

# Die Arbeit mit dem Tuning Board®

nach Darrell Sanchez



## -ein zweitägiges Intro-Seminar- mit Stefanie-Ellen Bergold

1. Intro im Sommer: 17.06.2023 und 15.07.2023
2. Intro im Herbst: 14.10.2023 und 11.11.2023  
(Kurszeiten jeweils von 10 -13 h und 14.00 - 17.00 h)

Das Tuning Board ist es ein wirkungsvolles somatisches Werkzeug. Es bietet eine sich sanft bewegende instabile Fläche, die das **propriozeptive und vestibuläre System** stimuliert. Die hervorgerufenen Bewegungen dringen schnell in die tiefsten Bereiche des Nervensystems vor. Diese Bewegungen bieten ein Tor zu den gespeicherten Informationen in den dissoziierten oder erstarrten Arealen des Körpers. Einen Kontakt zu diesen Informationen zu bekommen, ist essentiell um unsere Verkörperung transformieren zu können, hin zu mehr **Kohärenz, Resilienz und besserer Selbstregulierung**.

Für unsere Arbeit mit Somatic Experiencing® bietet das Tuning Board hilfreiche Möglichkeiten. Wie wir es als SEP nutzen können, und welche therapeutischen Möglichkeiten sich damit erschließen, wird Thema der Seminar - Tage sein.

Gleichzeitig gilt das Intro-Seminar als erstes Modul der Tuning Board -Seminar-Reihe, die Darrell Sanchez in Deutschland (Berlin) und in der Schweiz (Zürich) anbietet.

Kosten: **300.-€** pro Intro (150.-€ pro Tag)

Ort: Privathaus, Schulteßstieg 19, 22391 Hamburg

**Anmeldung unter: stefanie-ellen-bergold@web.de**

### **Stefanie - Ellen Bergold:**

vom Grundberuf bin ich Diplom-Sportwissenschaftlerin und Bewegungstherapeutin, seit 2012 Somatic Experiencing - Praktizierende und Heilpraktikerin für Psychotherapie. Ich lebe und arbeite in Hamburg. Ich bin seit 8 Jahren in SE-Ausbildungen in der Schweiz und in Deutschland als Assistentin unterwegs und seit 2020 Senior-Assistentin.

Ein Leben ohne spontane Bewegungsimpulse konnte ich mir schon als Kind nicht vorstellen. Der Tanz als Spiel der Verkörperung ist seit meiner Kindheit bis heute eine „lebenserhaltende“ Ressource. Im Zuge der Erfahrungen, die ich mit Bewegung auf dem Tuning - Board mit KlientInnen und für mich selbst machen durfte, sind für mich wichtige Implikationen für therapeutisches Arbeiten erfahrbar geworden. Meine über die Jahre ausgefeilte und fundierten Bewegungstherapeutische-Erfahrungen möchte ich gerne mit SEP-KollegInnen teilen.



ORIGINAL  
*Tuning*  
BOARD™