

Richtlinien und Durchführungsbestimmungen

für die Weiterbildung

Personenzentrierte Körperpsychotherapie

1. Auflage, Dezember 2015

Herausgegeben von der

GwG - Gesellschaft für Personzentrierte Psychotherapie und Beratung e.V.

Melatengürtel 125a

50825 Köln

Tel. +49.221.925908-0

Fax +49.221.251276

e-Mail: gwg@gwg-ev.org

Internet: www.gwg-ev.org

Inhaltsverzeichnis

1.	Zielgruppe	2
2.	Grundorientierung der Weiterbildung	2
3.	Ziele der Weiterbildung	3
4.	Ziele in der Vermittlung von Theorie und Arbeitsmodellen	3
5.	Praktische Ziele der Weiterbildung	4
6.	Methoden der Weiterbildung	5
7.	Dauer und Umfang der Weiterbildung	6
8.	Inhalte der Weiterbildung	6
9.	Träger der Weiterbildung	9
10.	Dozenten	9
11.	Organisatorisches	10

1. Zielgruppe

Mitarbeiter in therapeutisch, beraterischen Bereichen, die Personzentrierte Körperpsychotherapie in ihre Arbeit integrieren möchten, mit therapeutischer Grundausbildung, es sollte aktuell mit Therapie/Beratungs-Klienten gearbeitet werden.

2. Grundorientierung der Weiterbildung

Die Weiterbildung versteht sich vor dem Hintergrund einer humanistischen Psychotherapie als spezieller körperpsychotherapeutischer Ansatz der Personzentrierten Psychotherapie. Diese wird integrativ verstanden, wobei sowohl der experientielle Zweig (Focusing, emotionsfokussierte Therapie) als auch entwicklungspsychologische Modelle und Perspektiven den Bezug zu und den Anschluss an aktuelle klinische Vorgehensweisen der Verhaltenstherapie und Tiefenpsychologie ermöglichen.

Das Grundverständnis der Personzentrierten Körperpsychotherapie lässt sich in folgenden Thesen zusammenfassen:

- Erleben und Erfahrung der Person stehen im Mittelpunkt. Die Schwerpunktsetzung liegt auf dem aktuellen Erleben (Experiencing) im Hier und Jetzt. In Psychotherapie und Beratung auftauchende Inhalte werden immer wieder auf die Grundlage des Körpererlebens rückbezogen
- Der Körper ist die Basis des Selbsterlebens und der Identität. Da jede Erfahrung und Wahrnehmung ihre Basis im Körper hat, ist der Körper letztlich das Fundament des Selbsterlebens und auch der Identität einer Person.
- Das Zentrum der Person ist das erlebende, prozesshafte Selbst.
- Der von innen gespürte Körper ist der grundsätzliche Orientierungspunkt.
- Der Körper ist prozesshaft, er hat seine eigene Fortsetzungsordnung. Der sich selbst organisierende Erlebens- und Entwicklungsprozess der Person und ihres Körper/Selbsterlebens kann durch gute (Beziehungs-)Bedingungen in Richtung eines Wachstumsprozesses angestoßen werden.

- ➔ Zu jeder Situation gibt es eine innere Körperresonanz, die in jeder Therapiesituation angefragt werden kann
- ➔ Die eigene Innenwelt und das Körpererleben sind immer auch intersubjektiv vermittelt. Das subjektive innere Erleben ist gleichzeitig unmittelbar und (sozial) vermittelt. Identität und (authentisches) Selbst können nur durch soziale Interaktion entstehen
- ➔ Der therapeutische Prozess entfaltet sich in der Dialektik zwischen Erfahrung (felt sense) und Reflektion (Griff, Symbolisierung), so wie er im Focusing verstanden wird.
- ➔ Die von Rogers formulierten therapeutischen Grundhaltungen Empathie, Akzeptanz und Kongruenz bilden die Basis einer personenzentrierten Körperpsychotherapie. Sie können körperorientiert umgesetzt werden. Die Bezugnahme auf den eigenen Körper in einer nicht-wertenden, nicht-funktionalisierenden Weise ist Bedingung für den Aufbau von mehr Körperakzeptanz und ein besseres Verstehen des Körpererlebens sowie für die Authentizität im körperlichen Ausdruck.

3. Ziele der Weiterbildung

Das Ziel der ca. 2 ½jährigen Weiterbildung ist, Kolleginnen und Kollegen in Therapie und Beratung auszubilden, den Körper leichter und selbstverständlicher in ihre normale Arbeit mit einzubeziehen. Dazu ist ein gutes Maß an eigener Erfahrung mit körperbezogener Therapie notwendig, ebenso wie die Vermittlung von Techniken und Handwerkzeug.

Die Verbindung mit dem eigenen Therapie- und Beratungsalltag wird durch Supervision hergestellt, in der körperorientierte Zugänge und Perspektiven auf eigene Klienten erarbeitet werden.

4. Ziele in der Vermittlung von Theorie und Arbeitsmodellen

- ➔ personenzentrierte Grundhaltung, Persönlichkeitsmodell, Grundbedingungen
- ➔ Focusing-Theorie

- ⇒ Grundkonzepte der personzentrierten Körperpsychotherapie
- ⇒ Verbindung von Gespräch, Focusing und Körper
- ⇒ somatische Resonanz
- ⇒ Selbstentwicklung, Selbsterleben und Körperselbst
- ⇒ Erklärungsmodelle psychischer Störungen und psychischen Wachstums
- ⇒ störungsspezifische Relevanz personzentrierter Körperpsychotherapie
- ⇒ Wirkfaktoren des personzentrierten Zugangs
- ⇒ Körperpsychotherapeutische Entwicklungsphasen
- ⇒ Körperbezogene Arbeit mit Emotionen
- ⇒ geschlechtsspezifische Fragestellungen
- ⇒ ethische Fragen; Konsequenzen des Einbezugs des Körpers in die Psychotherapie, Umgang mit Berührung

5. Praktische Ziele der Weiterbildung

- ⇒ Schulung und Intensivierung der körperorientierten Wahrnehmung in Beratung und Therapie
- ⇒ Intensive körperorientierte Selbsterfahrung
- ⇒ Erlernen von Grundtechniken (körperorientierte Gesprächsführung, die Körperwahrnehmung öffnende Fragen, in den Therapieprozess einbeziehbare Übungen)
- ⇒ Handwerkszeug der körperlichen Begleitung, eigene körperliche Resonanz als Basis
- ⇒ Einbezug der verschiedenen Erlebens- und Sinneskanäle (Focusing, Achtsamkeit)
- ⇒ Überstieg vom Sprechen zum Körper (mutiger und sicherer werden, Ideen bekommen)

- ⇒ Erlernen und Vertiefen von Focusing-Begleitetechniken
- ⇒ Körperliche Begleitung über die Arbeit mit (und ohne) Berührung
- ⇒ Kontakt, Beziehung und Grenzen im körperorientierten arbeiten
- ⇒ Entwicklung eines eigenen Stils der Integration von körperbezogenem Arbeiten
- ⇒ Erkennen von Grundmustern in Körperhaltung und Bewegung und Arbeit damit
- ⇒ Vorgehensmöglichkeiten des körperbezogenen Arbeitens bei verschiedenen Störungsbildern

6. Methoden der Weiterbildung

In der Weiterbildung werden kurze theoretische Inputs, Interventionsübungen, Rollenspiele und Kleingruppenarbeit eingesetzt. Übungen werden jeweils mit der ganzen Gruppe besprochen und ausgewertet.

Selbsterfahrung zieht sich durch die gesamte Weiterbildung hindurch, alle Erfahrungsangebote werden selbst erprobt. Dazu gehören spezifische Fragestellungen und Themen im Hinblick auf die eigene Person, z. B. die eigene Biographie aus körperorientierter Sicht, eigene Anteile, Sicherheitssysteme, Ressourcen und Schwächen bzgl. der Therapeutenrolle, typische Muster, zentrale Emotionen.

Eigene körperpsychotherapeutische bzw. körperorientierte Arbeit wird durch die Ausbilder in den Seminaren unterstützt und vertieft. Weiterhin soll das Erlernete mit Probeklienten im eigenen Arbeitsalltag erprobt und dort in das sonstige therapeutische Vorgehen integriert werden. Das wird in den Supervisionseinheiten besprochen und reflektiert.

7. Dauer und Umfang

Umfang:

6 Wochenenden (Freitag/Samstag) zu 2 Tagen (je 20 UE), erstes und letztes Wochenende (Freitag bis Sonntag) zu 3 Tagen (je 30 UE), 6 Supervisionstage in zwei Gruppen jeweils 8 Std. in Saarbrücken oder Bochum (48 UE), Intervision, Fallbericht

Dauer insgesamt ca. 2 Jahre, insgesamt 300 Std.

Stundenaufstellung:

180 UE Seminare

48 UE Supervision

40 UE kollegial und Literaturstudium

32 Std. therapeutische Praxis

8. Inhalte der Weiterbildung

1. Seminar: Körperpsychotherapeutische Selbsterfahrung (3 Ausbildungstage)

Theoretische Inhalte:

- ⇒ Geschichte und Bedeutung der Körperpsychotherapie,
- ⇒ Körperpsychotherapie als humanistisches Verfahren
- ⇒ Verändern durch Verstehen (Rogers, Gendlin)
- ⇒ Grundlagen Personenzentrierter Körperpsychotherapie

Praktische Inhalte:

- ⇒ Kennen lernen körperorientierten Arbeitens,
- ⇒ Selbsterfahrung,
- ⇒ Ankommen in der Gruppe

2. Seminar: Personenzentrierte Grundbedingungen in ihrer körperorientierten Umsetzung (2 Ausbildungstage)

Theoretische Inhalte:

- ⇒ Empathie, Akzeptanz, Kongruenz/Präsenz
- ⇒ Entwicklungspsychologische Perspektive in der Therapie

Praktische Inhalte:

- ⇒ körperbezogenes Einfühlen
- ⇒ körperbezogene Wahrnehmung
- ⇒ Körperanamnese
- ⇒ Akzeptanz auf Körperebene
- ⇒ Kongruenz
- ⇒ Präsenz, Körperdialog
- ⇒ relationale Achtsamkeit.
- ⇒ innere körperliche Resonanz als Ausgangspunkt

3. Seminar: Achtsamkeit und Focusing (2 Ausbildungstage)

Theoretische Inhalte:

- ⇒ Achtsamkeitskonzepte
- ⇒ Formen der Achtsamkeit
- ⇒ Bedeutung von Achtsamkeit für die Psychotherapie
- ⇒ Focusing als Schnittstelle zwischen Sprechen und Körper
- ⇒ Das Focusing-Konzept
- ⇒ Die 6 Schritte im Focusing

Praktische Inhalte:

- ⇒ Achtsamkeit in der Körperpsychotherapie
- ⇒ Focusing Schritte in der Personzentrierten Körperpsychotherapie,
- ⇒ Arbeit mit verschiedenen Modalitäten (Körperausdruck)
- ⇒ Körperliches Begleiten, prozessorientiertes Arbeiten, somatische Resonanz

4. Seminar: „Eingänge“ in den Körper (2 Ausbildungstage)

Theoretische Inhalte:

- ⇒ Übergangsmöglichkeiten vom Sprechen zum Körper zu kommen
- ⇒ Arbeit mit Körperwahrnehmung

Praktische Inhalte:

- ⇒ Arbeit mit der Körperwahrnehmung
- ⇒ Arbeit mit der Atmung
- ⇒ Arbeit mit der Körperhaltung
- ⇒ Arbeit mit Bewegung
- ⇒ Arbeit mit Berührung, Körperkontakt

5. Seminar: Ausdrucksorientierte Körperarbeit (2 Ausbildungstage)

Theoretische Inhalte:

- ⇒ Entwicklungspsychologische Konzepte
- ⇒ Konzepte der Tanztherapie
- ⇒ Labans Modell der Bewegungsformen

Praktische Inhalte:

- ⇒ Ausdrucksorientierte Körperarbeit mit inneren Szenen, Arbeit mit inneren Anteilen
- ⇒ Tanztherapeutische Elemente (Bewegungskategorien Fluss, Kraft, Zeit, Raum), Verräumlichung von inneren Themen
- ⇒ Leibbewegungen, Vitalitätsaffekte, Rhythmus

6. Wochenende: Entwicklung und Emotion in der Körperpsychotherapie (2 Ausbildungstage)

Theoretische Inhalte:

- ⇒ Entwicklung als Modell in der Körperarbeit (Phasen, Brüche, Arbeit an Kernselbst und Identität)
- ⇒ Emotionsbezug als Modell in der Körperpsychotherapie
- ⇒ Konzept der Kernaffektivität und der kategorialen Emotionen (Geuter)
- ⇒ Modell der primären und sekundären Gefühle (Greenberg)

Praktische Inhalte:

- ⇒ Emotionsfokussierte Körpertherapie
- ⇒ Emotionstracking, emotionale Marker
- ⇒ Körpertherapie mit Kernaffekt, Stimmungen, Erregungsniveaus
- ⇒ Körperarbeit mit kategorialen Emotionen (Ärger, Trauer, ...)

7. Wochenende: Störungsspezifische Körperpsychotherapie (2 Ausbildungstage)

Theoretische Inhalte:

- ⇒ Körperpsychotherapie bei Trauma
- ⇒ Körperpsychotherapie bei Depression
- ⇒ Körperpsychotherapie bei Angststörungen
- ⇒ Körperpsychotherapie bei anderen ausgewählten Störungsbildern

Praktische Inhalte:

- ⇒ Supervision und Rollenspiele zu den einzelnen Störungsbildern

8. Wochenende: Integration von Körpertherapie und verbaler Therapie (3 Ausbildungstage)

- ⇒ Üben des Übergangs vom Sprechen zum Körper
- ⇒ Supervision
- ⇒ Integration in die eigene Arbeit
- ⇒ Der persönliche Stil
- ⇒ Fallbericht
- ⇒ Abschlusskolloquium

9. Träger der Weiterbildung

Träger der Weiterbildung ist die Gesellschaft für Personzentrierte Psychotherapie und Beratung – GwG e.V. Die Weiterbildung wird von durch die GwG anerkannte Kursleiter/innen durchgeführt.

10. Dozenten/Innen

Dr. Ernst Kern

Psychologischer Psychotherapeut, Dr. Phil.

Leitender Psychologe in der Psychiatrischen Klinik Sonnenberg
Saarbrücken

Leiter einer Borderline-Station (Dialektisch-Behaviorale Therapie)

Personzentrierter Psychotherapeut

Ausbildungen in Focusing, Personzentrierter Körperpsychotherapie (GFK-
Institut Zürich), Tanztherapie, Dialektisch-Behavioraler Therapie

Dozent und Supervisor an mehreren Verhaltenstherapie-
Ausbildungsinstituten

Dipl. Päd. Lisa Große-Rhode

Praxis für Psychotherapie, Beratung und Supervision in Bochum

Heilpraktikerin für Psychotherapie

Ausbilderin in Personzentrierter Beratung und Psychotherapie und
Supervision bei der GwG

Ausbilderin in Personenzentrierter Körpertherapie beim GfK
(Institut für Gesprächspsychotherapie,
Focusing und Körperpsychotherapie Zürich)
Lehrtherapeutin in Gestaltpsychotherapie in Würzburg beim IGW
Supervisorin GwG
Ausbildung in Gruppendynamik
Dozentin für Paartherapie

Empfohlene Literatur

Ernst Kern – Personenzentrierte Körperpsychotherapie, Reinhardt 2014
Ulfried Geuter – Körperpsychotherapie, Springer 2015

11. Organisatorisches

Kursort

Erbacher Hof
Greibenstr. 24 - 26
55116 Mainz
Tel.: 06131 257-0
www.ebh-mainz.de

Teilnahmegebühr

4.650,00 Euro (Einstiegszahlung 450,00 Euro, Rest in Raten zahlbar)

Darin enthalten sind die Kosten für Tagungsgetränke.

Termine 2020

28.02. - 01.03.2020

05. - 06.06.2020

09. - 10.10.2020

11. - 12.12.2020

Die Termine der weiteren Kursblöcke und der Supervisionstage werden rechtzeitig bekannt gegeben

Max. 18 TeilnehmerInnen, Mindestteilnehmerzahl 16

Anmeldefrist: 30.10.2019

Anmeldung und weitere Informationen

GwG-Akademie

für Personenzentrierte Fort- und Weiterbildung

Melatengürtel 125a

50825 Köln

Tel. 0221 925908-50

Fax 0221 925908-19

E-Mail brandt@gwg-ev.org

Internet <http://www.gwg-ev.org>

Notizen

Die GwG ist einer der größten europäischen Fachverbände für Personenzentrierte Psychotherapie und Beratung. Sie wurde 1970 gegründet. Ihre Mitglieder sind in allen Bereichen der psychotherapeutischen und psychosozialen Versorgung sowie in der Beratung tätig.

Die GwG fördert und unterstützt die seelische Gesundheit der Bevölkerung in unterschiedlichen Lebens- und Arbeitsbereichen. Sie verbreitet den „Personenzentrierten Ansatz“ in Forschung und Lehre und entwickelt ihn konsequent weiter.

Der Personenzentrierte Ansatz wurde von dem amerikanischen Psychologen Carl R. Rogers (1902–1987) aus seiner psychotherapeutischen und pädagogischen Arbeit mit Erwachsenen und Kindern entwickelt: Im Mittelpunkt von Psychotherapie und Beratung steht die Person – nicht das Problem. Menschen erfahren und lernen in Psychotherapie oder Beratung, ihre verborgenen Fähigkeiten zu entwickeln und eigenständig Lösungen für ihre Probleme zu finden.

Auf der Grundlage des Personenzentrierten Ansatzes entstanden mittlerweile national und international verbreitete Psychotherapie- und Beratungsmethoden.



Gesellschaft für Personenzentrierte Psychotherapie und Beratung e.V.

Melatengürtel 125a
50825 Köln

Tel.: +49 221 925908-0

Fax: +49 221 251276

E-Mail: gwg@gwg-ev.org

Internet: www.gwg-ev.org