

Regina Irmisch
Gemeinschaftspraxis Psychotherapie
Weide 11
96047 Bamberg
irmisch@gemeinschaftspraxis-
psychotherapie-bamberg.de

Norbert Schneider
Psychotherapeutische Praxis
Marktplatz 6
90762 Fürth
nore.schneider@gmx.de

Selbsterfahrungsgruppe für die Psychotherapieausbildung von PsychologInnen, SozialpädagogInnen und PädagogInnen (institutsinterne Kursbezeichnung Kurs ISch1)

Im Kontext psychotherapeutischen Arbeitens geht es darum, innere Prozesse und äußeres Verhalten von KlientInnen so zu fördern, dass sie schrittweise neue Erfahrungen machen und in der von Ihnen gewünschten Richtung wachsen können. Einen wesentlichen Beitrag dazu kann die therapeutische Beziehung leisten, in der sich TherapeutIn und KlientIn beständig wechselseitig beeinflussen.

Zentrales Anliegen dieser Gruppenselbsterfahrung ist deshalb die Förderung von Selbstwahrnehmung, Selbstreflexion und Selbststeuerung, um den komplexen Anforderungen im Kontakt mit KlientInnen und bei der Gestaltung therapeutischer Prozesse und Beziehungen besser gewachsen zu sein.

Basis der gemeinsamen Arbeit ist die kontinuierliche Anregung, eine adaptive Haltung zum eigenen Erleben und dem Erleben des Gegenübers einzunehmen (z.B. (Selbst-) Akzeptanz, (Selbst-) Mitgefühl, Perspektivenwechsel, metakognitive Kompetenzen, Ambiguitätstoleranz).

Ausgehend von den eigenen grundlegenden Beziehungserfahrungen und den sich daraus ergebenden Bedingungen für weiteres Beziehungslernen werden Bedeutungszusammenhänge zum eigenen interaktionellen Erleben in der Therapie hergestellt. Daraus ergeben sich Möglichkeiten, auch jenseits biographischer Verstrickungen zu agieren. Begleitend erfolgt eine Sensibilisierung für eigene Bedürfnisse, Ressourcen, Werte, wie auch für verletzbare Selbstanteile und die Erarbeitung eines förderlichen Umgangs damit.

Inhaltlich werden - ähnlich wie in Psychotherapien selbst - je nach individuellen Bedürfnissen der TeilnehmerInnen immer wieder unterschiedliche Schwerpunkte gesetzt. Eine Auseinandersetzung mit zentralen Themen, die für die therapeutische Arbeit von Bedeutung sind (wie Umgang mit Kritik und Feedback, Herstellung von Intimität und Distanz, idiosynkratische Empfindlichkeiten, Umgang mit existentiellen Themen, Selbstverantwortung u.ä.) erfolgt fortlaufend auf verschiedenen Ebenen.

In einer sicheren, feedbackorientierten Gruppenatmosphäre werden therapeutische Basiskompetenzen kontinuierlich aneinander beobachtet, geübt, verfeinert und fortlaufend in die eigenen selbstreflexiven Erfahrungen integriert. Darüber hinaus werden die erlebten unterschiedlichen Vorgehensweisen im Verlauf der SE immer wieder benannt, um den AusbildungsteilnehmerInnen auch eine theoretische und therapeutische Zuordnung zu ermöglichen. Innerhalb dieses Referenzrahmens entwickelt sich der persönliche therapeutische Stil weiter.

Wir verknüpfen traditionelle behaviorale und kognitive Vorgehensweisen mit Ansätzen von ACT, FAP, EFT, Schematherapie und IRRT, die eine Fülle von Anregungen, Übungen und Strategien bieten, in einem sehr aktiven Prozess erfahrungsbezogen zu lernen und zu üben.

Dabei ist uns wichtig, immer wieder zu einer Haltung einzuladen, den jeweils eigenen Ausgangspunkt innerhalb eines Prozesses radikal zu akzeptieren und Verunsicherung (also Lernen außerhalb der ei-

genen Komfortzone) sowie das Erleben von Unvollständigkeit (oder Unvollkommenheit) als wesentliche Bestandteile der eigenen Weiterentwicklung zu erfahren. Dazu gehört, Fehler und Umwege als natürlichen Bestandteil von Lernprozessen zu begreifen und sich ihnen mit größtmöglicher Offenheit und Neugier zu nähern.

Schlussendlich möchten wir eine Erhöhung von Bewusstheit sowie selbstreflexives Lernen als etwas erlebbar machen, das auch langfristig lohnenswert im Selbstmanagement gestaltet werden kann.

Darüber hinaus möchten wir Ihnen gerne anbieten, zusätzlich persönliche Anliegen vorab zu formulieren. Wir werden uns bemühen, diese im Seminarverlauf zu berücksichtigen.

Der Teilnehmerkreis dieser Selbsterfahrungsgruppe für die Ausbildung in Verhaltenstherapie ist auf den o.g. TeilnehmerInnenkreis beschränkt. Die besuchten Selbsterfahrungstage können für die jeweilige Psychotherapieausbildung Anrechnung finden.

Die Gruppe besteht aus maximal 10 Mitgliedern und soll geschlossen begonnen und beendet werden.

Termine: 15./16./17.07.2020 (dreitägig) 09./10.09.2020 19./20.11.2020
 20./21.01.2021 25./26.03.2021 08.07.2021 (eintägig)

Zeitplanung: jeweils 9.00-19.00 Uhr

Kosten: 10 WE (Weiterbildungseinheiten) á 25 € = 250 € je Selbsterfahrungstag,
Gesamtpreis bei 120 WE: 3000 €

Ort: IVS, Rudolf-Breitscheid-Str. 39, 90762 Fürth (5. Stock mit Aufzug)

Leitung: Dipl. Psych. Regina Irmisch, Psychologische Psychotherapeutin
 Dipl. Psych. Norbert Schneider, Psychologischer Psychotherapeut