

Curriculum

Ausbildung in feministischer Körperpsychotherapie

Institut für feministische Körperpsychotherapie

Das Institut für Feministische Körperpsychotherapie wurde von Christiane Tutschner, Eva Hartard und Bärbel Wenzel gegründet. Sie fühlen sich der Frauenbewegung verbunden und verstehen sich als feministische Wegbegleiterinnen von Frauen in Veränderungsprozessen. Ihre Überzeugung ist, dass die Klientin Expertin für sich selbst ist und dass alles, was sie zur Heilung braucht, in ihr selbst liegt. Ihr Anliegen ist es, ihr Wissen und ihre langjährigen Erfahrungen an andere Frauen weiterzugeben. Das Institut ist anerkanntes Ausbildungsinstitut der Deutschen Gesellschaft für Körperpsychotherapie e.V. und der Gesellschaft für Biodynamische Psychologie/Körperpsychotherapie e.V..

Feministische Körperpsychotherapie ist eine Synthese aus Biodynamischer Körperpsychotherapie und der Gestalttherapie. Hintergrund bildet die feministische Therapie, die tradierte geschlechtsspezifische Zuweisungen und Lebensentwürfe überwinden will. Feministische Körperpsychotherapie ist erlebnis- und wachstumsorientiert; körperlich-energetische, emotionale und psychische Aspekte sind gleichwertig. Sie will Frauen zu freierem und selbstbestimmtem und auch selbstverantwortlichem Sein und Handeln führen. Die Stärkung des Selbstwertgefühls und Förderung des Selbstbewusstseins ist eines der Hauptanliegen. Das umfassende methodische Spektrum der biodynamischen Körperpsychotherapie bildet zusammen mit der Gestalttherapie das Fundament; es wird mit Methoden aus den Bereichen der therapeutischen Tanz- und Trancearbeit erweitert. Die Ebenen therapeutischer Exploration sind vielfältig: verbal/non-verbal, körperlich, imaginativ, emotional, intrapsychisch und intersubjektiv. Nur konsequente Vernetzung körperlicher, emotionaler und kognitiver Erfahrungen ermöglichen nachhaltige Veränderungen.

Ziele und Zielgruppe

Die vierjährige Ausbildung dient der beruflichen Qualifizierung und dem persönlichen Wachstum. Sie richtet sich an Frauen aus psychosozialen, pädagogischen, pflegerischen und medizinischen Berufsfeldern und Studentinnen. Je nach beruflichem Hintergrund ermöglicht sie eine freiberufliche Tätigkeit.

Sie ist auch offen für Frauen, die die Ausbildung vorrangig für die persönliche Entwicklung nutzen wollen.

Die Ausbildung ist grundlegend selbsterfahrungsorientiert, da das Erlernen von Theorie, Methoden und Techniken nur fruchtbar wird, wenn diese in eine fundierte Selbsterfahrung eingebettet sind. Die Ausbildung unterstützt die Weiterentwicklung der Kontakt- und Beziehungsfähigkeit. Sie hat das Ziel, die persönliche und professionelle Kompetenz so weit zu fördern, dass die Teilnehmerin in der Lage ist, eigenverantwortlich körperpsychotherapeutisch zu arbeiten.

Aufbau und Ablauf

Umfang, Struktur und Inhalte orientieren sich an den europäischen Ausbildungsstandards. Die 20 Ausbildungstage im Jahr werden auf 6 Termine mit jeweils 3-6 Seminartagen verteilt. Zusätzlich treffen sich die Teilnehmerinnen regelmäßig in Kleingruppen ohne die Ausbilderinnen und einmal im Jahr zu einem selbstorganisierten Wochenende (ab dem 2. Ausbildungsjahr).

Die vier Elemente: Theorie, Selbsterfahrung, Praxis (Erlernen praktischer Fertigkeiten) und Supervision werden in 560 Zeitstunden innerhalb der Ausbildung vermittelt. Hinzukommen noch 180 Stunden in den Kleingruppen und als selbstorganisierte Gruppentreffen. Daraus ergibt sich ein Gesamtstundenzahl von 740 Stunden. Der Umfang der Lehrtherapie beträgt 60 Stunden. Die Lehrtherapeutin sollte entweder Körperpsychotherapeutin oder Gestalttherapeutin – wenn möglich mit feministischem Hintergrund - sein.

Lernformen

- ausbilderinnengeleitete Seminare: verlängerte Wochenend- und Intensivseminare: 140 Std./Jahr – 20 Tage
- selbstorganisierte Gruppentreffen – 1 Treffen pro Jahr ohne die Ausbilderinnen (ab dem 2. Jahr)
- Praktika unter Supervision der Ausbilderinnen ab dem 3. Jahr
- Kleingruppentreffen 30 Std. pro Jahr: Dyaden- und Triadenarbeit, Themenvertiefung, Erarbeiten von Referaten und Übungseinheiten
- Einzeltherapie/Lehrtherapie: 60 Std.
- Einzelsupervision im Gruppensetting und im Einzelsetting (extern) mit Beginn der eigenen therapeutischen Arbeit
- Literaturstudium
- Abschlussarbeit

Einführungsseminare dienen als offene Seminare dem gegenseitigen Kennenlernen der Teilnehmerinnen und der Ausbilderinnen, der Lernatmosphäre, Arbeitsstil, Elemente der Therapieform und geben Einblick in die Methoden und Inhalte.

Ausbildungsschwerpunkte (Methoden, Inhalte)

Die Elemente Theorie, Selbsterfahrung und Supervision werden miteinander vernetzt und praxisnah vermittelt, i.d.R. wird an persönlichen Themen/Inhalten der einzelnen Teilnehmerinnen gearbeitet. Am Ende jedes Ausbildungsjahres findet eine ausführliche Zwischenevaluation statt: Selbst- und Fremdevaluation in Bezug auf die persönliche Entwicklung und ab dem 3. Jahr in Bezug auf die therapeutische Kompetenz.

Inhaltlicher Aufbau

Der inhaltliche Aufbau kann je nach Gruppenprozess und Interesse der Gesamtgruppe variieren.

1. Jahr

Der persönliche Entwicklungsprozess steht im Vordergrund; intensive Selbsterfahrung, Selbstkenntnis und Selbstreflexion als unabdingbare Voraussetzung für psychotherapeutische Tätigkeit. Systematische Schulung der Selbstwahrnehmung besonders Körperwahrnehmung. Kleingruppenarbeit zu Wahrnehmung und Bewußtheit: Erarbeiten und gemeinsame Präsentation, Demonstrationssitzungen, Praktisches Einüben, Üben in Dyaden und Triaden, Auseinandersetzung mit der eigenen Lebensgeschichte und mit eigenen Themen

- Einführung in die Grundlagen der feministischen Körperpsychotherapie: Zentrale Prinzipien und Konzepte
- Körpererfahrung und Körperarbeit / Übungen zur Körperwahrnehmung
- Kenntnisse und Fertigkeiten in den Bereichen Wahrnehmung und Bewusstheit
- Methoden zur Entspannung und Prävention/Stabilisierung I: Übungen, Gesprächsführung und Massagen
- Einsatz kreativer Methoden und Medien
- Imaginationsübungen
- Identifikationsübungen
- Personen- und gruppenzentrierte Selbsterfahrung/gruppendedynamische Prozesse
- Einführung in tanztherapeutische Methoden: Erdende und Ich-stärkende Verfahren
- Selbstexploration und Transparenz der eigenen Lebensgeschichte

2. Jahr

Tiefgehende individuelle therapeutische Selbsterfahrung, Dyaden- und Triadenarbeit: eigene therapeutische Arbeit in der Gruppe unter Supervision und in den Kleingruppen, Kleingruppenarbeit zu den Schutz-/Abwehrmechanismen/Kontaktunterbrechungen

- Vertiefung der Theorie und Praxis unter Verwendung von persönlichen Themen
- Erarbeitung der Prozesstheorie: vasomotorischer Zyklus und Kontaktzyklus
- Schutz-/Abwehrmechanismen/Kontaktunterbrechungen: Introjektion, Projektion, Retrofektion, Konfluenz, Deflektion –auch auf als verkörperte Schutzmechanismen: Wahrnehmung von Energieblockaden, Atemmustern, Körperausdruck
- Prinzip des Schreckreflexes
- Arbeit an der Grenze
- Arbeit mit Polaritäten
- Arbeit mit dem ‚Leeren Stuhl‘
- Entspannungsmethoden/Prävention II: Jelly Fish, Orgonomy-Übungen
- bioenergetische Übungen auf biodynamische Weise
- Arbeit mit dem Atem/Atemmuster, unterschiedliche Atemtechniken
- Massagen auf verschiedenen Ebenen mit verschiedenen Intentionen
- Einführung in die Stethoskoparbeit/Psychoperistaltik-Prinzip
- Einführung Vegetotherapie
- Körpertherapeutische Interventionen

3. Jahr

Arbeiten unter Supervision durch die Trainerin; die Teilnehmerinnen übernehmen einzelne Seminarsequenzen unter Supervision, Kleingruppenthemata: Übertragung – Gegenübertragung, Arbeit mit Träumen, Essstörungen oder andere selbstgewählte Themen

- Frauenspezifische Symptombildung als Folge weiblicher Sozialisation und Lebensumstände: Spezielle Themen: Essstörung, Sucht, sexualisierte Gewalt
- Therapeutische Beziehung/Therapeutische Haltung
- Übertragung – Gegenübertragung/Resonanz –Projektive Identifikation
- Arbeit mit Träumen
- Vertiefung körperlich-energetischer Prozessarbeit/Vegetotherapie
- Arbeit mit inneren Bildern in Verbindung mit dem Körper
- Grundlagen der Traumatherapie
- Ritualarbeit und Übungen zu Naturerfahrung
- Vertiefung tanztherapeutischer Methoden: Tanz der Archetypen und ihre Bedeutung für die therapeutische Praxis
- Grundlagen therapeutischer Prozesse
- Phasen des Therapieverlaufs
- Vorbereitung auf die eigene therapeutische Tätigkeit

4. Jahr

Arbeiten unter Supervision durch die Trainerinnen, Leitung von Seminareinheiten, Supervision im Einzelsetting sowie Fallsupervision: Arbeit mit eigenen Klientinnen oder mit Gruppen

- Psychodiagnostik und kritische Auseinandersetzung
- Formen/Anwendung von regressiv aufdeckenden oder stützendem, stabilisierendem, ressourcenorientiertem Vorgehen
- Entwicklungspsychologie
- Darstellung der therapeutischen Arbeit und Supervisionsfragen auch zu Außenprozessen
- Vertiefung Vegetotherapie - Körpersegmente: Körperinterventionen oder vertiefende Vegetotherapie mit Körperkontakt – segmentale Ebenen, Bilder, Gefühle
- Krisenintervention
- Vorbereitung der eigenen therapeutischen Tätigkeit: Setting, Selbstdarstellung, finanzielle Fragen, Erstkontakt, Erstgespräch
- Abschlussarbeit zu einem selbstgewählten Thema und Abschlußkolloquium

Abschluß der Ausbildung und Zertifikat

Die Teilnehmerin legt eine Abschlussarbeit zu einem selbstgewählten Thema vor und nimmt an einem Abschlusskolloquium teil. Danach erhält sie vom Institut für feministische Körperpsychotherapie ein Zertifikat, das bescheinigt, dass sie an der Ausbildung in feministischer Körperpsychotherapie erfolgreich teilgenommen hat. Das Zertifikat enthält Angaben zur Dauer und zu den Inhalten der Ausbildung sowie zu der Anzahl der Ausbildungsstunden.

Kursort

Das erste Ausbildungsjahr findet im landschaftlich wunderschön gelegenen Frauenlandhaus Charlottenberg statt; danach nach Absprache mit den Teilnehmerinnen – vorzugsweise in Frauenbildungsräumen.

Kosten

Seminarkosten pro Jahr: 1.995,- € (Ratenzahlung nach Vereinbarung). Die Bezahlung wird vertraglich geregelt. Förderung über Bildungsscheck oder andere Förderinstrumente für berufliche Seminare und Fortbildungen ist gegeben falls möglich.

Bewerbung

Bitte schriftlich mit Angaben zur beruflichen und therapeutischen Vorerfahrung, der derzeitigen beruflichen und persönlichen Situation und einem Umriss der Motivation, an der Ausbildung teilzunehmen.

Rücktrittsbedingungen

Im Falle eines Ausstieges während des laufenden Jahres muss der ganze Jahresbetrag bezahlt werden. Eine Kündigung zum Ende jedes Ausbildungsjahres ist möglich.

Ausbilderinnen

Eva Hartard, Jg. 60, Lehrerin, Heilpraktikerin Psychotherapie (HeilPrG, ECP), feministische Körper- und Gestalttherapeutin, ausgebildet von Gerda, Ebba und Mona Lisa Boyesen am Frauen-Gestalt-Institut; Ausbildung zur Somatic Experiencing Practitioner bei Elfriede Dinkel-Pfommer, Fortbildungen u.a. in Traumatherapie (ressourcenorientierte Traumatherapie beim Verein Traumahilfe e.V., Körperarbeit mit EMDR, Ellen Spangenberg (TRIMB) sowie in Paartherapie. Seit 1997 Einzel- und Paartherapeutin, Leitung von Gruppen im Frauenbildungsbereich. Mitfrau GBP e.V.

„Mein Herzenswunsch ist es, Frauen auf ihrem Weg zu begleiten, ihre Lebendigkeit und ihre eigene innere Stimme wieder zu finden; ihnen Raum und Zeit zu geben, das „süße Strömen“ in sich zu entdecken und dieses als Quelle des Handelns und Seins – auch als tiefe spirituelle Erfahrung zu erfahren. Wichtig ist mir auch, dass Lernen Spaß macht.“

Christiane Tutschner, Jg. 54, Dipl. Soz. Päd., Biodynamiktherapeutin (ECP), ausgebildet bei Gerda, Mona Lisa und Ebba Boyesen in biodynamischer Körperpsychotherapie, bei Elfriede Dinkel-Pfommer zur Somatic Experiencing Practitioner. Fortbildungen u.a. bei Kay Hoffman (Trancetanztherapie), Dr. Felicitas Goodman (rituelle Körperhaltungen) und der Traumahilfe e.V. (Ressourcenorientierte Traumatherapie) sowie bei Ellen Spangenberg (TRIMB). Ausbilderin in ganzheitlicher Massage ‚My Body, My Earth‘. Seit 1981 therapeutisch tätig in freier Praxis und im Frauenbildungsbereich.

„Immer wieder begeistert mich die heilsame Kraft des Kreises der Frauengruppe, der Gemeinschaft; tief berührt bin ich, wenn Frauen Zugang zu ihrer eigenen Liebe und der Liebe fürs Leben finden.“ Mitfrau GBP e.V. und DGK e.V.

Inhaltliche Begleitung

Bärbel Wenzel

Jg. 59, Dipl. Soz. Päd., Heilpraktikerin für Psychotherapie, (HeilprG, ECP), Gestalttherapeutin und Gestaltsupervisorin (DVG), Traumatherapeutin (PITT und EMDR), Entspannungspädagogin begleitet inhaltlich die Ausbildung und steht als Lehrtherapeutin und Supervisorin zur Verfügung. www.baerbel-wenzel.de

Anmeldung zur Ausbildung:

Institut für feministische Körperpsychotherapie

Anerkanntes Ausbildungsinstitut der DGK e.V. und GBP e.V.

Marburger Str. 14
60487 Frankfurt
Tel. 069/77 65 05
ifkpt@gmx.de
www.e-c-h-t.de