# „Der Körper weiß es immer…“

## Embodiment im Coaching & Training
## ein ABF-Transferseminar mit Petra Böhr

Arbeit, Bildung und Forschung e.V.

…was ist Embodiment und wie können wir Embodiment im Coaching, im Seminar und für unsere eigenen Entwicklung einsetzen?

Embodiment ist ein sperriger Begriff für eine wunderbare Möglichkeit, sich selbst und andere besser zu verstehen und mit ihnen zu arbeiten. Vor über 20 Jahren habe ich diese Möglichkeit für meine Arbeit entdeckt. Embodiment ist die Basis, auf der sehr viele Formen der Arbeit mit KlientInnen und TeilnehmerInnen aufbauen – auch wenn es so nicht bekannt oder benannt ist.

Der ABF und ich laden euch ein, gemeinsam das Thema Embodiment zu erkunden, auszuprobieren, selbst anzuwenden und Ideen für die eigene Arbeit mitzunehmen und weiterzuentwickeln.

**Zum Einstieg**

- Definition Embodiment
- Zusammenspiel von Körper - Gehirn - Geist - Psyche
- Erfahrungsaustausch und Diskussion

**Und dann geht es um Anwendungsmöglichkeiten, z.B.**

- im Training
- im Coaching
- in Teamentwicklungen
- …

Ich beziehe mich wesentlich auf die Arbeit von Gunther Schmidt (von dem auch das Zitat ganz oben stammt) und Maja Storch. Ich kann ihre Vorträge auf Youtube sehr empfehlen.

**Ein ABF-Transferseminar – was ist das?**

Ein Transferseminar besteht aus der Essenz aus Erkenntnissen der Wissenschaft, aus unserem Projekt HARI 4.0 an der FU Berlin in Kombination mit unserer Praxiserfahrung.

**Termin:**

08. Mai 26, 17.00 bis 21.00 Uhr

09. Mai 26, 10.00 bis 16.00 Uhr

**Ort:**

Freie Universität Berlin, Fabeckstr. 35, 14195 Berlin

**Kosten:** 45 Euro für ABF-Mitglieder und 130 Euro für Externe

Jetzt könnt ihr euren Körper fragen: Wo in eurem Körper spürt ihr, ob ihr spontan Lust habt, an diesem Workshop teilzunehmen oder nicht?

Anmeldungen und Fragen: **abf@abfev.de, 0176/50196329**