

## **Körperorientierte Gruppenpsychotherapie und Selbsterfahrung**

Zeit: **Mittwoch 18:00 - 20:30**

Beginn: **29. 9. 2021**, späterer Einstieg  
möglich

Umfang: 27 Abende + 1 Therapie-Einheit +  
2 Wochenend-Seminare

Leitung: Gaby und Christian Bartuska block-  
weise abwechselnd (an den Wochen-  
enden gemeinsam)

Kosten: € 2100.- (befreit v.d. Mwst.)

Anmeldeschluss: 2 Wochen vor Beginn

**Seminartermine:** 12.-13. November 2021 und  
April/Mai 2022



**Wer bin ich?**

**Wie gehe ich mit aktueller/alter Angst um?**

**Wie kann ich mich besser spüren?**

**Brauche und/oder fürchte ich Nähe und  
Körperkontakt?**

**Wie zeige ich mich? Und wann und wo?**

**Wie bin ich so geworden, wie ich erscheine  
oder wie ich mich sehe?**

**Was ist mein Ziel?**

**Was in mir hindert mich, es zu erreichen?**

**Welche Schritte kann ich jetzt konkret  
machen?**

Diese Gruppe bietet intensive Auseinandersetzung mit unserer heutigen und der „gelernten“ Wirklichkeit, unseren Fähigkeiten und Möglichkeiten.

Wir erforschen gemeinsam, wer wir hinter der gewohnten Fassade, unserem mehr oder weniger gut angepassten Verhalten wirklich sind, welches Potential an Kraft, Lebenslust und Kreativität in uns steckt.

Gegenseitige Unterstützung und Herausforderung in der Gruppe sind die Basis für individuelle und gemeinsame Entwicklung. Wohltuende emotionale und körperliche Berührung\* ist dabei genauso Thema, wie Schutz und Grenzen aufzubauen.

### **Zentrale Themen:**

- Körper- und Selbstwahrnehmung
- Gefühle wahrnehmen, ausdrücken, loslassen
- tiefe Entspannung
- natürliche Bewegung und befreiender Tanz
- Berührung und Kontakt\*
- Grenzen
- Selbstregulation der Bedürfnisse
- Beziehung zu sich und Anderen
- Anregung der Selbstheilungskräfte
- lebendig sein und sich wohlfühlen
- Verstehen, Feedback und Integration

\*Entsprechend den dann geltenden Regelungen (eventuell  
Maske, Abstand etc.)

**Anmeldung:** Telefonisch oder schriftlich bei Gaby und Christian Bartuska, Haizingerg. 43/4, 1180 Wien, **Tel: 01 47 02 443** oder per Mail: [gaby.bartuska@chello.at](mailto:gaby.bartuska@chello.at) und durch **Überweisung** von **350.- €** auf unser Konto bei der Ersten Bank, lautend auf Christian und Gabriele Bartuska,  
IBAN: AT78 2011 1000 0483 8769.

Der Kursbetrag (minus Anzahlung) ist fällig mit Beginn der Gruppe (Teilzahlung nach Vereinbarung, in maximal 3 Raten bis 28. 2. 2022), bei Abbruch bleibt die Zahlungsverpflichtung aufrecht, außer bei einvernehmlicher Lösung. Bei Rücktritt € 30.- Bearbeitungsgebühr, später als 2 Wochen vor Beginn erfolgt Erstattung der Anzahlung nur, wenn ein/e TeilnehmerIn von der Warteliste nachrückt.

**Die Einzel-Einheit ist obligatorisch vor Beginn der Gruppen-Psychotherapie (50 Minuten, 100.- €, keine Mwst., bei Teilnahme im Preis inbegriffen).**

Die Anzahlung ist Teil des Gesamtbetrages. Mindestanzahl der TeilnehmerInnen: 6.  
Ein Einstieg nach Beginn ist bis Mitte Februar möglich.

**Mag.<sup>a</sup> Gabriele Bartuska, Dipl.-Psych.,**  
Psychotherapeutin, klinische u. Gesundheitspsychologin, geboren 1952; 1977-1985 psychotherapeutische Arbeit mit Erwachsenen, Kindern und Jugendlichen in Beratungseinrichtungen, in freier Praxis seit 1985, Ausbildung in Klientenzentrierter Psychotherapie.

**Christian Bartuska,** Psychotherapeut,  
Dynamische Gruppenpsychotherapie, geboren 1946; Arbeit in freier Praxis seit 1972, Ausbildung in Core Energetics.

**Beide haben wir Ausbildungen** in Biodynamischer und in Organismischer Psychotherapie, Fort- und Weiterbildungen in Gestalttherapie, Familientherapie und Psychodrama, sind LehrtherapeutIn und AusbilderIn in Körperpsychotherapie\*, verheiratet, haben 4 Söhne, arbeiten seit über dreißig Jahren zusammen und bieten Fort- und Weiterbildungen an.

Unsere Arbeit beruht auf Wissen, Erfahrung und geschulter Intuition. Im Vertrauen auf die Selbstheilungskräfte des Organismus arbeiten wir primär personenzentriert.

Auch nach jahrzehntelanger Berufspraxis sind wir dankbar für immer wieder neue berührende Erfahrungen und Lernprozesse.

\*Körperpsychotherapie ist in Österreich noch nicht staatlich anerkannt

Mehr über uns und unsere Angebote auf unserer Homepage:

[www.bartuska.at](http://www.bartuska.at)



Bitte geben Sie/gib diese Ankündigung auch an andere InteressentInnen weiter. Wenn Sie unsere Aussendungen nicht mehr erhalten wollen, schicken Sie sie bitte mit dem Vermerk „unerwünscht“ zurück.

Herzlichen Dank  
Gaby und Christian Bartuska

Medieninhaber und für den Inhalt verantwortlich:  
Christian Bartuska, Haizingerg. 43/4, 1180 Wien  
Tel.: 01 47 02 443

## *Körperorientierte Gruppenpsychotherapie und Selbsterfahrung 2021/22*



mit

**Mag.<sup>a</sup> Gabriele Bartuska**

*Psychotherapeutin, Klinische und  
Gesundheitspsychologin,  
körperorientierte Psychotherapie*

und

**Christian Bartuska**

*Psychotherapeut,  
Dynamische Gruppenpsychotherapie,  
körperorientierte Psychotherapie*