

SYSTEMISCHE UND INTEGRATIVE  
BEWEGUNGSLEHRE®



# Ausbildungslehrgang 2007-2010



[www.isib.org](http://www.isib.org)

Dr. Nurit Sommer Gudrun Schreiner

# S I B – Systemische und Integrative Bewegungslehre®

## *Die Kunst, Berührung, Bewegung und Bewusstheit für Gesundheit zu nutzen*

Dr. Nurit Sommer und Gudrun Schreiner bieten seit 1993 erfolgreich 3-jährige Ausbildungen und Schwerpunktseminare in **Systemischer und Integrativer Bewegungslehre®** an.

Die **Systemische und Integrative Bewegungslehre® – S I B** – ist eine Methode der Gesundheitsvorsorge durch Schulung von Flexibilität und Bewusstwerdung.

**S I B** beruht auf einem bewegungspädagogischen Konzept mit therapeutischen Auswirkungen.

**S I B** orientiert sich an den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen von Neurobiologie und Neurophysiologie. Diese Wissenschaften bestätigen, dass ein gutes Zusammenspiel von bewusstem Bewegen, empfindendem Fühlen, Denken und Handeln eine wesentliche Voraussetzung für Gesundheit und Heilung ist.

Durch neugieriges, ungewohntes Lernen werden innere Qualitäten erfahrbar, die auf das Leben in versöhnter, liebevoller und humorvoller Weise blicken lassen.

So wird das ganze Potenzial eines Menschen lebendig.

In den Ausbildungen für **Systemische und Integrative Bewegungslehre®** sind die von Univ. Prof. Alon Talmi entwickelten Feldenkrais- Berührungs- Lektionen eine wesentliche Basis. Ihre Besonderheit beziehen sie aus ihrer Klarheit und tiefen Wirksamkeit. Alon Talmi legte neben der großen intuitiven Feinheit seiner Arbeit auch großen Wert darauf, sein präzises pädagogisches Konzept wissenschaftlich zu formulieren. Er autorisierte Dr. Nurit Sommer in diesem Sinne seine Lektionen zu lehren.



*Berührung senkt den Spiegel der Stresshormone.  
Ohne Nebenwirkungen kann sie zugleich  
Diagnose und Therapie sein.“*

Alon Talmi

**SIB** konnte in jahrelanger Zusammenarbeit mit Gudrun Schreiner als Systemische Psychotherapeutin weiterentwickelt werden. Der systemisch- lösungsorientierte Ansatz bereichert die Körperbewusstseins- Arbeit durch die Sensibilisierung für Denkmuster und Sprache. So werden das Wissen und die Praxis der Feldenkraismethode® mit systemisch-therapeutischen Verfahren zusammengeführt.

**SIB** verbessert die körperliche und seelische Balance.

**SIB** ist sinnvoll bei:

Stresssymptomen, Einschränkungen und Beschwerden des Bewegungsapparates, Bandscheibenproblemen, bei neurologischen Erkrankungen, Spannungskopfschmerzen, Fehlhaltungen und den oft schwierigen Folgen, Atemproblemen ...

**SIB** wird in der Rehabilitation nach Unfällen ebenso angewandt wie in der Geburtsvorbereitung und zur Verbesserung des künstlerischen Ausdrucks.



*„Besitze deinen Körper  
und kenne ihn.  
Er ist etwas, das dir von  
draußen zukommt,  
ein Ding unter anderen und das  
nach außen dringt wie eine Sonde.  
Unter all den anderen Dingen  
ist er das einzige, was du gleichzeitig  
draußen und drinnen spürst.  
Er ist somit der Schlüssel,  
der dich in die Bedeutung alles  
Übrigen einführen kann.  
Alle Geschöpfe haben ihr Echo in  
deinem Körper, wie das Tosen des  
Meeres in der Muschel.“*

unbekannter Autor

Umfangreiche Informationen zu Methode und Ausbildung: [www.isib.org](http://www.isib.org)

# 3-jährige Ausbildung in Systemischer und Integrativer Bewegungslehre® 2007-2010 Wien, Graz

Die Ausbildung ist eine eigenständige Berufsausbildung und kann ohne einschlägige Vorbildung erlernt werden. Sie eignet sich als Fortbildung für Menschen in sozialen, psychosozialen und medizinischen Berufen. Das **Zertifikat** berechtigt zur freiberuflichen Anwendung von **SIB** als Bewegungspädagogin.

In der Ausbildung erlernen Sie:

**Die Berührungslektionen** nach Univ. Prof. Alon Talmi. Diese ermöglichen durch ihre Klarheit, Struktur und in die Tiefe gehende Wirkung, dass Nervensystem, Knochen und Muskulatur ihren ursprünglichen Funktionen entsprechend verwendet werden können. Die Lektionen sind fein abgestimmte Abläufe, die durch die Sprache der Hände auf den gesamten Organismus und seine Lernfähigkeit wirken. Damit wird das Körperbewusstsein geschult, Haltung, Atmung und Koordination werden verbessert und vielfach wird Schmerzfreiheit bewirkt.

**Bewusstheit durch Bewegung®** – Gruppenarbeit

Diese in der Gruppe angeleiteten Bewegungsabläufe dienen der Entschlüsselung der eigenen Bewegungsmuster und lehren einen guten „Selbstgebrauch“, sowie Balance und Aufrichtung. Dies sind Voraussetzungen für die Arbeit mit KlientInnen.

**Systemische Arbeitsweisen**

Durch systemisch-lösungsorientierte Interventionen werden einerseits die verbale Kompetenz für die Begleitung von Veränderungsprozessen gelehrt; andererseits dienen sie der Selbsterfahrung mit Methoden der Familien-, Symptom- oder Strukturaufstellungen.

**Kampfkunstabewegungen des Weißen Kranich-Silat**

Einfache Elemente aus der indonesischen Kampfkunst helfen, die eigene Energie zu stärken, die Bewegungskoordination zu verbessern und das Verständnis für Bewegungswahrnehmung und -empfindung zu vertiefen.

*„Krankheit ist oft nur fehlgesteuertes Lernen.  
Es geht um Lehren und Lernen,  
nicht um Krankheit und Heilung“.*

Moshe Feldenkrais



## Weitere Schwerpunkte:

- Analyse von Bewegungsmustern
- Körperlogik und Berührungsanatomie
- Grundlagen des Evolutionsgedächtnisses
- Behandlungsstrategien
- Ordnungen in lebenden Systemen
- lösungsorientierte Gesprächsführung
- Theorie der Bewegungs- und Berührungsarbeit
- Psychohygiene des Helfens



Die Ausbildung beinhaltet 112 Ausbildungstage, aufgeteilt in 4- und 8-Tagesblocks.

**Ausbildungsort:** Wien und Graz

**Kosten:** sind in Raten bezahlbar.  
1. Rate: € 900,-,  
danach: € 281,- pro Monat  
(36 Monate). Preise inkl. 20% Mwst.

*„Des Anfängers Geist hat  
viele Möglichkeiten, der des  
Experten nur wenige.“*

Suzuki Roshi



# Daten

## Informationsabende mit Demonstration:

**Wien:** Mittwoch, 28. Februar 2007, 18 Uhr  
Montag, 01. Oktober 2007, 18 Uhr  
Ort: Praxis Dr. Nurit Sommer, Köhlerg. 20/2, 1180 Wien

**Graz:** Dienstag, 27. März 2007, 18 Uhr  
Mittwoch, 26. September 2007, 18 Uhr  
Ort: Praxis Gudrun Schreiner, Plüddemanngasse 19, 8010 Graz

## Auswahlseminare:

**Wien:** 20.-22. April 2007, Anmeldeschluss 28. Februar 2007

**Graz:** 19.-21. Oktober 2007, Anmeldeschluss 28. September 2007

**Kosten:** € 264,- inkl. 20% Mwst.

**Ausbildungsbeginn:** Wien, 10.-18. November 2007



*„Empfindung und Bewegung  
sind die beiden zentralen  
Prozesse unseres menschlichen  
Systems. Wir können nichts  
anderes fühlen als Bewegung.“*

Thomas Hanna



## Anmeldung

### Informationsabende in Wien und Graz:

Telefonisch oder schriftlich, formlos per Email oder Fax

### Auswahlseminar Wien:

mit Anmeldeabschnitt oder Online Formular  
nurit.sommer@isib.org oder Fax: 01/470 18 28

Dr. Nurit Sommer, Köhlerg. 20/2, A-1180 Wien, Tel. 01-470 18 60

und gleichzeitiger Bezahlung des Seminarbeitrages

Dr. Nurit Sommer, BA-CA, BLZ 12000, Kto-Nr. 0644 38 38 501

### Auswahlseminar Graz:

mit Anmeldeabschnitt oder Online Formular  
gudrun.schreiner@isib.org oder Fax: 0316 69 49 91

Gudrun Schreiner, Plüddemanng. 19, A-8010 Graz, Tel. 0664-31 17 929

und gleichzeitiger Bezahlung des Seminarbeitrages

Gudrun Schreiner BKS, BLZ 17000, Kto-Nr. 481 018 994

Bitte entnehmen Sie alle weiteren detaillierten Informationen, auch alle Anmelde- und Stornobedingungen und die Aufnahmebedingungen für die Teilnahme an der Ausbildung unserer Website [www.isib.org](http://www.isib.org)

## Anmeldeformular

Ihr Name: .....

Adresse: .....

.....

Tel. und Fax: .....

Email: .....

Titel des Seminars/ Termin- und Ortsangabe: .....

.....

Ich bin mit den auf der Website vermerkten Anmelde -und Stornobedingungen einverstanden.  
Meine Teilnahme erfolgt eigenverantwortlich.

Datum: ..... Unterschrift: .....



**Dr. Nurit Sommer**, Kultur- und Sozialanthropologin, Körpertherapeutin, Bewegungslehrerin, Mitbegründerin der Systemischen und Integrativen Bewegungslehre<sup>®</sup>, seit 1987

in freier Praxis tätig, seit 1993 Lehr-, Supervisions- und Fortbildungstätigkeit, Gruppenarbeit zu verschiedenen Themen der Körperbewusstseins- und Bewegungsschulung. Mitarbeit an zahlreichen Kooperationsseminaren (WHO-Projekt „Gesundes Krankenhaus“, Kunsttherapeutisches Curriculum, Apsys-Institut u.a.) Ausbildungen: Feldenkraismethode<sup>®</sup>, Zenbodytherapy<sup>®</sup>, Triggerpoint Anatomy<sup>®</sup>, und anderen Körperarbeitsmethoden.

Fortbildungen: Systemische Familientherapie und Aufstellungsarbeit, NLP, Psychosynthese-  
Vieljährige Praxis in Kampfkünsten

Publikation: N. Sommer: „Komm wie Wasser, geh wie Wasser“ (Zusammenwirken v. Körperarbeit und Aufstellungen) in: Baxa, Essen et.al.: Verkörperungen, 2003, Wiesloch, Carl Auer Vlg.



**Gudrun Schreiner**, Psychotherapeutin (SF), Supervisorin, Bewegungspädagogin in freier Praxis. Einzel- und Gruppenarbeit. Lehrtätigkeit für S I B seit

1996. Seit 1996 Seminare für Systemaufstellungen.

Ausbildungen: Funktionale Integration<sup>®</sup>, Zenbodytherapy<sup>®</sup>, systemische Psychotherapie und Aufstellungsarbeit. Fortbildungen in verschiedenen Methoden der humanistischen Psychotherapie, Atem- und Stimmarbeit.

Langjährige Praxis des Weißen Kranich Silat (indonesische Kampfkunst)

Absender: .....

.....

.....

Bitte  
ausreichend  
frankieren

.....

.....

.....

.....