

## Lehrplan der Weiterbildung Systemische Therapie

Die Seminarinhalte beinhalten eine ausgewogene Mischung aus theoretischen und praktischen Abschnitten, in denen die Teilnehmer die Möglichkeit haben, eigene berufliche oder private Fragestellungen einzubringen.

Nach Abschluss sollen die TeilnehmerInnen einen Überblick über die Grundlagen systemischer Therapie und Beratung haben und dazu befähigt sein, in verschiedenen beruflichen Kontexten systemisch mit Klientensystemen zu arbeiten.

### Wochenende 1

- ✚ Systemische Grundhaltung / Humanistische Ansätze
- ✚ Anliegen und Auftrag in der Beratung und Therapien
- ✚ Konstruktive Fragen
- ✚ Reflecting Team

### Wochenende 2

- ✚ Grundlagen systemischer Theorie: Radikaler Konstruktivismus / Biologische Erkenntnistheorie etc.
- ✚ Das Mailänder Modell / Zirkuläre Fragen
- ✚ Interventionstechniken / Abschlusskommentar
- ✚ Lösungsorientierte Therapie

### Wochenende 3

- ✚ Systemisches Arbeiten in verschiedenen Kontexten / Therapie vs. Beratung
- ✚ Arbeit mit dem Familienbrett
- ✚ Externalisierungstechnik
- ✚ Biographische Arbeit / Genogrammarbeit

### Wochenende 4

- ✚ Einführung in die Grundlegenden Ordnungen mit Übungen und Aufstellungen
- ✚ Die phänomenologische Sichtweise
- ✚ Praktische Anwendung in Kleingruppen
- ✚ Aufstellungen im Einzelsetting mit Bodenankern
- ✚ beispielhafte Aufstellungen (Themen, die sich häufig zeigen)

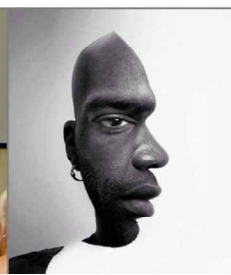
### Wochenende 5

- ✚ Aufstellung von eigenen Anliegen der Teilnehmer (wie leitet man eine Aufstellung an, worauf gilt es zu achten)
- ✚ Vertiefung einzelner Aspekte (z.B. Thema Krankheit, berufliche Aufstellungen)
- ✚ Wie kann ich mein Wissen in meiner Arbeit anwenden?

Präsenzunterricht

Konstruktivismus

Familiensysteme





## Psychotherapieforschung

Unsere **Ausbildung "Integrative Psychotherapie"** orientiert sich an der neueren Psychotherapieforschung.

Prof. Klaus Grawe, einer der bekanntesten Psychotherapieforscher, wertete mehrere tausend Therapiestudien aus, um herauszufinden, warum und wie Psychotherapien wirken. Es ging ihm speziell um die Frage, was eine Psychotherapie wirksam macht. Er kam zu dem Schluss, dass **4 Wirkprinzipien** entscheidend sind:

### **1. Ressourcenaktivierung:**

Es geht darum, die vorhandenen Fähigkeiten und Stärken (=Ressourcen) des Patienten zu nutzen. Dies können ein scharfer Verstand oder ein strukturiertes Gefühlsempfinden, aber auch Freunde, Bekannte und Verwandte sein oder ein erlerntes Stressbewältigungssystem. Ressourcenaktivierung ist ein therapeutisches Vorgehen, das etwa in der **Systemischen Therapie** betont wird.

### **2. Problemaktualisierung:**

Hierbei soll der Patient seine Probleme innerhalb der Therapie erleben, nicht nur darüber reden. Mit Hilfe des Therapeuten findet ein Umlernen statt. Es geht um das Erleben im Hier und Jetzt wie z.B. in der **Gestalttherapie** oder die Erlebnisreaktivierungen durch das **Psychodrama** oder die **Körpertherapie**.

### **3. Aktive Hilfe zur Problembewältigung:**

Hier geht es darum, dem Patienten konkrete Hilfen anzubieten und erlernen zu lassen. Dies können zum Beispiel Entspannungsverfahren und Problemlösetrainings sein. Der Therapeut soll dem Patienten direkt helfen, über ein Problem hinwegzukommen, ihm also über das Gefühl "Nicht-anders-können" hinwegzuhelfen.

Dies geschieht klassischerweise in der **Kognitiven Verhaltenstherapie**.

### **4. Therapeutische Klärung:**

Schwerpunkt ist die Ursache von Problemen. Durch das Aufdecken erfährt der Patient ein tieferes Verständnis für sich selbst und damit innere Heilung. Dieser Klärungsprozess hilft dabei, dass der Patient sein Leben anders gestalten kann.

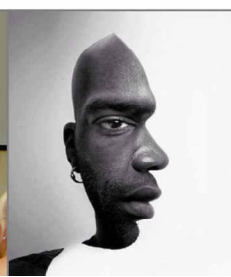
Solche Heilungsprozesse können z.B. in einer **Tiefenpsychologischen Therapie** oder **Gesprächstherapie nach Rogers** erfahren werden.

Weitere detaillierte Informationen über die einzelnen Therapieverfahren und Ausbildungsmodule finden Sie auf unserer Internetseite [www.die-psychotherapie-ausbildung.de](http://www.die-psychotherapie-ausbildung.de).

Präsenzunterricht



Konstruktivismus



Familiensysteme

