



## Sylvia Keller-Kropp

Dipl. Soz.-Päd.,  
Therapeutin für Konzentrierte  
Bewegungstherapie (KBT) und  
Feldenkrais-Lehrerin,  
NLP-Lehr-Trainerin (DVNLP),  
Coach (DCV), Supervisorin (DGSv),  
Online-Beratung.  
Tätig in eigener Praxis als Beraterin und  
Therapeutin, Coach und Supervisorin,  
und an verschiedenen Einrichtungen als  
Seminarleiterin und Trainerin.

Memelstraße 24  
89231 Neu-Ulm  
Tel: 0731 – 84556  
Fax: 0731 - 9807280  
Mobil: 0173 – 2745414  
Email: [info@keller-kropp.de](mailto:info@keller-kropp.de)  
<https://keller-kropp.de>

## Wichtig zu wissen

### Die Zeiten:

Die Gruppe findet immer dienstags, alle 14 Tage, von 19.00 – 21.00 Uhr statt. Sie können wählen, ob Sie an der Präsenzgruppe oder lieber an der Online-Gruppe teilnehmen möchten.

**1.Präsenz-Gruppe**, bis zu den Sommerferien, 4 mal  
8.6.21 – 22.6.21 – 6.7.21 – 20.7.21

### Ort:

Praxis Keller-Kropp, Memelstraße 24,  
89231 Neu-Ulm

### Kosten:

Die Teilnahmegebühr beträgt  
40,-€/Abend, 160,-€ insgesamt.

**2.Online-Gruppe**, bis zu den Sommerferien, 5 mal  
1.6.21 – 15.6.21 – 29.6.21 – 3.7.21 – 27.7.21

Wir treffen uns auf Zoom. Der Zugangslink wird immer ein paar Tage vor dem Gruppenabend neu zugeschickt.

### Kosten:

Die Teilnahmegebühr beträgt  
40,-€/Abend, 200,-€ insgesamt.

### Infos, Anmeldung, Bezahlung:

Anmeldung schriftlich oder per Mail:  
[info@keller-kropp.de](mailto:info@keller-kropp.de)

Wenn wir uns noch nicht kennen, bitte ich um ein *Vorgespräch*. (Kosten: 70,-€)

# Selbsterfahrung in der Gruppe

## Selbstwert stärken – in Kontakt sein



## Hilfreiche Impulse für Körper, Geist und Seele

**Juni – Juli 2021**

mit  
**Sylvia Keller-Kropp**

**Die Konzentriative Bewegungstherapie –**  
 KBT- ist eine körper- und bewegungsorientierte psychotherapeutische Methode, bei der das Zusammenwirken von Körper und Seele im Vordergrund steht. Jeder Gruppenabend enthält einen sog. Handlungsteil und einen Gesprächsteil. Im **Handlungsteil** geht es um Körperwahrnehmung und Bewegungsausdruck, um *auf etwas zugehen* und *etwas hinter sich lassen*, um *Kontakt aufnehmen und gestalten*, um seinen *Standpunkt finden*, *etwas in Angriff nehmen*, um ein paar Beispiele zu nennen. Im Bewegungsverhalten kommt das subjektive Erleben zum Ausdruck, wird greifbar und sichtbar und kann im sog. „Probieren“ verändert und erweitert werden. Sie können einfach mal etwas Neues ausprobieren!  
 Der **Gesprächsteil** dient dem Verstehen und Aufarbeiten des in der Gruppenarbeit Erlebten unter Einbeziehung der Lebensgeschichte und der Integration in den Alltag.  
 Elemente aus dem **NLP - Neurolinguistisches Programmieren** nehme ich hinzu, um die Struktur der Erfahrung, die mentale Verarbeitung des Erlebten, zu bearbeiten: wenn wir uns mit unserer inneren Haltung, unseren Überzeugungen und Glaubenssätzen beschäftigen, die wir aufgrund unserer Erfahrungen gebildet haben. Wenn wir herausfinden wollen, wie sie uns heute steuern – positiv wie negativ – und wie wir sie zum Guten verwandeln können.

**Ist die Gruppe auch etwas für mich?**

- Dieses Angebot richtet sich an Frauen und Männer, die sich *weiter entwickeln* möchten, die ihre Probleme und Konflikte angehen, verstehen, lösen wollen und denen der Austausch mit anderen, gleichgesinnten Menschen wertvoll ist.
- Die Gruppe ist offen für alle, die *nach einem Klinikaufenthalt* weiter Begleitung und Unterstützung wünschen
- Die Gruppe ist eine gute *Ergänzung zu einer Einzelpsychotherapie*

**Was in dieser Gruppe möglich ist:**

- den eigenen Körper besser verstehen und ihn (vielleicht?) als Freund (zurück-) gewinnen
- sein Selbstwertgefühl stärken,
- lernen, wertschätzender mit sich selbst umzugehen,
- Antworten finden auf die Frage, wie es gehen kann, Grenzen zu setzen,
- das für Sie richtige Maß an Nähe und Distanz herausfinden,
- Ihre Konfliktfähigkeit erweitern und Freude an Auseinandersetzung finden
- sich bewusst werden, wie Sie Ihre Beziehungen gestalten und was Sie machen können, damit es Ihnen in Ihren Beziehungen gut geht.
- Und vieles andere!



**Anmeldung**

Ja, ich melde mich für die fortlaufende Selbsterfahrungsgruppe an:

**Name & Vorname** \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

**Adresse** \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

**Telefon/Mobil** \_\_\_\_\_

**Email** \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

**Ort, Datum** \_\_\_\_\_

**Unterschrift**

Ich bitte um ein **Vorgespräch** (dies ist erforderlich, wenn wir uns noch nicht kennen)