

Heilsames Begleiten

Fortbildung in Systemischer Körperpsychotherapie mit Petra Reinhart-Becker und Bringfried Becker

Zielgruppe: Psychotherapeuten, Ärzte, Heilpraktiker, Sozialpädagogen, Sozialarbeiter, Hebammen, Seelsorger, Physiotherapeuten, Logopäden, Masseur, Krankenpfleger und andere professionelle Helfer.

Systemische Körperpsychotherapie:

Menschliches Wachstum ist ein lebenslanger Prozess. Dieses Wachstum gemäß des wesenhaften Potentials benötigt Unterstützung von der Mitwelt. Ist die Person durch schicksalhafte systemische Verstrickungen und mangelhafte oder traumatisierende Begegnung in den frühen Lebensphasen belastet, ist es schwierig den eigenen Lebensfaden wieder aufzunehmen.

In Therapie, Betreuung etc. stehen wir als Begleiter dann vor der Herausforderung; wie kann ich Klienten auf heilsame Weise weg von der Opferrolle, Mangelempfinden und Destruktivität hin zum lebensbejahenden und potentialorientierten Wachstum begleiten? Systemische Körperpsychotherapie ist hierfür optimal geeignet.

Seminar 1: *Die Entstehung von Charakterprägungen I*

Seminar 2: *Die Entstehung von Charakterprägungen II*

In den ersten beiden Seminaren machen wir uns mit Charakterprägungen vertraut. Das sind somatopsychische Strukturen die Menschen als Antwort auf ihr frühes Bindungerleben und ihren Erfahrungen mit der Befriedigung ihrer Grundbedürfnisse körperlich formen. Sie sind als unbewusste Reaktionsmuster und Strategien im Zellbewusstsein und Nervensystem abgespeichert und werden unter Streß in Variationen erneut abgerufen. Wir sprechen dann vom „Stachel im Fleisch“, aus dem heraus wir auf Reize die den frühen ähnlich sind automatisch wie früher reagieren. Charakterstrukturen sichern das Überleben und beinhalten das über die Sinne in unterschiedlicher Intensität Wahrgenommene. So verkörpern wir unser Glaubenssystem über uns und die Mitwelt. Verhalten und gewohnheitsbedingtes Halten (Körperstruktur) bedingen sich so wechselseitig.

Das Konzept der Charakterstrukturen ist hilfreich beim Beachten von möglichen Übertragungs/ Gegenübertragungsreaktionen in der Therapie. Da Menschen auf ihre Eigenart sämtliche Entwicklungsphasen durchleben und ihren Charakter individuell ausformen (Mischstrukturen) gibt dieses Konzept uns für die Therapie hilfreiche Informationen und Impulse. Wir beziehen uns in der Körperpsychotherapie hauptsächlich auf folgende Schulen: Hakomi - körperorientierte Psychotherapie nach Ron Kurtz, Formative Psychologie nach Stanley Keleman, der klassischen bioenergetischen Therapie von A. Lowen und der sanften Bioenergetik nach Eva Reich.

Seminar 3: *Bodyreading - Körperstrukturen verstehen lernen*

Während die ersten beiden Seminare einen Überblick geben über Entstehung, Strategien und Transformation von Charakterstrukturen, geht es hier schwerpunktmäßig um das differenzierte „Körperlesen“. Sie lernen in diesem Kurs, wie Menschen in den einzelnen Körpersegmenten halten und erleben durch Experimentieren, wie sich das Gefühlsleben durch unterschiedliche Körperhaltungen verändert. Es wird deutlich, wie durch Spannungsmuster Gefühle und Lebendigkeit kontrolliert und reguliert werden. Neben dem Körperlesen der klassischen oben genannten Körpertherapieschulen fließen auch unsere langjährigen Erfahrungen mit Bodyreading aus der manuellen, strukturellen Körperarbeit inhaltlich in diesen Kurs ein. Letzteres ist interessant beim Erkennen von Unfallfolgen, krankheitsbedingten Schonhaltungen usw. Von Interesse sind beim Bodyreading ebenfalls die körpertherapeutischen Prinzipien von Erdung, Ladung und Containment auf der energetischen Ebene.

Seminar 4: *Körperbewusstsein - Übungen und Interventionen*

In diesem Kurs vermitteln wir innovative, entwicklungsfördernde Übungen aus oben genannten körpertherapeutischen Ansätzen. Durch Selbsterfahrung erproben Sie die Wirksamkeit der Übungen, erfahren wofür sie geeignet sind und lernen im Partnersetting die Übungen selbst anzuwenden. Wir erproben ebenfalls übend verbale Strategien zu Übertragungs-/

Gegenübertragungsmustern und reflektieren so unsere eigene Haltungen und Reaktionen als Therapeut, Begleiter usw. Unsere Erfahrungen mit Übungen aus innovativen Bewegungsschulen fließen ebenfalls in diesen Kurs mit ein. Therapeutische Berührung ist in vielen therapeutischen Situationen hilfreich, da sie stützend und/oder lösend wirkt. Wir zeigen Ihnen verschiedene Einsatzmöglichkeiten. Wesentlich hierbei ist, daß der Begleiter sie aus einer integren ethisch einwandfreien Haltung heraus anwendet.

Seminar 5: Trauma und Streßregulation

Die Begegnung mit traumatisierten Menschen ist in allen helfenden Berufen allgegenwärtig. Trauma heißt aus dem griechischen übersetzt „Wunde“ und kann durch Unfälle, emotionale und körperliche Verletzungen, Verlust eines nahestehenden Menschen, Krieg, Naturkatastrophen, medizinische Eingriffe, physische und/oder psychische Gewalt, Streß und Komplikationen unter der Geburt verursacht werden.

Ein traumatisches Geschehen wird als Bedrohung der Existenz erlebt. Dabei spielt eine realistische Einschätzung der Bedrohung keine Rolle. Trauma entsteht, wenn Handeln (Widerstand, Verteidigung oder Flucht) nicht mehr möglich ist oder keine Wirkung mehr hat. Die menschliche Selbstregulation wird außer Kraft gesetzt. Die meisten Menschen mit Traumaerfahrungen leiden unter psychosomastischen Störungen und dem posttraumatischen Belastungssyndrom PTBS. Traumasymptome sind mit kognitiv angelegten Techniken schwer zu behandeln. In diesem Seminar zeigen wir Ihnen woran Traumafolgen und PTBS erkennbar sind und führen in erste einfache Strategien zur Lösung ein.

Seminar 6: Die Person im System von Herkunft und Gegenwart

In diesem Seminar vermitteln wir die Evaluation relevanter, systembezogener Fakten (Scriptanalyse) für die Therapie/Beratung. Sie üben systemische und lösungsorientierte Techniken im Einzelsetting anzuwenden. Wesentlich hierbei ist das Üben von Selbst-reflexion, Selbstgefühl und innerer Achtsamkeit.

Seminar 7: Wechseln der Ebenen von Charakter und System

In diesem Kurs wird das Erfahrene und Gelernte aus den anderen Kursen miteinander verwoben. Es wird ausdifferenziert, inwieweit prägende Belastungen systemischen Ursprungs sind und welche aus der lebensgeschichtlichen Charakterbildung herrühren. Hierbei wird deutlich, wie sich beide Ebenen wechselseitig bedingen und beeinflussen. Sie lernen wahrzunehmen wann und wie das Wechseln der Ebenen (Springen) im Prozess des Begleitens hilfreich und sinnvoll ist. Wir nutzen hierfür das Angebot unterschiedlicher Übungen und Interventionen wie: bioenergetische und experimentelle Bewegungsübungen, systemische Interventionen z.B. durch imaginative Prozesse, zirkuläre Fragetechniken, lösungsfokussierte Strategien (Kurztherapie nach de Shazer), Reframingtechniken (NLP).

In der Fortbildung vermitteln wir praxisnah und erfahrungsorientiert die Essenz unserer therapeutischen Arbeit. Der theoretische Teil umfaßt Kurzvorträge und Erläuterungen anhand von Schaubildern. Im praktischen Teil steht erfahrendes und erforschendes Üben im Vordergrund. Theorie und Praxis wechseln einander ergänzend ab. Auf die unterschiedlichen Berufsfelder der Teilnehmer und deren Bedürfnisse gehen wir in der Fortbildung nach unseren Möglichkeiten ein.

Umfangreiche Skripten (ca. 100 Seiten) zu den jeweiligen Themen und eine ausführliche Literaturliste werden ausgegeben.