

DVG Tagung 2026: Workshop mit Julianne Appel-Opper

Interkörperliche Beziehungsmuster –

*Bevor wir mit dem Mund Worte sprechen, sprechen schon
unsere Arme und Beine über alte Erfahrungen und Erwartungen*

Anhand von **körperorientierten Übungen** und im Austausch in kleinen Gruppen werden wir uns achtsam, in kleinen Schritten darauf fokussieren, wie wir uns als lebendige Körper, mit Armen, Beinen, Herz und Verstand auf Andere beziehen.

Hierbei können wir auf folgende Fragen schauen:

Was weiß ich als lebendiger Körper darüber mich zu beziehen?

Wo lebt *Vertrauen* in meinem Körper?

Wo lebt *Vorsicht* in meinem Körper?

Wie kann ich achtsam, vorsichtig Echos von alten, prägenden im Körperlichen eingeschriebenen Beziehungen erkunden?

Julianne Appel-Opper, Dipl.-Psychologin, Integrative Gestaltpsychotherapeutin, deutsche/englische Approbation, studierte Supervisorin, internationale Trainerin, eigene Praxis in Berlin. Fortbildungsangebote, Publikationen in deutsch/englisch www.thelivingbody.net