyse ergeben sich wertvolle neue Ansatzpunkte für die Arbeit an den sogenannten „neuen Erkrankungen“, durch die sowohl Psychotherapie als auch Schulmedizin immer mehr gefordert werden: chronischer Dysstress, burnout, vielfältigste Somatisierungen, Angst- und Panikattacken, Infektanfälligkeiten sowie die zunehmende Erschöpfung der Menschen sind einige aktuelle Beispiele für diese „neuen Erkrankungen“. Das Menschenbild und der körperorientierte Ansatz der Bioenergetischen Analyse ermöglichen neue Zugänge in der Prävention und Therapie dieser Krankheiten sowohl für Mediziner als auch für Psychotherapeuten.

**Eva Kammerer-Pinck - Workshop**  
**Frühe Kindheit: Die ersten Lebensjahre unter charakteranalytischer Sicht**

Das Kind in uns ist bei Einbeziehung der körperlichen Erfahrung meist leicht zugänglich. Anhand von Schlüsselerlebnissen können Grundbedürfnisse der ersten Lebensjahre wahrgenommen und Gefühle, Empfindungen und Bewegungsimpulse, die damals unterdrückt wurden, wieder aufgespürt und bearbeitet werden. Um als Erwachsener geerdet zu sein, braucht ein Kind in den ersten Lebensjahren Eltern, die es lieben, es in seiner Eigenständigkeit unterstützen, es achten, es berühren und ihm Wärme, Halt und Geborgenheit geben.

**Wolfgang Schmetterer – Workshop**  
**Zwischen Organismus und Organisation**

Die persönliche Haltung (körperlich und psychisch) bildet sich kontinuierlich im Laufe unserer Geschichte und bestimmt unsere Wirkung in Lebens- und Arbeitsgestaltung. In diesem Workshop geht es um das Zusammenspiel von Organisationsstrukturen, funktionalen Rahmenbedingungen sowie persönlichen Einstellungen und Verhaltensweisen. Dementsprechend ergänzen sich im Workshop bioenergetisch-analytische Körperübungen und Körperarbeit sowie thematische Auseinandersetzungen mit Organisation und Organismus.  
Die Methode der Bioenergetischen Analyse wird erlebbar vorgestellt (z.B. für Stressreduktion).

**Jodok Moosbrugger/Joachim Nagele - Workshop**  
**Körperbild und Lebensgeschichte: Eine Spurensuche**

**DÖK-Tagung „GROUNDING – GEERDET SEIN“**  
**Kurzbeschreibung der Vorträge, Workshops und Beiträge**

**Thomas Ehrensperger - Einführungsvortrag**  
**Erdung in der therapeutischen Arbeit und im Alltag**

Im Vordergrund stehen die charaktertypischen Merkmale in Bezug zur Erdung, der Fühlkontakt mit dem eigenen Körper, der Bezug zur eigenen Biographie, das Beziehungsverhalten und das Getragensein im sozialen Gefüge und die Verbindung zur (individuellen) spirituellen Welt.  
Pre-Workshop: Erdung und Arbeiten mit dem Balanco-Gerät

**Waldemar Kufner - Vortrag und Workshop**  
**Das Widerstandskonzept der Bioenergetischen Analyse**

Vortrag: Definition der Bioenergetischen Analyse – Beschreibung des Begriffs Widerstand über kurze Darstellung der historischen Entwicklung seit Freud bis zu Reich – Charakter als Widerstand – Charakter als Überlebenskonzept – Folgen sind Hemmung, Unzufriedenheit, Angst, Symptom (Bezug zur Psychosomatik), Charakterbildung und Strukturierung – Herangehensweisen in der Therapie (Diagnose, Deutung, Behandlung).  
Beschreibung der einzelnen Charakterstrukturen an Hand von Beispielen aus der bildenden Kunst.  
Workshop: In Bewegung kommen, Erweiterungen schaffen in Richtung Lebendigkeit und GROUNDING.  
Arbeiten in der Gruppe, in Kleingruppen, Dyaden, Triaden.  
Herangehensweisen: Körperlesen, Spiegeln, Karikieren (Diagnose)  
Übungen und Aufgabenstellungen, Partnerübungen (Verdeutlichung)  
Berühren mit Druck und Zug (Behandeln). Austausch in den jeweiligen Formationen.  
Abschlussplenum. Konsequenzen.

**Christine Pechtl/Renate Schwenk - Workshop**  
**Grounding als Beziehungsgeschehen**

Beim Begriff Grounding denkt man in erster Linie an die Beziehung der Person zum Boden oder im übertragenen Sinn zur Realität. Einen wesentlichen Einfluss auf unser Geerdet-Sein haben aber auch die Gruppen, in denen wir uns bewegen. So wie wir uns als Personen im Kontakt mit nahen Menschen entwickeln, konstruieren wir unsere Beziehungsrealität und damit uns als Personen immer wieder neu. Übertragung und Gegenübertragung als alltägliche und körperlich wirksame Phänomene sind Inhalt dieses Workshops.

**Manfred Deiser/Hubert Feurstein - Workshop**

Wir laden die TeilnehmerInnen ein, mit Hilfe eines selbst gemalten Körperbildes ein Stück auf ihrem Lebensweg zu gehen.

Das bioenergetisch-analytische Prinzip der "funktionalen Identität", die Einheit von Körper, Geist und Seele, besagt, dass die unser Erleben und Verhalten prägenden Szenen und Atmosphären sich im Körper (Ausdruck, Haltung, Bewegung) manifestieren und damit auch lesbar sind.

Gleiches gilt für unser inneres, gefühltes und gedachtes Körperbild. Dieses in einem kreativ-bewusst-unbewussten Akt in die äußere Welt zu bringen und ihm Be-Deutung zu geben (zu grounden) ist Inhalt des Workshops.

**Susanna Schenk** - Vortrag und Workshop

### **Ein Modell für Grounding in der Arbeit oder „Der eigene Weg“**

Berufsbild und Selbstverständnis von Bioenergetischen AnalytikerInnen werden durch die Ausbildungszeit, vor allem durch die Lehranalysen und die Interaktionen in der Ausbildungsstätte, geprägt. Im Vortrag wird das Ausbildungsmodell der DÖK vorgestellt und die Bedeutung von Identifikation und Abgrenzung für die Entwicklung des „eigenen Weges“ aufgezeigt. Die Identitätsfindung als Bioenergetische AnalytikerIn ist das Grounding in der Arbeit, dessen Fehlen unter anderem durch Energieverlust und Rückzug gekennzeichnet ist.

Der Workshop soll eine Standortbestimmung für die TeilnehmerInnen in ihren Berufsbildern sein. Grounding auf der Erde, in der Realität, im Körper, im Herzen, im Kontakt, ... in der Arbeit.

**Carola Kaltenbach** - Workshop

### **Atem und Stimme**

Der Rhythmus der Atmung und der Klang der Stimme sind von den ersten Lebenssekunden an unsere Begleiter. Der Rhythmus der Atmung, der entspannt und trägt und der Klang der Stimme, der im Dialog mit der Umwelt steht. Noch bevor Worte verfügbar sind, sind Töne, Laute, Schreie in verschiedensten Modulationen die Sprache, mit der wir uns zum Ausdruck bringen. Die Stimme ist das primäre Kontaktorgan zur Umwelt und ermöglicht Dialog und Beziehung, Grounding und Bezogensein über die Berührung hinaus.

„Energiespender“ für die Stimme ist die Fülle des Atems.

Dieser Workshop soll einerseits eine Entdeckungsreise zum Klang der Stimme und deren Resonanzen (in uns oder bei anderen) sein, andererseits einen Einblick in die Fülle der Möglichkeiten, mit Atem und Stimme zu arbeiten, ermöglichen.

## **Laufen – Grounding in Bewegung**

Laufen ist eine elementare Bewegungsform, in der verschiedene Aspekte des Groundings erlebbar gemacht werden können.

Ausgehend von der These, dass Grounding „Ins umfassende Zusammenspiel kommen“ bedeutet, durchlaufen wir verschiedene Teilaspekte dieses Zusammenspiels und machen uns die Bezogenheit dieser Aspekte zueinander bewusst.

Die drei Workshops können durchgehend oder auch einzeln belegt werden. Es werden jeweils verschiedene Schwerpunkte gelegt:

Workshop 1: Zusammenspiel mit dem Boden, mit der Schwerkraft, mit der Atmung

Workshop 2: Zusammenspiel der einzelnen Körperteile und Körperbereiche

Workshop 3: Rhythmus, Takt, Kontakt – Miteinander laufen

Laufen, Körperübungen, Reflexion und theoretische Inputs sind die Vehikel des Lernens. Also bitte mitbringen: Laufschuhe und -kleidung, Decke, Schreibzeug, Duschsachen.

Ort: Basislager in der Turnhalle und freies Gelände (Im Freien)

**Maria Majce-Egger** - Vortrag und Workshop

### **Gruppenkonzepte – Grounding im sozialen Umfeld**

Vortrag: Der Kontakt zur Realität, die Verankerung in der Selbstwahrnehmung und die inkorporierten Strukturen unserer biographischen Bezugsgruppen sowie das aktuelle Eingebundensein in ein soziales Umfeld machen unser Geerdet-Sein aus. Im Entwicklungsprozess einer Gruppe wird die gegenseitige Abhängigkeit von Grounding im eigenen Körper und Grounding im Gruppenkörper wirksam.

Konzeptionelle Überlegungen und praktische Ansätze der prozessorientierten, bioenergetisch-analytischen Gruppenarbeit werden anhand der Wechselwirkungen von Person/Körperstruktur, Gruppe/Gruppenkörperstruktur und Prozess/Entwicklungsphasen der Gruppe beschrieben und zur Diskussion gestellt.

Workshop: Praktische Anwendung in der Gruppe und Diskussion.

**Michael Bilic/Michael Schorr** – Kabarett

### **Undergrounding**

Mit Mitteln aus Kabarett und Bauertheater wie Verfremdung, Verzerrung, Überspitzung, Übertreibung, Querdenkereie, Naivisierung, Absurdisierung wird – alternativ zur wissenschaftlichen Arbeit – ein Pfad beschritten, der psychohygienische Selbstkritik (denn nur Insider sind angesprochen) auf lustvolle Art verdaulich machen soll. Im Hintergrund lauert tiefer Ernst.