



*Therapie ist nicht die Wiederholung alter Erfahrungen, sondern bedeutet,
das Alte im Kontakt anzuschauen und neue Erfahrungen machen zu können!*

Persönliches Vorwort

Bevor ich zu den Inhalten und Abläufen der Ausbildung komme, möchte ich dir gerne etwas über meine persönliche Motivation und mein Anliegen erzählen. Solltest du dich angesprochen fühlen, dann lohnt es sich weiterzulesen.

Dies ist eine Fortbildung für Menschen, denen es in erster Linie darum geht, zu lernen und neue Erfahrungen zu machen (und nicht darum, ein weiteres Zertifikat zu erwerben).

Worum es mir wirklich geht, ist, dir weiterzugeben, was ich im Laufe der drei Jahrzehnte meiner Arbeit mit Menschen gelernt habe. Dir zu zeigen, wie man Menschen sehen und erfassen kann und wie man mit ihnen eine Beziehung aufbauen kann, die Wachstum möglich macht.

Ich bekomme schon lange und häufig die Rückmeldung, dass ich Menschen außergewöhnlich gut "lesen" und eine Verbindung aufbauen kann, und das, obwohl ich eine eher unbequeme Therapeutin bin, die auch direktiv und konfrontativ sein kann.

Im Laufe der Zeit habe ich versucht herauszubekommen, was ich da wie mache. Dies versuche ich dir mit meinem ganzen Herzblut und von Herzen weiterzugeben.

Die Fortbildung ist auch Herzens- und Persönlichkeitsbildung. Ich lehre eher eine Haltung und einen Blick als Tools und Übungen. Das, was du lernst, kannst du für dich in dein bisheriges Wissen "einarbeiten", zu deinem machen und damit in die Welt gehen.

Sollte dich das ansprechen, dann freue ich mich auf deine Teilnahme!

Herzliche Grüße

Dami



Inhaltliche Beschreibung

In der Online-Fortbildung „Frühe Verletzungen und Entwicklungstrauma erkennen und heilen SEI®“ möchte ich dir das vermitteln, was ich für eine gelingende Psychotherapie für wirklich wichtig und effektiv halte. Dabei liegen mir vor allem diese therapeutischen und menschlichen Fähigkeiten am Herzen:

- die innere Haltung
- die eigene Beziehungsfähigkeit
- das Erfassen von Menschen und ihren Strukturen und Mustern
- Präsenz
- die Verbundenheit mit sich selbst

Der Weg zu einer guten Psychotherapie geht immer von innen nach außen. Wir selbst sind unser wichtigstes Werkzeug. Je besser wir uns selbst kennen, unseren „eigenen Keller aufgeräumt“ haben und je tiefer wir uns selbst und anderen Menschen begegnen können, desto mehr können wir den Raum für echte Begegnung und für die Schmerzen unserer KlientInnen öffnen und halten.

Verlieren wir während der Therapie den Kontakt zu uns selbst, so kann es passieren, dass wir Interventionen anbieten, die mehr unserer eigenen Regulation als der unserer KlientInnen dienen.

Außerdem ist es wichtig, die Fähigkeit zu entwickeln, an den Symptomen, mit denen KlientInnen in die Praxis kommen, vorbeisehen und die wahren Ursachen ihres Leidens erfassen zu können. Als TherapeutInnen sollten wir unsere KlientInnen auf tiefer Ebene sehen können, vielleicht tiefer als sie sich selbst. Wir sollten fähig sein, das in Worte zu fassen, was sie selbst oft noch nicht ausdrücken können.

Unsere Aufgabe ist:

- an sie und ihre Zukunft zu glauben, wenn sie es nicht können
- freundliche, aber manchmal auch unbequeme Spiegel für sie zu sein
- die innere Spannweite zu haben, sowohl gewährend und freundlich als auch klar und konfrontativ zu sein. Je nachdem, was für die KlientInnen gerade wichtig ist
- den Weg zu mehr Integration zu sehen und die Fähigkeiten zu haben, diesen bewusst begleiten zu können.
- Wir sind WegbegleiterInnen und keine FreundInnen, die es immer recht machen wollen – wir dürfen auch mal unbequem sein.



Daniel Siegel hat Psychotherapie einmal so definiert:
"Eine Liebesbeziehung auf Zeit, ohne Sexualität"

Wachstum verläuft immer an den Grenzen des Toleranzfensters. Und es ist unsere Aufgabe zu wissen, wann eine Zeit des Wachsens und wann eine Zeit der Integration ist.

Eine wesentliche Fähigkeit dabei ist, Spannung und Ambiguität auszuhalten, damit wir weder in die Falle des Helfersyndroms fallen, noch unsere Klientinnen "erlösen" wollen, wenn Schmerz oder Nicht-weiter-Wissen im Raum stehen. Schmerz (aus-)halten zu können, erfordert ein gutes Maß an Selbstregulation von uns, Angstfreiheit und die Integration unserer eigenen Schmerzen und unserer Hilflosigkeit.

Als TherapeutIn ist es wichtig, beständig drei Ebenen in uns präsent zu halten:

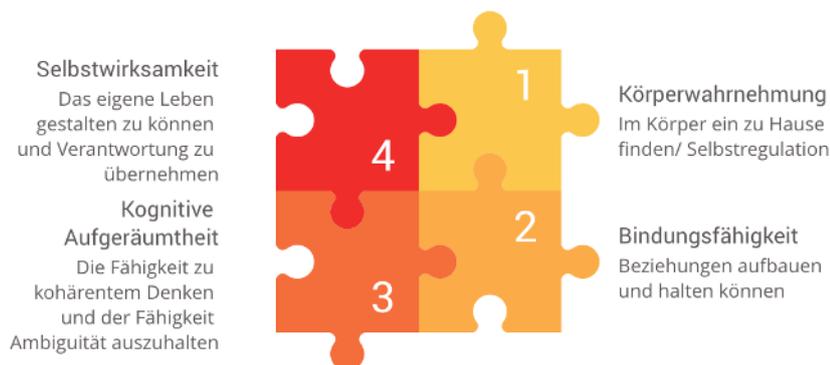
1. unsere KlientIn zu fühlen
2. uns selbst zu fühlen
3. die Metaebene zu halten, um zu wissen, warum wir wo unterwegs sind oder sein wollen

Eine Therapie ist meiner Meinung nach erfolgreich, wenn wir folgende vier Bereiche entwickelt und integriert haben:

Selbstverständlich gelingt uns dies nicht immer. Dennoch kann uns diese Matrix als Leitfaden und als Grundlage für die Einschätzung unserer KlientInnen dienen.

Die 4 Säulen eines erfüllten Lebens

Die 4 Oberthemen erfolgreicher Psychotherapie



Überblick über die Inhalte der beiden Fortbildungsteile (Basismodul 1 und 2 SEI®)

Alle Module sind speziell für die Fortbildung abgefilmt und bestehen immer auch Theorie, Praxis und Beispielsitzungen!



ONLINEFORTBILDUNG
Basismodul 1 SEI®
Frühe Verletzungen
und Entwicklungstrauma
erkennen und heilen

In Basis-Modul 1 lernst du:

- Deine Rolle in der Therapie:
 - Welche therapeutische Haltung nimmst du ein?
 - Wie baust du Vertrauen auf?
 - Welche Ebenen der Aufmerksamkeit brauchst du?
- Umfassende theoretische Einführung in das Thema Trauma
 - Schocktrauma
 - Entwicklungstrauma
 - Core Organizer
- Was dein Arbeitsziel ist und warum dies nicht unbedingt mit dem Ziel der Klienten übereinstimmen muss und manchmal sogar nicht sollte
 - Was ist überhaupt psychische Gesundheit?
 - Was ist eigentlich unsere Persönlichkeit?
- Den Aufbau von Beziehung und Sicherheit
 - Die Polyvagaltheorie
 - Wie wir unsere KlientInnen tiefer wahrnehmen können
 - Die Sitzposition im Raum
 - Kontakt herstellen
 - Somatische Spiegelung
- Die 1. Sitzung
 - In Beispielsitzungen kannst du beobachten, wie ich ein erstes Gespräch gestalte. Dies weicht davon ab, wie viele andere TherapeutInnen dies tun
- Körperwahrnehmung lernen
 - Grundlagen
 - Der Zugang zum impliziten Gedächtnis, also den Mustern nach denen wir leben
 - Arbeit mit der Körperhaltung und den dissoziierten Gefühlen

- Trauma und Gedächtnis
 - Was ist so besonders an Trauma und warum verarbeiten wir es so anders als andere Ereignisse
 - Vom Expliziten ins implizite – Zugang finden
- Die Bedeutung von Orientierung
 - Orientierung ist eines der vernachlässigten, aber bedeutungsvollsten Fähigkeiten, die Menschen brauchen, um ihre Traumata zu integrieren
- Ressourcen - wie du sie wirklich einsetzen kannst und sie für die KlientInnen auch fühlbar werden
- Beziehung und Co-Regulation
 - Die meisten Menschen, die zu uns kommen, können sich nicht gut regulieren. Deshalb ist es wichtig, dass wir das für eine Weile für sie übernehmen (können).
 - Wie wir Menschen unterstützen können, aus dem Shutdown langsam co-regulationsfähig zu werden.
- Containment
 - Containment ist die Fähigkeit, sich selbst halten zu können. Manche KlientInnen können dies kaum und andere machen es viel zu sehr. Wir können beide unterstützen ein gutes Maß zu finden, um sich innerlich halten zu können.
- Die Bedeutung von Emotionen
 - Emotionen werden häufig falsch verstanden. Emotionen sind weder wahr noch falsch, aber oft rückbezüglich und haben wenig mit der Realität heute zu tun.
 - Emotionen regulieren zu können ist einer der bedeutendsten Lernschritte für KlientInnen
- Grenzen und ihre Wiederherstellung
 - Trauma bedeutet immer ein Bruch von Grenzen. Hier zeige ich, wie wir diese langsam wieder aufbauen und reparieren können.
- Arbeit mit Augenkontakt
- Dissoziation
 - Es ist möglich körperorientiert mit Dissoziation so zu arbeiten, dass sie weniger auftritt und bewusstseinszugänglich wird

Bonus: Die Arbeit mit sexuellem Missbrauch, Die Bedeutung von Humor, Gespräch über die Bedeutung der Geburt, Bonuswebinar Praxisaufbau





In Basis-Modul 2 vertiefst du deine therapeutischen Fähigkeiten. Du lernst mit den Entwicklungsschritten zu arbeiten und Menschen sehr spezifisch abzuholen und therapeutisch zu begleiten:

- Die wichtigsten Grundlagen
 - Wie unsere Physiologie unsere Psychologie bestimmt
 - Die Bedeutung von Handlungstendenzen
- Die menschliche Entwicklung verstehen
- Rund um den therapeutischen Alltag
 - Übertragung in der Körperpsychotherapie
 - Mit wem solltest du **nicht** arbeiten
 - Vom Umgang mit Widerstand
 - Wie ist Veränderung überhaupt möglich
- Veränderungen bewirken
 - Habituiertes Verhalten verstehen und verändern
 - Selbstwert
 - State-Dependent Memory
 - Emotionale Flashbacks
 - Scham und Schuld

Die folgenden Module decken jeweils einen Entwicklungsschritt ab – immer mit Theorie, therapeutischen Interventionen und Praxissitzungen zu den spezifischen Themen dieses Entwicklungsschrittes:

- Sicherheit und in der Welt landen
- Bedürfnisse und ihre Erfüllung
- Autonomie und Exploration
- Wille und Kraft
- Ergänzendes Handwerkszeug
 - Dosierung von Interventionen und Experimenten
 - Trauma und Drama
 - Umgang mit Zittern



- Übertrag in den Alltag

Bonus: Beispielarbeit mit Schocktrauma, Adoption