



www.hakomi.de



HAKOMI®

Embodiment in Achtsamkeit – Bewegung und Haltung HAKOMI-basiert anwenden –

Fortbildung für HAKOMI Therapeut*innen und
Interessierte aus anderen körpertherapeutischen /
psychotherapeutischen Bereichen

**19. bis 22. November 2026
im Schloss Wasmuthausen**

Leitung: Micheline Schwarze, Hans-Joachim Diehl

EMBODIMENT IN ACHTSAMKEIT

– BEWEGUNG UND HALTUNG
HAKOMI-BASIERT ANWENDEN –

FORTBILDUNG



Leitung:
Micheline Schwarze und
Hans-Joachim Diehl

Die Verbindung von Psyche und Körper ist ein Kernaspekt in der Arbeit mit der HAKOMI Methode. Der Körper als Ausdruck und Speicher der Lebenserfahrungen dient uns als Tür zur Psyche und ermöglicht Bewusstwerdung.

In diesem Workshop experimentieren wir mit Bewegungen und Körperhaltungen. Dabei richten wir die Aufmerksamkeit auf die



Wechselwirkung von Embodiment und Psyche. Mit Hilfe von Bewegungs- und Haltungsangeboten – unter anderem inspiriert aus dem Bereich des Qigong – erforschen wir, welche inneren Themen dadurch angesprochen werden. Indem wir neugierig und spielerisch die eigenen Erfahrungen in Achtsamkeit

erkunden, schaffen wir Bewusstheit und Zugang zu limitierenden Mustern und tiefen Überzeugungen sowie zu Ressourcen und Potenzialen.

Zielsetzung der Fortbildung ist es, unterschiedliche Wege kennenzulernen, wie man Bewegung und Haltung wirkungsvoll in der Prozessbegleitung einsetzen und auch zur Unterstützung der Selbstregulation anwenden kann.

TERMIN	19.11. – 22.11.2026
ORT	Seminarzentrum Schloss Wasmuthhausen
ZEITEN	1. Tag 15:00 – 18:30 Uhr, 2. – 3. Tag 10:00 – 18:00 Uhr (inkl. 2h Mittagspause), 4. Tag 09:00 – 13:00 Uhr, Abschluss mit anschließendem Mittagessen
KOSTEN	520,00 €, Frühbucher bis 8 Wochen vor Beginn 470,00 €

HAKOMI INSTITUTE OF EUROPE e.V.,
Verwaltung: Bernbacher Str. 117, 90768 Fürth
www.hakomi.de, info@hakomi.de, +49(0)911 30 700 71