

## **Das Körpergefühl zurückgewinnen – nach Operationen, Eingriffen und Übergriffen**

**2. bis 4. Dezember 2011**

**Leitung: Dr. Ruth Mischnick**

Feldenkrais & Systemische Beratung

Unfall, schwere Krankheit oder Operation ändern häufig das Gefühl für den eigenen Körper. Das Spektrum reicht von der Verunsicherung bis zur schweren Beeinträchtigung durch Traumata.

Jeder operative Eingriff etwa schädigt *per se* das operierte Gewebe oder Gelenk und belastet den Organismus und stellt somit ein Trauma dar. Jemand hat, während man narkotisiert war das Fleisch durchtrennt, etwas entfernt. Vielleicht war kein Abschied von einem Körperteil möglich.

Die Muskeln rund um einen Operationsherd reagieren oft, indem sie sich krampfartig zusammenziehen. Frauen können nach einer Brustamputation eine chronische Steifheit und Empfindlichkeit in der Schulter und in der oberen Brust spüren. Männer, die sich einer Herzoperation unterzogen haben, spüren etwas Starres und Schmerzhaftes in der Brust. Menschen, die an den Nieren operiert worden sind, haben manchmal unkontrollierbare Muskelkrämpfe im Unterbach und an den Oberschenkeln, wo der Katheder eingeführt worden ist.

Oft genug werden Menschen zusätzlich mit ihren Bedürfnissen nach Aufklärung, ihren Ängsten und dem Wunsch, das Geschehene aufzuarbeiten, alleine gelassen. Die Aktion des Helfenden wird nicht hinterfragt oder darf nicht hinterfragt werden, da er ja der Retter ist.

In diesem Seminar wird in wohlwollender Weise der Raum geöffnet, um sich mit dem eigenen Körper und den erfolgten Beeinträchtigungen in einer Weise auseinander zu setzen, die eine Integration des Geschehenen ermöglicht.

Das Seminar bietet eine Kombination von Körperübungen, die die konstruktive Eigenwahrnehmung steigert und eine fundierte Aufklärung zu Traumafolgen und deren Reintegrationsmöglichkeit mit systemischen Methoden.

---

### **Kontakt**

E-Mail: [institut\\_systemische\\_beratung@yahoo.de](mailto:institut_systemische_beratung@yahoo.de)

Telefon: 00 49-(0) 228 - 850 94 49

Adresse in Bonn Beuel:  
Institut für Systemische Beratung  
von-Sandt-Straße 64  
53225 Bonn

[www.ruthmischnick.de](http://www.ruthmischnick.de)