



Präsenz, Berührung und Bewegung: Gestalttherapie als Tanz

Workshop am Sa., 23. und So., 24. März 2024 am IGG Berlin

Wenn sich eine:r der gegebenen Situation bewusst wird, andere und anderes gewahrt, einen Platz einnimmt und ankommt, sind die drei ersten Phasen einer idealtypischen Begegnung vollzogen. Ein auf diese Weise vorbereiteter Beitrag wird beantwortet und mündet in eine wache Interaktion. Mit den Begriffen gewahren, platzieren, ankommen, Impuls geben, antworten, begleiten und sammeln beschreibe ich acht Phasen einer idealtypischen Begegnung. Die Begriffe weisen auch auf die körperlich-seelischen Bewegungen, mit denen ein Tangoschritt getanzt wird. Im Kontaktzyklus werden sie als Vorkontakt, Kontakthanbahnung, Kontaktvollzug und Nachkontakt beschrieben. Der therapeutische Einsatz der Phasen kräftigt die Präsenz, stimuliert die Bewusstheit und moduliert die Kontaktqualität. Die damit verbundene Entschleunigung vitalisiert und differenziert das Selbsterleben und die Wahrnehmung des Feldes. Die im Hintergrund auf Heilung wartenden offenen Gestalten rund um die Dynamiken von eiligen und unvollständigen Kontakten wittern ihre Chance und erleichtern Klient und Therapeut einen erfahrungsgesättigten Zugang zu dem, was wichtig ist.



In einer kontemplativen körper- und tango-orientierten Methode der Gestalttherapie, die ich **Beziehung, die man tanzen kann** (Bdmtk) nenne, werden die acht Phasen einer idealtypischen Begegnung im gemeinsamen Schreiten gestaltet. Was sich zeigt, wird in dem Ritual **Paar-Kontemplation** reflektiert. In diesem Ritual begegnet man sich jenseits von Meinung, Meinungsstreit und Verletzung. Zu den wissenschaftlich untersuchten Wirkungen von Bdmtk gehört, dass sowohl die Kompetenz zur Individuation als auch die zur Hingabe steigt und das Streitverhalten abnimmt. 18 Paare bewerteten einen Monat nach dem Standardwochenende ihre Zufriedenheit mit der Partnerschaft höher als vorher.



Inhalte und Prozesse

- Die acht Phasen einer idealtypischen Begegnung
- Körperorientierte Selbsterfahrung
- Achse und Autonomie: Differenzierung als Kompetenz
- Synchronizität und Konfluenz: Berührung und Flow als Geschenk
- Paar-Kontemplationen: kurze, heilsame und verbindende Rituale

Termin: **Sa. 28. und So. 29. März 2024** jeweils von 10:30 – 13:00 und 15:00 – 17:30 Uhr

Kosten: 240 € für Einzelne — 440 € für Paare. Anmeldung bei feuerbach.biz/kalender

Ort: Institut für Gestalttherapie und Gestaltpädagogik e.V.

IGG Ansbacher Str. 64, 10777 Berlin



Leitung: **Johannes Feuerbach**

Diplom-Pädagoge, Gestalttherapeut DVG und EAGT, Supervisor DVG, Psychotherapeut EAP/HP. Er entwickelte aus der Lomi-Körperarbeit, der Gestalttherapie, der Kontemplation und dem Tango **Beziehung, die man tanzen kann** als Selbsterfahrungsmethode für Paare. Arbeitet mit den Schwerpunkten Paare, Gruppen und Kontemplation und am IGG in der Weiterbildung PAAR-GESTALTEN.

Fachartikel zu **Beziehung, die man tanzen kann**:

(2022): Beziehung, die man tanzen kann. Gestalttherapeutische Perspektiven. In **GESTALT THERAPIE – Forum für Gestaltperspektiven**. 36. Jg., H. 2, S. 95 – 119

(2019): Das Selbst als Tor und Brücke in den Basisbewegungen des Tango Argentino. In: **Musik-, Tanz und Kunsttherapie**. 29. Jg., H. 1, S. 29 – 34

(2017): Beziehung, die man tanzen kann: Partnerschaft und Tango. In: Ralf Sartori (Hg.): **Tango Global Bd. 3 - Tango in Berlin**. Allitera: München, S. 122 – 144

(2010): Beziehung, die man tanzen kann. Selbsterfahrung für Paare. In: **Musik-, Tanz- und Kunsttherapie**. 21. Jg., H. 3, S. 113 – 122.