



# Rebirthing und Trance

## Bewusstsein und Präsenz durch Atemtherapie

Eine Fortbildung für Begleiter Berater und Therapeuten

Wer Menschen beruflich begleitet, weiß, wie wichtig es ist, in kurzer Zeit viele Informationen aufnehmen zu können. Was braucht dieser Mensch, der vor mir sitzt? Welches Tun, welche Worte führen jetzt weiter? Unsere Handlung beruht dann oft auf einer sekundenschnellen Entscheidung aus Wissen, Erfahrung und Intuition.

Das Richtige im richtigen Moment tun können

Die Qualität und der Erfolg unserer Arbeit hängt davon ab, wie schnell und angemessen wir im richtigen Moment das Richtige erkennen.

Aus der Hirnforschung wissen wir, dass unser Geist am besten arbeitet, wenn wir entspannt und gleichzeitig hellwach sind.



Zivilisationsbedingt atmen wir alle sehr flach und "bewohnen" unseren Körper meist nicht vollständig. Rebirthing ist eine einfache, sanfte und wirkungsvolle Atemerfahrung, um intensiver und direkter wahr-zunehmen.

Rebirthing bedeutet, mit Leichtigkeit und Freude zu leben – sich neu zu gebären

Beim Rebirthing lernen die Teilnehmer die sogenannte „Kreisaatmung“, in der der Körper bei maximaler Entspannung vermehrt Sauerstoff aufnimmt.

Dies wirkt zellulär und der Körper beginnt zu strömen.

Durch angewandte Atemtherapie weitet und entspannt sich der Geist und das Körpergefühl wird vollständiger und intensiver.

INHALT: **Theorie der Atemtherapien** –Tradition und Moderne  
**Übungen** - Atem im therapeutischen Setting einsetzen  
**Praxis Atemerfahrungen**- begleitete Rebirthingsitzung

TERMIN: 24.-26. Januar 2025 Fr., 18-21 h, Sa., 10-19 h, So., 10-15 h

KOSTEN: 299€ / 266 € ermäßigt\*.



DOZENTIN:

Babette Dreyer, HP für Psychotherapie mit eigener Praxis, Ausbildungsleiterin.

*Mit Rebirthing arbeite ich seit 40 Jahren – und es hat nichts von seinem Glanz verloren!*