

Sinnes-Schulung, Selbsterfahrung, Integrative Psychotherapie

Anhand kleiner Selbsterfahrungs-Übungen und Fälle werden wir in den ersten drei Sitzungen die Struktur der 12 Sinne (4 leibnahe, 4 mittlere und 4 soziale Sinne) erarbeiten. Während z. B. die biographische Vorgeschichte einer Klientin dargestellt wird, sollen sich die Teilnehmer sinnesgruppenweise in ihr Erleben einfühlen, und dann zunächst nur vermuten, was diese jeweils für Störungen und Begabungen! entwickelt hat. Durch die anschließende Darstellung der real entwickelten Symptome wird die klinische Beobachtung geschärft und gelernt, den Patienten möglichst umfassend wahrzunehmen bzw. ihn zur Selbstwahrnehmung anzuleiten. Übungen zur Verstärkung der Daseins-Sicherheit, des tolerablen Arousal und der Autonomisierung durch Bewegungen zeigen die praktische Handhabung dieser Sinneslehre im klinischen Alltag. Dabei werden wir u.a. die Stufen der psychosozialen Reifung (Urvertrauen, Autonomie, Initiative) und ihren Bezug zu den Sinnen erkunden.

Anschließend sollen Fallbeispiele und kleine eigene Konflikte der Teilnehmer betrachtet werden. In Patient-Klient-Rollenspielen wird geübt, zuerst den eigenen Leib des „Patienten“ und die Motive des Gegenüber umfassend wahrzunehmen. Auf dieser Grundlage soll dann mit Hilfe von Phantasiebriefen nach den richtigen Worten für die Gefühle und Beziehungen der Betroffenen gesucht und entsprechende Bilder und Metaphern dazu gefunden werden. Schließlich sollen auch Handlungsziele und Ressourcen der Betroffenen erkundet werden. Positive Ausnahmen von Situationen, wo diese Ressourcen genutzt wurden, sollen erkundet und nach angemessenen nonverbalen Gesten oder Körperhaltungen gesucht werden. Diese zweite Phase von 3 bis 4 Kursstunden wird aufeinander aufbauend gestaltet.

In den letzten Kursstunden werden wir wiederholen um zu verstehen: wann werden...

1. - distanz-bildende mit dem linearen Denken verbundene Befragungsformen der Sinneswahrnehmung,
2. - Beziehungs-vertiefende Arbeit mit inneren Bildern und schließlich
- 3 - leibnahe Arbeit mit Körpergesten, Raum-Aufstellungen und Gespräche mit Persönlichkeitsanteilen sinnvoll und wann ist die systemische Berücksichtigung der Konfliktpartner notwendig?