

THE MOVING CYCLE

- en terapeutisk metode, som arbejder ud fra en psykosomatisk tilgang

Har du oplevet en klient blive tavs mens kroppen viser en række signaler, som klienten ikke selv sætter ord på? Moving Cycle er en metode der tager udgangspunkt i kroppens egne tilstande og bevægelsesmønstre. Som terapeut får du med Moving Cycle et redskab til at skabe kontakt med materiale som er svært eller slet ikke tilgængeligt for verbal bearbejdning og til at integrere dette på en uanstrengt og naturlig måde.

Metoden er helt ny i Danmark og er udviklet af Christine Caldwell, Ph.D. i somatisk psykologi på Naropa Universitet i Boulder, Colorado. Hun har udviklet metoden på baggrund af studier af kroppens iboende helingsprocesser.

Med inspiration fra den nyeste forskning i neuroscience, og tilknytningsteori kombineret med krops- og danseterapi i praksis, giver Moving Cycle en træning i at facilitere personlig og professionel udvikling på en holistisk og dybtgående måde.

Et redskab i krops- eller psykoterapi

Med Moving Cycle som et redskab i kropsorienteret psykoterapi lærer du og dine klienter at udforske og fornemme egen kropslig og psykisk tilstedeværelse. Når du er nærværende i kroppen er det muligt at arbejde med præverbale stemninger og kropslige refleksagtige reaktioner såvel som med tilknytningsmønstre. Du får nye værktøjer til at hjælpe klienterne med at håndtere angst og opnå tryghed igennem arbejdet med kroppens egne selvregulerende kræfter.



Moving Cycle tager udgangspunkt i en fænomenologisk tilgang, hvor du spørger ind til oplevelser i nuet og bruger denne viden til at tage de næste skridt i terapien. Klienten går gennem fire faser med hver sit fokus og terapeutiske forholdemåde. Klienten oplever at hidtil fastlåste tilstande og problemstillinger sættes i bevægelse, og at indre ressourcer og nye handlemuligheder frigives.

Som terapeut opnår du redskaber til at afdække dine egne ubevidste mønstre og overbevisninger for at kunne arbejde med dem bevidst.

Du kropsliggør metoderne for at skærpe dine evner til at facilitere en Moving Cycle session.

Moving Cycle Practitioner over fire moduler

Uddannelsen til Moving Cycle Practitioner tilbyder et sammenhængende sæt af principper, teorier og metoder, samt praktisk træning.

Uddannelsen i Moving Cycle retter sig mod terapeuter og omsorgspersonale, f. eks. til psykoterapeuter, psykologer, ergoterapeuter, Gotved- pædagoger, psykiatriske sygeplejersker, psykomotoriske terapeuter, kropsterapeuter og danseterapeuter, og andre.

- Modul 1 består af introduktion til principperne for The Moving Cycle, bevægelsesøvelser i grupper og parvis, hvor deltagerne kan opøve bevægelsesstrategier der opbygger empowerment, glæde og naturligt flow samt forståelse for hvordan bevidstheden kan ændres gennem kropsarbejde.
- Modul 2 fordyber sig i hvordan man kan bruge sin egen krop i forhold til terapeutisk arbejde med andre, gennem forståelse af relationer, kropslige karakterstrukturer og energi.
- Modul 3 fordyber sig i arbejdet med trauma og vanemæssige blokeringer i form af mikrobevægelser og dissociation.
- Modul 4 består af introduktion til berøring, psykofysiske udvikling, tilknytning og komplekse Moving Cycle sessioner.

Introduktionskurset fokuserer på praktiske erfaringer med nogle grundprincipper i Moving Cycle metoden. Du vil selv opleve hvordan en proces af forandring mod healing og balance kan indledes. Du får et overblik over Moving Cycle uddannelsen.

Aktuelle datoer og priser finder du på min hjemmeside www.CREAUM.dk

Kursussted

Polaris Centret
Kyndeløse Sydmark Strandvej 22
4070 Kirke Hyllinge



Foto Laila Versemann

Om Ute Maria Lang

Ute Maria Lang har privat Moving Cycle-praksis for grupper og individuelle klienter på Polaris Centret ved Kirke Hyllinge, Sjælland.

Ute Maria er godkendt som bevægelsesorienteret psykoterapeut af "The European Association for Psychotherapy" og som danseterapeut og træner af "Berufsverband der Tanztherapeutinnen Deutschlands". Hun er Moving Cycle Practitioner og Træner.

Oprindeligt er Ute Maria Lang uddannet i bevægelsesanalyse i New York i 1980/81. Hun har en BA i pædagogik og psykologi fra Teknisk Universitet i Berlin. 6 års erfaring som danseterapeut inden for hospitalspsykiatrien i Berlin. Fra 1986 - 2010 har Ute Maria haft sin egen kliniske danseterapiuddannelse i Berlin.

Praktiske oplysninger

Modul 1 er bygget over 4 weekender, hvor vi vil fokusere på metodiske aspekter i Moving Cycle samt træne og kropsliggøre de koncepter, som er grundlægende relevante i de 4 faser.

Datoer Modul 1;

4 weekender opstart efterår 2020

Pris: 7200 kr./ eller 1950 kr. per weekend

Kursustider

fredag kl. 15 – 20; lørdag kl. 11 – 19
søndag kl. 9 – 13

Kursussted til Modul 1

Polaris Centret
Kyndeløse Strandvej 22
4070 Kirke Hyllinge

Deltagelse i en Introduktionsdag er forudsætning for at deltage i uddannelsen.

Du er velkommen til at kontakte mig vedrørende uddannelsen under info@ulang.dk eller

Facebook: CREAUM.dk

Mobil Pay til Tlf. 27814588

www.CREAUM.dk

**The Moving Cycle,
en procesorienteret efteruddannelse i
bevægelsesorienteret psykoterapi og
undervisning**

ved Ute Maria Lang