

## Sicher im Leben stehen KBT-Selbsterfahrung

Nach Rückschlägen und Krisen geht es oft darum, „wieder auf die Füße zu kommen“. Manchmal müssen wir etwas durchstehen, auch wenn wir es eigentlich nicht ausstehen können. Wir beziehen Stellung, vertreten unseren Standpunkt. Unsere Füße tragen uns durchs Leben, lassen uns spüren, dass wir „Boden unter den Füßen“ haben. Und manchmal ist es auch gut, die „Füße hochzulegen“. In diesem Seminar wollen wir mit den Methoden der KBT körperlich nachspüren, wie wir im Leben stehen und wie wir den Kontakt zum Boden nutzen können, um Sicherheit zu erfahren.

### Seminarleitung



**Maria Stippler-Korp**

Psychotherapeutin (KBT)  
Klinische Psychologin  
Lehrtherapeutin

**Petra Praxmarer**

Psychotherapeutin (KBT)  
Klinische Psychologin



**Seminarzeiten:** **Freitag, 21. November 2025, 16:00 Uhr bis**  
**Sonntag, 23. November 2025, 13:00 Uhr**

**Kosten:** € 300 für 20 Arbeitseinheiten á 45min zuzüglich Raummiete (bei 8 TN € 25,00; bei mehr TN entsprechend weniger)

**Ort:** Kraftort.tirol, Pradlerstraße 30, 6020 Innsbruck

**Teilnehmer:innen:** min. 8, max. 12

**Mitzubringen:** bequeme Kleidung, Decke, Schreibzeug

**Methode:** In der Konzentrativen Bewegungstherapie (KBT) wird der Körper als Ort des gesamten seelischen Geschehens verstanden. Ziel der Konzentrativen Bewegungstherapie ist ein achtsamer Umgang mit sich selbst im Alltag und in Beziehungen. Die KBT bedient sich des Gesprächs, der Körpererfahrung und der Arbeit mit Symbolen um die Zusammenhänge zwischen Körper, Seele und Geist spür- und erlebbar zu machen. Das so Erlebte wird auf tiefenpsychologisch orientierter Grundlage gemeinsam reflektiert.

**Anmeldung:** Maria Stippler-Korp, per Email an [psychotherapie@telfs.com](mailto:psychotherapie@telfs.com) und Einzahlung der Teilnahmegebühr (€ 300,-), Verwendungszweck: KBT-Selbsterfahrungsseminar. Die Raummiete wird beim Seminar verrechnet.

**Anmeldeschluss:** 17. Oktober 2025

**Stornobedingungen:** Bei Stornierung bis zum 17. Oktober 2025 wird die Seminargebühr zur Gänze rückerstattet. Bei Stornierung bis zum 07. November 2025 werden 50% der Seminargebühr rückerstattet. Bei Stornierung bis zum 14. November 2025 werden 25% der Seminarkosten rückerstattet. Bei späterer Stornierung wird die Seminargebühr einbehalten.

Überweisung des Seminarbeitrags auf das Konto  
IBAN: AT29 2050 3033 0208 8657  
BIC: SPIHAT22XXX