

## Jahresgruppe

### **Psychotherapie und Selbsterfahrung mit Körperorientierter Psychotherapie und Dynamischer Gruppenpsychotherapie**

Zeit: **Mittwoch** 18:00 - 20:30

Umfang: 27 Abende + 1 Therapie-Einheit +  
2 Wochenend-Seminare

Leitung: Gaby und Christian Bartuska ab 15  
TeilnehmerInnen, sonst blockweise ab-  
wechselnd (an den Wochenenden ab 9  
TN gemeinsam)

Kosten: € 1895.- (befreit v.d. MwSt.)

Beginn: 28. Sept. 2016, späterer Einstieg  
möglich

**Seminartermine:** 25. - 27. November 2016 und  
12. - 14. Mai 2017

Diese Gruppe bietet intensive Auseinander-  
setzung mit körperlichen und psychischen Ein-  
schränkungen (chronischen Spannungsmustern), die ursprünglich dem notwendigen Schutz dienten, heute aber oft nicht mehr notwendig sind. Wir erfahren und erforschen, wer wir hinter der gewohnten Fassade, dem mehr oder weniger gut angepassten Verhalten wirklich sind, welches Potential an Kraft, Lebenslust und Kreativität in uns steckt. Ziel ist es auch, Unbewusstes, verdrängte Gefühle und Impulse kennenzulernen und daraus Erkenntnis und stärkende Erfahrung zu gewinnen.

Die TeilnehmerInnen können sich gegenseitig in Übungen unterstützen und dabei auch als Gebende heilsame Erfahrungen erleben.

Berührung hat einen besonderen Stellenwert in dieser Arbeit, weil stimmige Berührung für unsere Entwicklung essentiell ist und war, während unsensible, kalte oder gar übergriffige zutiefst verstörend ist. Zur Heilung ist es erforderlich, Grenzen aufzubauen und positive Erfahrungen als Ausgleich machen zu können. Verbale Mitteilung und Dialog ergänzen und fördern die Integration.

Den Erkenntnissen der Neurobiologie entsprechend nutzen wir in dieser Arbeit die Fähigkeiten des Bauchhirns (Gefühl, Impuls, Intuition und Vertrauen in die eigene Natur) zur Selbstregulation.

#### **Wichtige Themenbereiche sind dabei:**

- Körper- und Selbstwahrnehmung
- Ausdruck und Verstehen von Emotionen
- tiefe Entspannung
- entspannende und belebende Massagen
- autonome Bewegung und befreiender Tanz
- freie Atmung
- Selbstregulation der Bedürfnisse
- Beziehungsmuster erkennen und verändern
- Unterstützung der Selbstheilung
- Feedback und Integration

**Anmeldung:** Telefonisch oder schriftlich bei Gaby und Christian Bartuska, 1180 Wien, Haizingerg. 43/4, **Tel: 1 47 02 443** oder per Mail: gaby.bartuska@chello.at und durch **Überweisung** von € **350.-** auf unser Konto bei der Ersten Bank, lautend auf Christian und Gabriele Bartuska,

IBAN: AT78 2011 1000 0483 8769.

Der Kursbetrag (minus Anzahlung) ist fällig mit Beginn der Gruppe (Teilzahlung nach Vereinbarung, in maximal 3 Raten bis 28. 2. 2017), bei Abbruch bleibt die Zahlungsverpflichtung aufrecht, außer bei einvernehmlicher Lösung. Bei Rücktritt € 30.- Bearbeitungsgebühr, später als 2 Wochen vor Beginn erfolgt Erstattung der Anzahlung nur, wenn ein/e TeilnehmerIn von der Warteliste nachrückt.

**Die Einzel-Einheit ist obligatorisch vor Beginn der Gruppen-Psychotherapie (50 Minuten, € 90.-, keine MwSt., bei Teilnahme im Preis inbegriffen).**

Die Anzahlung ist Teil des Gesamtbetrages. Mindestzahl der TeilnehmerInnen 6, darunter müssen andere Vereinbarungen getroffen werden. Ein Einstieg nach Beginn ist bis Mitte Februar möglich.

**Mag.<sup>a</sup> Gabriele Bartuska, Dipl.-Psych.,**

Psychotherapeutin, klinische u. Gesundheitspsychologin, geboren 1952; 1977-1985 psychotherapeutische Arbeit mit Erwachsenen, Kindern und Jugendlichen in Beratungseinrichtungen, in freier Praxis seit 1985, Ausbildung in Klientenzentrierter Psychotherapie

**Christian Bartuska,**

Dynamische Gruppenpsychotherapie, geboren 1946; Psychotherapeut in freier Praxis seit 1972, Ausbildung in Core Energetics

**Beide haben wir Ausbildungen** in Biodynamischer und in Organismischer Psychotherapie, Fort- und Weiterbildungen in Gestalttherapie, Familientherapie, Psychodrama und Orgontherapie, sind HerausgeberIn der „Zeitschrift f. Körperpsychotherapie“, LehrtherapeutIn und AusbilderIn in Körperpsychotherapie, verheiratet, haben 4 Söhne, arbeiten seit über dreißig Jahren zusammen und bieten Aus-, Fort- und Weiterbildungen an.

Unsere Arbeit beruht auf Wissen, Erfahrung und geschulter Intuition. Im Vertrauen auf die Selbstheilungskräfte des Organismus arbeiten wir primär personenzentriert.

Auch nach jahrzehntelanger Berufspraxis sind wir dankbar für immer wieder neue berührende Erfahrungen und Lernprozesse.

mehr über uns und unsere Angebote auf unserer Homepage:

[www.bartuska.at](http://www.bartuska.at)



Bitte geben Sie/gib diese Ankündigung auch an andere InteressentInnen weiter. Wenn Sie unsere Aussendungen nicht mehr erhalten wollen, schicken Sie sie bitte mit dem Vermerk „unerwünscht“ zurück.

Herzlichen Dank  
Gahv und Christian Bartuska

Medieninhaber und für den Inhalt verantwortlich:  
Christian Bartuska, 1180 Wien,  
Haizingerg. 43/4, Tel.: 01 47 02 443

# *Körperorientierte Psychotherapie und Selbsterfahrung*

*2016/17*



*mit*

***Mag. Gabriele Bartuska***

*Psychotherapeutin, Klinische und  
Gesundheitspsychologin,  
Körperorientierte Psychotherapie*

*und*

***Christian Bartuska***

*Psychotherapeut,  
Dynamische Gruppenpsychotherapie,  
Körperorientierte Psychotherapie*