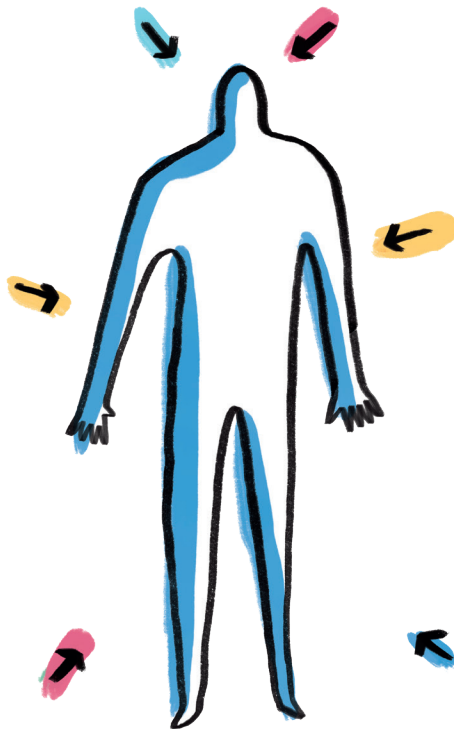


Ausbildung

Basic Body Awareness Therapie

Basic Body Awareness Therapie (BBAT) ist eine ressourcenorientierte Therapie unter anderem für Menschen mit chronischen Schmerzen und/oder psychosomatischen Beschwerden. BBAT stärkt das Körperbewusstsein und das Verständnis für die eigenen Bewegungs- und Haltungsmuster.



Basic Body Awareness Therapie

Kurs A – Grundkurs

Um was geht es?

Viele Menschen leiden heute unter chronischen Schmerzen. Stressbedingte, psychosomatische Erkrankungen, die mit dem Lebensstil oder den Lebensumständen zusammenhängen, nehmen erwiesenermassen zu und führen bei jüngeren wie älteren Menschen vermehrt zu Entfremdung und existenzieller Leere. Dadurch steigt auch die Häufigkeit der psychischen Erkrankungen an. Die betroffenen Menschen entwickeln in der Folge oft ein sehr spezielles und einseitiges Körperempfinden. Wir in den «helfenden Berufen» erleben diese Menschen häufig als schwierige und anstrengende Klienten.

Warum ist das so und wie können wir helfen?
Wie können wir selber gesund bleiben?

Es ist wichtig, dass wir verstehen, wie Körperwahrnehmung (Embodiment) funktioniert und welche Bedeutung sie für unser Bewegungsverhalten und Selbsterleben hat. Um unseren Patientinnen und Patienten helfen zu können, müssen wir auch sehen und benennen können, wo in diesem Bereich ihre Schwächen, aber auch ihre Potentiale liegen. Wir brauchen zudem Instrumente, um sie in ihrem eigenen Verständnis ihrer Problematik abholen zu können. Ansonsten wird die Zusammenarbeit einmal mehr von beiden Seiten als schwierig erlebt. Frustration ist vorprogrammiert.

Diesen und weiteren relevanten Themen werden wir im Kurs BBAT A nachgehen. Vor allem aber ist es ein praktisch orientierter Kurs, welcher die direkte Umsetzung in die praktische Arbeit ermöglicht.

Wann

19.–22.4.2026

Ort

UPK Basel
Wilhelm Klein-Strasse 27
4002 Basel
RM-SC.1.08

Kursleitung

Rahel Johansson,
Dipl. Physiotherapeutin
und BBAT Ausbilder-
Kandidation
Beat Streuli,
Dipl. Physiotherapeut
und BBAT Ausbilder



Der Kurs BBAT A ist der erste von sechs Kursen in der Ausbildung zur Therapeutischen Kompetenz in Basic Body Awareness Therapie.





Inhalte

Der Schwerpunkt liegt auf dem persönlichen Erleben und der Erfahrung mit den Übungen. Diese basieren auf Alltagsbewegungen im Liegen, Sitzen, Stehen und Gehen. Dazu kommen Stimm- und Partnerübungen, sowie spezifische Massagetechniken. Die theoretische Verankerung und die grundlegenden Theorien werden vorgestellt. Ausserdem beinhaltet dieser Kurs eine erste Einführung in die Beobachtung und Beurteilung von Bewegungsqualität (Assessment Body Awareness Scale – Movement Quality and Experience).

An wen richtet sich das Grundseminar?

Der Kurs richtet sich an Physiotherapeutinnen und -therapeuten und Bewegungsspezialisten.

Kosten

CHF 960.- pro Person

Kontakt

Rahel Johansson
Abteilungsleitung Physio-
und Bewegungstherapie,
UPK Basel
rahel.johansson@upk.ch
+41 61 325 52 92

Mitbringen

- › Bequeme Kleidung
- › Verpflegung (Campusrestaurant ist Sonntags geschlossen)

Anmeldung

Per Anmeldeformular auf der Rückseite.



Anmeldung

Basic Body Awareness Therapie

Kurs A – Grundkurs vom 19.–22.4.2026

Name, Vorname_____

Funktion/Beruf_____

Telefon_____

E-Mail_____

Rechnungsanschrift:

Name, Vorname_____

Institution_____

Strasse/Hausnr._____

Plz/Ort_____

Land_____

Bitte füllen Sie das Anmeldeformular
vollständig aus und senden es per E-Mail an:
rahel.johansson@upk.ch

Bitte beachten Sie, dass Ihre Anmeldung verbindlich ist und zur Zahlung verpflichtet.