

Dr. med. Marita Conrady
Fachärztin für psychotherapeutische Medizin
86971 Peiting, Bahnhofstr. 36 Tel. 08861-6115 Fax-693241
info@dr-conradty.de

New Identity Process (Bonding-)Gruppe 2019

Im Raum München biete ich eine monatliche Bondinggruppe als wachstumsorientierte, emotionalbetonte körperliche Selbsterfahrungsgruppe an, die auch mit traumaspezifischen Elementen verknüpft, Prozesse verlangsamten soll und damit ressourcen-orientiert, achtsam und liebevoll eigene, wohltuende Kräfte freisetzt.

Die Adresse lautet: **Stephanuskirche in der Nibelungenstr. 51, 80639 München**

Eine Nebenstrasse ist die Sindoldstr. 3 / Eingang Jugendhaus Discoraum im UG

Voraussetzung einer monatlichen Teilnahme ist eine vorherige Bondingerfahrung in einer der Kliniken, bei meinen Wochenenden oder anderswo.

Die Bonding-Methode eignet sich für die meisten Menschen gut, um besseren Zugang zu ihrer Gefühlswelt zu gewinnen und um Bindungen zu vertiefen. Viele hatten nie die Erlaubnis, ihre Bedürfnisse und Emotionen auszudrücken, auch fand dies meist wenig Aufmerksamkeit, Bestätigung und Achtsamkeit. Die intensive Begegnung mit anderen Gruppenmitgliedern gibt Dir die Möglichkeit alte zerstörerische (Sucht-) Mechanismen aufzugeben und neue Wege zu liebevollerem und erfüllterem Leben zu entdecken.

Bonding ist ein biologisch verankertes Grundbedürfnis des Einzelnen nach emotionaler Offenheit und körperlicher Nähe zu anderen Menschen. Dies ist ein Gemeinschaftsprozess und wird in der Gruppe zum Ausdruck gebracht, um ein frühes Defizit an einfacher körperlicher und seelischer Zuwendung mit Aufmerksamkeit und Liebe auszugleichen. Eingefahrene Denk-, Gefühls- und Verhaltensmuster, die oft wie ein Gefängnis oder Panzer wirken, können nur aufgelöst werden, wenn auf allen 3 Ebenen (körperlich, seelisch und kognitiv) neue Muster geübt werden.

Eine abendliche NIP Sitzung dauert 4 Stunden und verlangt in einer fortlaufenden Gruppe die Einwilligung regelmäßig monatlich zu kommen und setzt ein ½ Jahr Verpflichtung voraus. Die Verabschiedung eines Teilnehmers sollte 3 Gruppen vorher eingeleitet werden.

Der Abend kostet einen Beitrag von 40,- , bei Nichterscheinen kannst Du Dich um einen Ersatz aus der Springerliste bemühen, sonst ist der Ausfall mit 40,- € zu bezahlen.

Folgende Termine für 2019:

Jeweils am **Donnerstag von 18.30 bis 22.30 Uhr.**

am 24. Januar 2019

am 28. Februar

am 28. März

am 25. April

am 23. Mai

am 27. Juni

am 25. Juli 2019

im August kein Termin

am 26. September.

am 24. Oktober

am 21. November

am 12. Dezember

Meldet Euch bitte telefonisch , täglich Dienstag oder Mittwoch von 8.30-9 Uhr oder per email bei mir an.

Peiting, im 03.10.2018