

AUSBILDUNG IN POSTURALER INTEGRATION (PI)

Posturale Integration, kurz PI genannt, ist eine Methode ganzheitlicher Körperarbeit, die von Jack Painter in den siebziger Jahren in den USA entwickelt wurde. Unter Körperarbeit versteht man manuelle Methoden, bei denen chronische Muskelverspannungen aufgelöst werden, das Körperbewußtsein erweitert, die Atmung vertieft und blockierte und unterdrückte Gefühle freigesetzt werden. In der Folge fühlt man sich vitaler und die Lebensgrundstimmung wandelt sich zum Positiven. Im Unterschied zur klassischen Massage ist die aktive Teilnahme des Klienten an dem Prozeß der Körperarbeit erforderlich, um diese Resultate zu erzielen. Es genügt nicht, sich einfach hinzulegen und an sich arbeiten zu lassen - man muß sich als Klient selber bemühen, ein wenig tiefer zu atmen und gewisse Muskeln anzuspannen oder loszulassen.

Unter ganzheitlich versteht man, daß PI an der Veränderung der körperlichen, seelischen und geistigen Haltung arbeitet und daß, wenn der Körper sich entspannt und aufrichtet und man wieder mehr Energie zum Leben zur Verfügung hat, diese körperlichen Veränderungen die Grundlage für eine Entspannung der Gefühlswelt und eine Klärung des Geistes bilden.

PI wird in einer Serie von zehn bis zwanzig Einzelsitzungen von ein- bis eineinhalbstündiger Dauer gegeben, in denen erstarrte Strukturen in den einzelnen Körper- und damit zusammenhängenden Gefühlsbereichen - wie im ersten Kapitel dieses Buches beschrieben - systematisch durchgearbeitet, aufgelöst und zu einer neuen, den Erfordernissen der Gegenwart angemessenen Gestalt integriert werden. Da in chronischen Verspannungen und körperlichen und emotionalen Blockaden viel Energie gebunden ist, nimmt die Antriebskraft und Dynamik einer Person im Verlauf eines solchen Prozesses meist deutlich zu. Da mehr Energie zur Verfügung steht, kann man Projekte und Ziele in Angriff nehmen und Wünsche verwirklichen, von denen man vorher nur träumen konnte, für die einem aber die Kraft gefehlt hat.

Der Unterschied von PI und anderen Methoden der Körperarbeit zu Sport und Gymnastik, durch die der Körper ja auch kraftvoller, geschmeidiger und dynamischer wird und die ja auch Freude bereiten und das Lebensgefühl heben, liegt darin, daß die Verbindung von Körper, Gefühlswelt und hemmenden oder unterstützenden Gedankenmustern mehr im Zentrum der Aufmerksamkeit steht. Dadurch können unterdrückte Anteile oder Schattenbereiche unserer Persönlichkeit bewußt gemacht und integriert werden, wogegen beim Sport die Gefahr besteht, daß man sich zwar für einen gewissen Zeitraum seine Glückshormone verschaffen und ihn erfolgreich als Ventil für angestauten Frust und Ärger benützen kann, daß man dadurch aber nicht unbedingt fähiger wird, die in Liebe und Beruf anstehenden Probleme zu lösen.

PI ist ein Weg, Körper, Seele und Geist als Einheit zu erleben und zu einer größeren Klarheit im Denken, Fühlen und Handeln zu gelangen.

(Auszug aus dem Buch TAO TRAINING, S. 166 f.)



Die Ausbildung zum CERTIFIED POSTURAL INTEGRATOR dauert etwa zweieinhalb Jahre und vermittelt die Fähigkeit, Sitzungen in POSTURAL INTEGRATION zu geben.

Sie beinhaltet:

Theoretisches Wissen

- Anatomie und Physiologie
- Körperzentrierte Charakteranalyse
- Prozeßstrukturen in der Therapie

Handwerkliche Fähigkeiten

- Grifftechniken, Massagestriche
- Gesprächsführung
- Anwendung hypnotherapeutischer Techniken

Selbsterfahrung

- Durcharbeiten des eigenen Körpers
- Klärung der eigenen Charakterstruktur
- Gruppenprozesse (Feedback, Encounter etc)

Praxis

- Austausch von Sitzungen in POSTURAL INTEGRATION und in ihr integrierter Techniken (Gestalt, Reich'sche Arbeit) - Krisenintervention

Supervision

- Feedback und Durcharbeiten der in der Gruppe auftauchenden Probleme (Übertragung, Gegenübertragung, blinde Flecken etc)
- Einzel
- In der Gruppe (Genauere Hinweise über das Curriculum in der Stundenübersicht)

Die Ausbildung in POSTURAL INTEGRATION findet in Zusammenarbeit mit der GPI-österreich (österreichische Gesellschaft für Postural Integration) und dem Center for Release and Integration, San Francisco (Direktor: Jack Painter), statt.

Sie vermittelt neben dem Schwerpunkt der tiefen Körperarbeit ein breites Spektrum an Techniken der Humanistischen Psychologie, die in die Arbeit gut integrierbar sind.

Kontakt & Anmeldung

Dr. med. Achim Eckert, Wien | AUSTRIA

Tel: 0043-699 199 42 453, WhatsApp 0043-681 1069 3874 | **e-mail:** achim.eckert@gmx.at