

5.-8.3. 21 Manfred Thielen

Die Rolle der psychotherapeutischen Beziehung und Wirkfaktoren in der Körperpsychotherapie

In der aktuellen Psychotherapieforschung spielt die Person des/der Psychotherapeut*in für die therapeutische Effektivität eine entscheidende Rolle.

Psychotherapeutische Kompetenzen wie die Herstellung und Beibehaltung der psychotherapeutischen Allianz, Empathie, Wertschätzung, Echtheit, Erwartungen an die Therapie aber auch die Aufklärung über die Störung, kulturelle Adaption der Therapie, u.a. sind zentrale Merkmale. Im Unterschied zu verbalen Psychotherapieverfahren werden diese Kompetenzen sowohl psychisch als auch körperlich angewendet.

Die verschiedenen Ebenen der therapeutischen Beziehung:

- somatisch-vegetative Resonanz, energetisches Feld
- Ich-Du-Beziehung
- Übertragung und Gegenübertragung

werden im Workshop untersucht. Mit Hilfe von Übungen werden die verschiedenen erlebbar gemacht. Darauf aufbauend werden entsprechende körperpsychotherapeutische Interventionen demonstriert und geübt.

Auf der Basis empirischer körperpsychotherapeutischer Studien, werden neben der Beziehung – als Hauptwirkfaktor – weitere Wirkfaktoren vorgestellt.

16.-18.4.21 Manfred Thielen

Körperpsychotherapie und Psychosomatik.

Ausgehend von der unterschiedlichen psychosomatischen Symptomatik, die in spezifischer Weise die Dialektik von Psyche und Soma verdeutlicht, können die ihr zugrunde liegenden emotionalen Konflikte durch körperpsychotherapeutische Methoden aufgedeckt werden. In der Regel liegen den psychosomatischen Symptomen tiefe Muskelkontraktionen, vegetative und vor allem emotionale Störungen zugrunde.

Die körperpsychotherapeutischen Behandlungsmethoden und -techniken verstehen die Symptome als Signale des Körpers, die auf psychische Imbalancen hinweisen. Wenn das im psychosomatischen Symptom abgespaltene bzw. verdrängte oder unterdrückte Gefühl freigesetzt wird, dann kann es personenbezogenen gerichtet und der Bezug zu den biografischen Konflikten der Patient*in hergestellt werden.

Im Mittelpunkt dieses Workshops steht die körperpsychotherapeutische Arbeit mit somatoformen, autonomen Funktionsstörungen, die auf der Basis der ihr zugrundeliegenden Persönlichkeitsproblematik therapiert werden.

14.-16.5.21 Manfred Thielen

Körperpsychotherapie bei Angst

Die verschiedensten Formen von Angststörungen sind in der klinischen Praxis sehr verbreitet. Den Angstsymptomen liegen häufig komorbide und Persönlichkeitsproblematiken zugrunde. Ausgehend von den Angsttheorien von Freud, Reich, u.a. psychodynamischen und humanistischen Ansätzen, sowie Erkenntnissen

der prä-, peri- und postnatalen Forschung und der Säuglingsforschung, werden körper- und prozessorientierte Methoden der Be- und Verarbeitung von Ängsten vorgestellt. Sie helfen das Körper-Selbst zu stärken, bisher verdeckte bzw. zurückgehaltene Gefühle auszudrücken, mit Schattenseiten zu konfrontieren und den Zugang zu der, den Ängsten zugrundeliegenden, Persönlichkeitsstruktur der Patient*in herzustellen.

Literatur: M.Thielen (2014): Body Psychotherapy for Anxiety Disorders. In: International BodyPsychotherapy Journal, 13 Jg., Nr. 2 fall 2014, S. 44ff

2.- 4.7.21 Ebba Boyesen

Die Wurzeln der Biodynamischen Psychotherapie

Ebba Boyesen wird die wichtigsten biodynamischen Prinzipien, die Theorie der Psychoperistaltik und der psychosomatischen Verdauung vorstellen. Ausgehend von W. Reichs sieben Körpersegmenten geht E. Boyesen von 12 Segmenten aus, die sie in einer „Emotionalen Körperlandschaftskarte“ zusammengefasst hat. In jedem Segment sind spezifische Affekte, emotionale, libidinöse und psycho-sexuelle Impulse gebunden, die in der Regel durch frühkindliche Interaktionsstörungen der Eltern mit dem Kind entstanden sind. In der praktischen Arbeit wird sie sich auf die therapeutische Präsenz in der biodynamischen Vegetotherapie konzentrieren. Sie wird grundlegende Techniken wie das biologisch - dynamische Atmen und andere biodynamische Interventionen vermitteln. Die psychischen und körperlichen Ressourcen können mobilisiert, die neurotischen Grenzen u.U. überschritten und die Vitalität von Körper und Psyche wieder hergestellt werden.

24.-26.09.2021 Stefan Ide

Körper als Ressource in der Traumabehandlung – Einführung in die Selbsthilfemethode TRE (Tension and Trauma Releasing Exercises)

Plötzliche Angstzustände, Depressionen, das Gefühl „von sich entfremdet zu sein“ und nicht mehr zu funktionieren, können Ausdruck schwerer Traumatisierungen, einer Kumulation von Microtraumen oder von Retraumatisierungen sein. Das Seminar soll einen Zugang schaffen zu eigenen Anteilen und Erfahrungen mit dem Thema Traumatisierung und in körperpsychotherapeutische Zugänge und konkrete Übungen zur Behandlung von Traumatisierung einführen. Insbesondere soll die Methode TRE (Tension and Trauma Releasing Exercises) im theoretischen Zugang erklärt und praktisch vermittelt werden. TRE steht für spannungs- und auch traumalösende Körperübungen und ist eine einfache Methode, um Stress über den Körper nachhaltig zu lösen. Durch die Übungen wird ein Mechanismus in Gang gesetzt, der am besten als neurogenes Zittern beschrieben werden kann. Traumatische Erinnerungen sollen durch das Wiederentdecken bzw. Nachholen des Zitterns vom Cortex nach verarbeitet und losgelassen werden. Es soll so zu einer Annahme des Erlebten und affektiven Abkopplung vom Trauma kommen. Der Schwerpunkt des Seminars auf wird auf der Selbsterfahrung im Erleben dieser von David Bercelli entwickelten Methode liegen.

Neu: 30.10.21 Anna Willach-Holzapfel,

Trauma- und körperorientierte Supervision

Die körperorientierte Psychotherapie mit traumatisierten Menschen erfordert Traumawissen und -sensibilität. Durch den Blickwinkel von trauma- und körperorientierter Supervision soll es darum gehen, Traumatisierungen besser erkennen und betroffene Klient*innen/

Patient*innen angemessen verstehen und begleiten zu können. Bitte, traumatherapeutische Fälle und entsprechende Fragen mit- und einbringen.

Die Bedeutung von Stabilisierung, Sicherheit, Abgrenzung, Ressourcenorientierung, Selbstfürsorge und Selbstregulation wird sowohl bei Patient*innen als auch bei uns Therapeut*innen in jedem traumaorientierten Therapieprozess deutlich. Der Stärkung und Bewusstwerdung dieser therapeutischen Kompetenzen werden wir uns im Laufe des Tages ebenfalls immer wieder ühend und körperorientiert zuwenden. Wir können damit sowohl unsere Klient*innen angemessen begleiten als auch uns gesund erhalten und sekundärer Traumatisierung vorbeugen. Zeit: 10-13, 15-18 Uhr

12.-14.11.21 Stephan Hamblin-True´

Gruppenprozesse in der Körperpsychotherapie

Körperpsychotherapie wird auch in der Gruppe praktiziert und gelehrt. In diesem Setting sind die TN durch die körperliche Präsenz nicht nur stärker involviert und betroffen, es ergeben sich auch vielfältige Übertragungen und sich wechselseitig bedingende Identifikationen. Ich möchte das Gruppengeschehen als Prozess verstehbar machen, bei dem nicht nur individuelle Konflikte, sondern auch Fokalkonflikte in der Gruppe bearbeitet werden. Dabei stellen sich Fragen wie:

- Wie kommen die TN miteinander klar?
- Wie gehen sie miteinander um?
- Wie viel Raum wird jedem eingeräumt?
- Individuelle versus Gruppenarbeit?
- Wunsch versus Furcht?
- Restriktive Enge oder konstruktive Lösungen?
- Welche Gruppenkultur entsteht?

17.-19.12.21 Manfred Thielen

Körperpsychotherapie bei Narzissmus und narzisstischen Persönlichkeitsanteilen

In Theorie und Praxis wird die körperpsychotherapeutische Arbeit mit Persönlichkeitsstörungen, insbesondere narzisstischen, vorgestellt. Ausgehend von der charakteranalytischen Arbeit W. Reichs den Weiterentwicklungen eines körperpsychotherapeutischen Persönlichkeitskonzeptes durch Lowen, Boyesen, Boadella, Downing u.a. und dem Einbezug der Erkenntnisse der Säuglings- und Bindungsforschung wird eine körperorientierte Vorgehensweise vermittelt. Bei narzisstischen Patient*innen spielt der konstruktive Umgang mit der Übertragung und der Gefahr der Kränkbarkeit und des Rückzugs eine besondere Rolle. Das zentrale Erlebens- und Verhaltensmuster der Idealisierung und der Abwertung und seine Verkörperung wird analysiert und Alternativen entwickelt.

Mit Hilfe einer, auf einer tragfähigen therapeutischen Beziehung basierenden, containenden und prozessorientierten, Behandlungstechnik kann die Dialektik zwischen emotional stimulierenden und herunterregulierenden Techniken in eigener Selbsterfahrung erlebt werden.

Literatur: Thielen, M. (2006): Körperpsychotherapie bei narzisstischen Persönlichkeitsstörungen. In: Marlock&Weiss (Hg.): Handbuch der Körperpsychotherapie. Stuttgart, New York, Schattauer-Verlag. Thielen, M. (Hg.) (2002): Narzissmus. Körperpsychotherapie zwischen Energie und Beziehung. Berlin 2002, U.Leutner-Verlag.

3 Supervisionsabende: 12.8.21: 19:00-21:20; 7.10.21:19:00-21:20, 25.11.21:19:00-21:20