

KÖRPER-PSYCHOTHERAPIE (KPT) SEMINARE FÜR SUPERVISION UND SELBSTERFAHRUNG

Dr.Maren Langlotz-Weiss und Prof.Dr.med.Frank Röhrich

Das Seminar-Angebot

Diese Seminare richten sich an Psychotherapeuten, die in niedergelassener Praxis oder im Bereich der ambulanten und stationären psychotherapeutischen Klinik arbeiten; wir bieten den Teilnehmern/innen einen aktuellen Überblick über körper- und ressourcenorientierte psychologische Therapien an (Theorie und praktische Interventionsstrategien) die therapeutischen Prozesse strukturieren. Im Mittelpunkt stehen die sich mit/an und durch die direkte Körpererfahrung ereignenden Prozesse; diese sind als fundamentale Aspekte des Selbsterlebens bedeutsam für die Vernetzung und Bereicherung verbaler Interaktionen.

Zu Beginn des Seminars geben wir eine kurze Einführung in die aktuellen theoretischen Grundlagen (wichtigste Schwerpunktthemen) der KPT. Die Seminare sind ansonsten hauptsächlich erlebnis- und prozessorientiert und am Beispiel der eigenen leiblichen Selbsterfahrung ausgerichtet; zugleich werden wichtige theoretische Leitlinien für die körperorientierte psychotherapeutische Prozessarbeit innerhalb der Sequenzen besprochen, erörtert und vertieft. Die Teilnehmer/innen sind eingeladen, Fallvignetten ihrer klinischen Praxis vorzustellen und derart in das Seminar einzubringen. Dabei werden wir im Seminar Schwierigkeiten im therapeutischen Prozess im Kontext der eigenen verankerten und verkörperten Reaktionsmuster betrachten, um neue und kreative Wege zur Problemlösung zu erkunden.

Zielgruppe:

Diese Seminare richten sich an Psychotherapeuten/innen, die daran interessiert sind, etwas über das Gebiet der klinischen Körperpsychotherapie als angewandter Wissenschaft der Embodiment-Forschung zu lernen. Von den Teilnehmern/innen wird erwartet, dass sie bereit sind, ihre eigenen emotionalen und haltungs-/bewegungsimmanenten Reaktionsweisen und Verkörperungsmuster zu erkunden, dies insbesondere am konkreten Beispiel der somatischen Marker im Umgang mit Patienten.

Seminar-Struktur:

Jede/r Teilnehmer/in ist eingeladen, 1-2 kurze Vignetten einzureichen, in denen die wichtigsten Schwierigkeiten und die damit verbundenen Gedanken, Gefühle, und körperlichen Reaktionen, die dieses Szenario hervorruft, kurz beschrieben werden. Der Workshop wird den Teilnehmern/innen zunächst dabei helfen, ein umfassenderes und ganzheitlicheres Verständnis der eigenen vollständig verkörperten Repertoires zu entwickeln. Wir werden die Szenarien erlebnisorientiert „erforschen“ und mit intrinsischen Lösungen und alternativen Verhaltensweisen experimentieren.

Seminar-Arbeit:

- Selbsterfahrendes Lernen - Arbeiten mit szenischen Inszenierungen
- Verkörperte Kognition – Wahrnehmungs- und Sensibilisierungstechniken / emotionales Ausdrucksverhalten und nonverbale Kommunikation (inklusive Arbeit mit ‚Körpersprache‘ in Haltung und Gestik) sowie Entspannungstechniken
- Elemente aus der Spieltherapie - Simulation / Spiegelung, usw.
- Affekt-Regulierung am Beispiel konkreter körperlicher Interventionen
- Somatische (Gegen-) Übertragung, Psychodrama
- Erforschung alternativer Verhaltensweisen in schützenden / sicheren Umgebungen
- Symbolische Wunsch-Erfüllung, korrektive emotionale Erfahrungen
- Positive Bestätigung, Trainingselemente zur Selbstwirksamkeit und zum ‚Grounding‘
- Arbeiten mit natürlichen Objekten ("Gefühlszuständen") und Übergangsobjekten
- (auch) Arbeit mit kreativen Medien (z.B. Skulptur, Musikinstrumente, stimmliche Intonation)

Die Seminar-Leitung:

Wir nutzen unsere langjährige klinische Erfahrung in ambulanter und stationärer Psychotherapie und als Seminarleiter / Ausbilder im klinischen und akademischen Kontext.

Maren Langlotz-Weis ist Lehrtherapeutin in der Verhaltenstherapie mit Zusatzausbildung Körperpsychotherapie in Deutschland.

Frank Röhricht ist Facharzt für Psychiatrie und Körperpsychotherapeut (EABP) mit akademischem Hintergrund in der Psychotherapie-Forschung und tätig in London / UK.

Wissenschaftlicher Hintergrund und weiterführende Literatur

Forschungen in den kognitiven Wissenschaften, der Neurophysiologie und vor allem im Bereich der affektiven Neurowissenschaften haben gezeigt, wie wichtig körperliche Erfahrungen für die Selbstregulierung und Interaktion mit anderen im sozialen Kontext sind. Emotionen versorgen uns mit zentralen Schnittstellen-Funktionen für Regulationsprozesse. Einfühlungsvermögen und Mitgefühl sind grundlegende Fähigkeiten für eine wirksame Psychotherapie die von einer stützend-empathischen therapeutischen Beziehung massgeblich abhängt. Emotionen sind in der KPT verstanden als komplexe und vollständig verkörperte Sensoren für Veränderungen in unserer unmittelbaren Umgebung. Sie helfen uns dabei, verschiedene Aspekte der Physiologie, der Wahrnehmung, des Verhaltens und der Motivation so anzupassen, dass sie die Fähigkeit verbessern, mit schwierigen Situationen fertig zu werden. Erlebensorientierte Psychotherapien wie die KPT betonen die Wichtigkeit von emotionalen (Affekt-) Regulationsprozessen, von Wahrnehmung and nonverbaler Kommunikation sowie die therapeutische Relevanz von Re-Inszenierungen oder von ausdrucksvollem Verhalten.

Literatur:

1. Frank Röhricht (2000) Körperorientierte Psychotherapie psychischer Störungen, Hogrefe
2. Maren Langlotz-Weis (2019) Körperorientierte Verhaltenstherapie, Reinhardt-Verlag

Feedback von Teilnehmern/innen früherer Seminare:

„Der Workshop hat mir geholfen, meine persönlichen Schmerzschwellen zu erkennen und zu respektieren, um kontraproduktive und destruktive Verhaltensweisen bei meinen Klienten zu ertragen.“

Dipl.-Psych. Franziska Zschocke (Psychologin, Verhaltenstherapeutin)

„Dies war eine emotionale Art des Lernens, tiefer und intensiver als das intellektuelle Verständnis. Genau die Art der therapeutischen Intervention, von der ich denke, dass sie meinen Patienten zugute kommt - tiefer und länger anhaltend. Ich nenne es ‚Lernen mit dem limbischen System‘.... Frank Röhricht beim Arbeiten zu sehen, ist übrigens ein intensives Erlebnis, wie eine wissenschaftliche, sehr sensible und respektvolle Haltung in ihrer besten Weise kombiniert werden kann. Immer ein gutes Vorbild für einen Kliniker und eine intensive und berührende Erfahrung“. Dr. Klaus Paul (Psychologischer Psychotherapeut, Supervisor (IFKV), Verhaltenstherapeut, Suchttherapeut (DG SPS) und Rehabilitationswissenschaftler (DGRW)

„Ich entdeckte die Körperpsychotherapie als eine Methode, mit der ich mich meinen Erlebnissen mit einem Gefühl von Unmittelbarkeit und Authentizität nähern kann, ohne sie in Worte oder Erkenntnisse übersetzen zu müssen. Ich habe gelernt, wie man subtile Anzeichen für nonverbale Kommunikation und Körpersprache erkennt und diese während der Therapie als Hinweis und als Einladung zur Selbsterkundung nutzt“. Dipl.-Psych. Silke Hippen (Psychologin, Verhaltenstherapeutin)

Seminar-Datum 2023: 29.6. - 01.07 (Donnerstag 10.00 – Samstag 14.00)

Seminarort: www.seminarhaus-am-liebfrauenberg.com

Fortbildungs-Punkte: 25 für 3 Tage; Teilnehmerzahl: 10-16

Anmeldung: per email: frohricht@icloud.com ; wird bestätigt bei Erhalt der Anzahlung Seminargebühr (€ 200); Seminargebühr: € 380; zuzüglich Unterkunft / Verpflegung im Seminarhaus