

Erfahrungsorientierte Körperpsychotherapie für Kinder und Jugendliche



Nicole Gäbler, Berlin 2012

Psychologische Psychotherapeutin, Körperpsychotherapeutin (Hakomi),
Kinder- und Jugendpsychotherapeutin, VT

Persönlicher Hintergrund

- Psychomotorik / Motologie
-> französischer Ansatz von Bernard Aucouturier
- Personzentrierte Psychotherapie für Kinder und Jugendliche
- „Hakomi“ - Erfahrungsorientierte Körperpsychotherapie für Erwachsene mit den Grundprinzipien von *Einheit*, *Organizität*, *Gewaltlosigkeit*, *Achtsamkeit* und der *Körper-Geist-Einheit*

Integration von theoretischen Grundlagen

- Tiefenpsychologisch fundierte Konzepte der Körperpsychotherapie
- Grundlegende Prinzipien der humanistischen Psychologie
- Prinzipien der Achtsamkeit und der Gewaltlosigkeit aus der buddhistischen Psychologie
- wissenschaftliche Systemtheorie (*Organizität*)

mit den Zielen

- Bindung und Verbundenheit
Wachstum, Identität und Autonomie in
der somatischen, emotionalen und
kognitiven Entwicklung der Kinder
körperpsychotherapeutisch zu unterstützen

Menschenbild

- der Mensch ist ein sich selbst organisierendes, selbststeuerndes und selbstheilendes Wesen im ständigen Kontakt und Austausch mit seiner Umwelt
- der Mensch wirkt schöpferisch-kreativ auf die Umwelt ein und wird seinerseits von ihr beeinflusst und geformt -> wechselseitiger Anpassungsprozess
- jeder Mensch ist einzigartig und bildet Charakterstile
- ☐ Verstehen der Sinnhaftigkeit jedes Verhaltens hinsichtlich seines Bezugsrahmens (*Systemisches Denken*)

Körperpsychotherapeutische Praxis

- Spiel, Bewegung, Erleben





Spiel, Bewegung, Erleben als Zugang zur Beziehungsgeschichte

- Vielfältige Bewegungs- und Wahrnehmungserfahrungen im sicheren PM-Raum
- Ansprechen der körpernahen Sinne, Aktivierung der „affekt-motorischen Schemata“
- Unterstützung der Selbstorganisation
- Tracken und Kontakten (Verbalisieren) von Gefühlen, Spiel und Handlungen
- Spiele der tiefgreifenden Rückversicherung (archaische Ängste)
- Spiel vermittelt zwischen innerer und äußerer Realität







Körperpsychotherapeutische Praxis

- Spiel, Bewegung, Erleben
- Der Handlungsraum



Der Handlungsraum

- Tiefliegende Emotionen und Spannungen mobilisieren, freisetzen, regulieren und durcharbeiten
- Verstehen und Erkennen von abgewehrten Erfahrungsinhalten
-> individuelle Charakterorganisation -> Lebensthemen
- Zurück zur Einheit von Fühlen, Handeln und Denken (*SEINS-Qualität*)
- Regression zum Zeitpunkt des Verlustes von Bindungssicherheit
- Neue Erfahrungen mit sich selbst und mit dem Anderen (*missing experience*)









Integration

- Desidentifikation durch Malen, Bauen, Kneten, Geschichten und /oder Gespräche
- Ausdruck und Worte finden für das emotional Erlebte, aber auch Abstand gewinnen, Distanz nehmen zum emotional Erlebtem





Körperpsychotherapeutische Praxis

- Spiel, Bewegung, Erleben
- Der Handlungsraum
- Eine tragfähige Beziehung



Therapeutische Grundhaltung

- Bedingungslose Annahme und Respekt aller Schutz- und Abwehrmechanismen
- Mehr *SEIN* als *TUN*
- Wechselseitige „tonisch – emotionale Resonanz“
- Gewaltlose Haltung
- Kooperation mit dem Unbewussten
- Experimentelle Grundhaltung
- Vertrauen auf die Selbstregulation und Selbstheilungskräfte (*Organizität*)
- Der Körper des Therapeuten als wichtiges Werkzeug

Körpernaher Dialog

- Sehr körpernah den Bewegungen des Kindes folgen

Tonisch – emotionaler Dialog

- Die Körpersprache des Kindes verstehen und non-verbal kommunizieren

Der Körper des Therapeuten

- Frühe Bindungserfahrungen sind körperliche Erfahrungen
- Tonisch – emotionale Resonanz
- Der Körper des Therapeuten als wichtiges Instrument in der therapeutischen Beziehung

Körperpsychotherapie für Kinder und Jugendliche

Zurück zu
den
körpernahen
Sinnen



Bilder: photocase.com

Nicole Gäbler