

ZU MEINER PERSON

„Auch einfachste Bewegungen werden zur bewegten Lebenskunst, wenn sie aus der Einheit von Körper, Geist und Seele entstehen.“

(Barbara Prostedter)

Ich heiße Barbara Prostedter, bin verheiratet und habe 3 Kinder.

In jungen Jahren begann ich mit Orientalischem Tanz und habe unzählige Kurse bei namhaften Tänzerinnen und Tänzern gemacht. Dieser Tanz ist meine Leidenschaft und ich erlebe den Orient immer wieder neu auf Reisen nach Marokko.



Da dieser Tanz so facettenreich ist wie das Leben, wurde mir schnell klar, dass es mehr als nur eine körperliche Technik ist. Viele Dinge des alltäglichen Lebens wurden mir bewusster in der Verbindung mit Bewegung. So war es ein natürlicher Verlauf die Ausbildung zur Tanztherapeutin zu machen. Bewegung im Kontext der Psychologie fasziniert mich ebenso wie eine Tanzperformance zu kreieren, und Kreativität ist das Element, das beides verbindet.

Die Ausbildung zur zertifizierten Tanztherapeutin habe ich im europäischen Zentrum für Tanztherapie Ezetthera in München abgeschlossen.

Fortbildungen mit dem Thema Trauma sind mir ein besonderes Anliegen. Ich habe mehrjährige klinische Erfahrung mit Gruppen und Einzeltherapien der verschiedensten psychosomatischen Störungen und traumatisierten Menschen.

Spiritualität und die Traditionen des Heilens geben im beruflichen und privaten Leben die nötige Achtsamkeit im Umgang mit Menschen. Deshalb habe ich ebenfalls eine Ausbildung zur Reiki-Meisterin absolviert. Gemäß alten Traditionen bin ich in dankbarer Verbindung mit meinen Lehrerinnen aus verschiedenen Kulturen, Mouna Sabagh, Claudia Löw und Susanne Bender.