

Ulrike Schmitz

Therapeutin für
Konzentrierte Bewegungstherapie
Lehrbeauftragte und Supervisorin des
DAKBT
Kühnertsgasse 24
90402 Nürnberg
Tel. 0911 95 05 338
kbt@schmitz-praxis.de
www.kbt.schmitz-praxis.de

Sebastian Schmitz

Analytischer Kinder- und
Jugendlichenpsychotherapeut
Dozent am Institut für Kinderanalyse
Nürnberg
Bergstr. 19
90403 Nürnberg
Tel. 0911 200 99 65

<http://www.schmitz-praxis.de>

Termin:

17./18.3.2012
Freitag 16.00 – 19.30h
Samstag 9.30 – 16.00h
Weitere Termine auf Anfrage

Kosten

150.– € / Wochenende

Ort

Praxis für Konzentrierte
Bewegungstherapie
Kühnertsgasse 24
90402 Nürnberg

Bei der Bayerischen Psychotherapeutenkammer
wurden Fortbildungspunkte beantragt.



Selbstfürsorge für Menschen in therapeutischen Berufsfeldern

Oft fahren sich im beruflichen
Alltag Verhaltensmuster ein, die
zu immer wieder ähnlichen Belastungen
führen. Der körper- und symbolorientierte
Ansatz der Konzentrierten
Bewegungstherapie und Elemente des
Sandspiels nach Dora Kalff sollen
genutzt werden, diesen Mustern
besser auf die Spur zu kommen.
Der aufmerksamere Umgang
mit den eigenen Ressourcen
und Selbstfürsorge den eigenen
Schwachstellen gegenüber werden
dadurch noch bewusster einsetzbar.

Konzentrierte Bewegungstherapie als konkret erlebte Burn-out-prophylaxe

Die Konzentrierte Bewegungstherapie als körperorientiertes, tiefenpsychologisches Verfahren hat zahlreiche Facetten, um die Wahrnehmung für den Umgang mit sich selbst und den Umgang mit sich im Beisein anderer zu schärfen. Dies lässt sich auch für die therapeutische Situation und den Arbeitsalltag nutzen.

In diesem Seminar soll der Schwerpunkt auf der Selbstfürsorge im beruflichen Alltag liegen. Sowohl durch schwieriger werdendes Klientel, wie auch sich verschärfende Arbeitsbedingungen kommt es häufig zu Überlastungen, die, wenn sie nicht rechtzeitig erkannt und mit achtsamem Umgang verändert werden, zum Burn-out führen können.

Es sollen Möglichkeiten geschaffen werden, die eigenen Stärken bewusster für den Schutz der eigenen Schwachstellen einsetzen zu können. Sowohl, die wappnende

Vorbereitung, der konkrete Schutz in der belastenden Situation, wie auch nachträgliche Rituale, um Belastendes nicht mit in die Privatsphäre zu nehmen, werden konkret erarbeitet

Dabei kommen meine Erfahrungen aus der langjährigen Arbeit mit der Konzentrierten Bewegungstherapie zur Traumabewältigung zum Tragen.

Was sagt das Unbewusste des Therapeuten zu seiner professionellen Arbeit?

Das Unbewusste verhält sich oft kompensatorisch zum Bewusstsein, sodass durch die Beschäftigung mit unbewussten Bildern vom Bewusstsein abgelehnte oder zu wenig wahrgenommene Inhalte ins Blickfeld geraten.

Im Seminar soll es mit Hilfe des Sandspiels zu einer inneren Diskussion zwischen bewusster und unbewusster Einstellung in Bezug auf die eigene Arbeit kommen.

Bei der Sandspieltherapie handelt es sich um ein tiefenpsychologisches Verfahren, das auf der Grundlage der Erkenntnisse der analytischen Psychologie von C. G. Jung entwickelt wurde, um den Individuationsprozess der Seele anzuregen und zur Entfaltung zu bringen.

Sand ist in Verbindung mit Wasser ein ideales Bau- und Formmaterial um spielend, ohne jegliches Können, zu gestalten. Zusammen mit zahlreichen kleinen Figuren entstehen spontan symbolischen Gestaltungen im Sandfeld, als Ausdruck bewusster und unbewusster seelischer Bilder, Gefühle und Konflikte, die oft tiefen Schichten der menschlichen Psyche entstammen. Im Sand werden innere Bilder mit konkreten Mitteln gestaltet, psychische Inhalte finden sichtbaren und greifbaren Ausdruck.

