

## Workshop F3+S3

### **Ich fühle, was du nicht siehst: Bedeutung des Körperbildes und der Sexualität**

Rachel Raoul & Laura Nowak, Dresden

### **Körpertherapeutischer Workshop zur Selbsterfahrung und Selbstorientierung**

In diesem Workshop werden wir uns mit Hilfe von körper- und tanztherapeutischen Methoden gemeinsam auf eine Reise ins körperliche Erleben begeben und das Thema Geschlechtlichkeit genauer explorieren. Dafür kommen wir in Bewegung und Gestaltung, um die eigene Selbst- und Fremdwahrnehmung und körperliche Achtsamkeit in Bezug auf geschlechtliche Prägungen und Sozialisierung zu schulen. Wir werden uns u.a. folgenden Fragen widmen: „Was macht mich aus? Wie fühle ich mich in meinem Körper? Was macht mein Geschlecht aus?“

Bitte kommt in bequemer Kleidung zum Workshop, in welcher ihr euch frei bewegen könnt. Wir werden uns in dem Raum auf Socken bewegen und auf Sitzkissen und/oder Matten sitzen.