

Weiterbildung in Körperorientierter Psychotherapie

Baustein I-G

Grundlagen der körperorientierten Psychotherapie

Seminar 1 **Die Integration von körperorientierten Interventionen in die verbale Arbeit**

Daten: 29. – 31. Oktober 2020, München

Leitung: Andrea Opitz- Gerz, Diplompsychologin, Psychologische Psychotherapeutin

Seminarkosten:

- Einführung ins Modell der körperorientierten Psychotherapie
- Entwicklung der Konzeptes: von affektmotorischen Schemata zur Idee der Körperfähigkeiten
- Bedeutung der Forschung über frühkindliche Entwicklung und frühe Eltern-Kind –Interaktion
- Körpertherapie als wichtiger Schlüssel zu Erlebnisaktualisierung und unbewussten inneren Prozessen und Schemata
- Indikation und Voraussetzungen für den Einsatz der verschiedenen Arten von Körpertechniken
- Systematischer Aufbau einer körperorientierten Intervention: Übergänge von verbaler zu körperorientierter Arbeit
- Arbeit mit Körperempfindungen, Haltung, Gesten und Bewegungen, szenischer Darstellung eines inneren Geschehens oder einer Beziehungserfahrung
- Demonstration und Einüben verschiedener Körpertherapietechniken
- Einbettung körperorientierter Interventionen in laufende Beratungs- und Therapieprozesse

Seminar 2 **Emotionen und Körper**

Daten: 28. – 30. Januar 2021, München

Leitung: Elisabeth Breit- Schröder, Diplompsychologin, Psychologische Psychotherapeutin

Seminarkosten:

- Einige Forschungsergebnisse aus Neuropsychologie und Emotionsforschung
- Konzept der Körperabwehr von Gefühlen und therapeutischer Umgang damit
- Körpertherapeutische Arbeit mit verschiedenen emotionalen Bereichen: z. B. mit Trauer, Ärger, Angst, Scham, Sehnsucht, Freude
- Körperbezogene Interventionen zur Wahrnehmung, Differenzierung und Akzeptanz von Gefühlen sowie zur Öffnung und Vertiefung von Gefühlsprozessen
- Körperlicher Ausdruck von Gefühlen: Von Mikroschritten zum vollen Ausdruck
- Körpertechniken zur Begrenzung und Regulation negativer Emotionen, insbesondere von Angst, überwältigender Trauer und Verzweiflung sowie Wut
- Verschiedene Möglichkeiten mit der Atmung zu arbeiten sowie Umgang mit unterschiedlichen Reaktionen auf die Atemarbeit
- Indikation und Kontraindikation für die Arbeit mit vertiefter Atmung
- Demonstration und Einüben eines Repertoires an grundlegenden Körpertechniken im Sitzen, Stehen oder Liegen bei der Arbeit mit Emotionen
- Kasuistik

Seminar 3 **Interaktion, Entwicklung und Körper**

Daten: 16. – 20. Juni 2021, München

Leitung: George Downing, Ph.D.

Seminarkosten:

- Wie eine Fokussierung auf den Körper dem Patienten/der Patientin helfen kann, seine/ihre Interaktionsfähigkeiten zu (ver)ändern
- Was lehren uns Bindungs- und videomikroanalytische Forschung über die frühe Entwicklung von Interaktionsfähigkeiten?
- Wie Körpertechniken den Patienten mehr Möglichkeiten eröffnen, in wichtigen Beziehungen agieren zu können (z. B. mit einem Partner, einem Kind, einem Freund oder Arbeitskollegen)
- Wie die Arbeit mit Mentalisierungsfähigkeiten auch Patienten helfen kann, das Gegenüber besser zu verstehen