

Bernd-Ulrich Hohmann und Gerhild von Müller

Workshop

Körperpsychotherapeutische Techniken in der Praxis

Die Idee für diesen Workshop ist, ihn aus didaktischen Gründen einer Therapie-sitzung nachzubilden. Es empfiehlt sich in der Praxis 75 Minuten (1 ½ Therapie-sitzungen) einzuplanen, weil es genügend Zeit für das "affektmotorische" Geschehen braucht.

Wir haben 90 Minuten für unsere Gruppe.

Das praktische Vorgehen zu ihrer Integration in die gewohnte Arbeitsweise soll auch der erste Punkt im Workshop sein.

Dafür müssen wir zunächst einen neuen Rahmen schaffen, in dem wir mit dem Patienten die körperpsychotherapeutische Arbeitsweise besprechen, bestimmte diesbezügliche Vereinbarungen treffen.

Diese werden wir dann auch für den Workshop nutzen, um nach kurzer theoretischer Einführung und praktischer Demonstration in Dyadenarbeit auszuprobieren und Erfahrungen zu sammeln zu einer Technik des

„Körperlesens“,

„Körperimpulsarbeit“ (Körperassoziation) wie auch

Inneren und Affektiven Techniken.

Grundsätzlich handelt es sich bei diesen Techniken um eine erlebnisorientierte Vorgehensweise, die durch sich selbst wirkt. Jedoch steht am Schluss in der Therapiesitzung immer Raum und Zeit für eine „Nachbesprechung“ des Erlebten zur Verfügung. Mit diesem Schritt soll auch der Workshop beendet werden und vielleicht bleibt noch etwas Zeit für die Frage: wie wirken körperpsychotherapeutische Techniken?

Dipl.Psych. Bernd-Ulrich Hohmann

Psychologischer Psychotherapeut in eigener Praxis in Traunstein

Dipl.Psych. Gerhild von Müller

Psychologische Psychotherapeutin, Lehrtherapeutin und Supervisorin TP,
niedergelassen in Köln, Mitglied der Kammerversammlung der
Psychotherapeutenkammer NRW