

Achtsamkeitszentrierte Körperpsychotherapie in der humanistisch integrativen Psychosomatik

In vier dreitägigen erfahrungsorientierten Workshops soll eine Übersicht über folgende Themen vermittelt, und die entsprechende praktische Arbeit erprobt werden:

Block 1: 03.04.-06.04.2025

- Einführung in die Achtsamkeit
- Achtsames Vorgehen in der Psychotherapie
- Achtsame Handlungskonzepte: „Tracking und Kontakt“
- „Experimentelles“ Vorgehen, anhand der Technik von „Sonden“
- Die achtsame Beziehung
- Mitgefühl und Selbstmitgefühl durch achtsames Vorgehen

Block 2: 26.06.-29.06.2025

- Vertiefung der Achtsamkeit und der Zugang zum impliziten Gedächtnis
- Techniken des „Accessing“
- Teilemodell der Psyche / Zustände und Multimodalität der Zustände
- Externalisierungen wie die „Teilelandkarte“
- „Top down“ und „bottom-up“-Prozesse
- Der „assistierte Selbstdialog“

Block 3: 25.09.-28.09.2025

- Körperintervention: Berührung, „Abnehmen“, „Physikalisieren“, etc.
- Die achtsame Arbeit mit regressiven Zuständen
- Transformation mit Hilfe der Achtsamkeit

Block 4: 27.11.-30.11.2025

- Charakterkunde: Die 5 großen Lebensthemen und wie sie umfassendes Verstehen der menschlichen Selbstorganisation ermöglichen
- Die „Barrieren“ zum Wachstum und zur Heilung
- Transformation im impliziten Gedächtnis
- Wechselwirkungen zwischen Therapeutin und Klientin sowie strategische Anpassungen an das jeweilige Thema

*Der Kurs wird durchgeführt von **Halko Weiss**.*

Psychologischer Psychotherapeut, Mitbegründer und Senior Trainer des Hakomi Institute in Boulder, Colorado. Buchautor und Verfasser zahlreicher Fachartikel. Halko bildet seit über 40 Jahren international Psychotherapeuten aus. Auch als Coach und Trainer im Bereich Persönlichkeitsentwicklung für Führungskräfte tätig. Sein Arbeitsschwerpunkt ist die zwischenmenschliche Beziehung, über die er in verschiedenen Formaten lehrt. (www.hakomimallorca.com; www.hakomi.de).

Buchhinweise: Wirkfaktoren der Achtsamkeit, Schattauer; Handbuch der Körperpsychotherapie, Schattauer; Das Achtsamkeits-Übungsbuch, Klett-Cotta; Das Achtsamkeitsbuch, Klett-Cotta; "Hakomi - Mindfulness-Centered Somatic Psychotherapy", Norton, New York.).

Charlotte Dürr wird Halko Weiss wieder im Kurs zur Seite stehen. Sie ist Diplompsychologin und Psychologische Psychotherapeutin. Es besteht eine langjährige Zusammenarbeit mit Halko Weiss in Kursen zu achtsamkeitszentrierter Körperpsychotherapie und in der Ausbildung von Paartherapeut*innen. Sie hat zudem ihren fachlichen Hintergrund in Hypnotherapie und im HAKOMI.

Zeitstruktur:

Donnerstag: 18.00 - 21.00 Uhr

Freitag: 10.00 - 13.00 Uhr und 15.00 - 18.00 Uhr

Samstag: 10.00 - 13.00 Uhr und 15.00 - 18.00 Uhr

Sonntag: 10.00 - 13.00 Uhr

Teilnehmeranzahl:

maximal 28

Gesamtkosten für das Curriculum liegen bei 1800 € pro Person. Die Teilnehmer sind aufgefordert, innerhalb ihres Beschäftigungsverhältnisses mit ihren Chefärzten Förderungs- und Freistellungsmöglichkeiten abzuklären. Gegebenenfalls ist eine Verpflegungspauschale pro Kurs durch die Teilnehmer selbst zu entrichten.

Veranstaltungsort:

Psychosomatische Privatklinik Bad Grönenbach GmbH

Am Schloßberg 6

87730 Bad Grönenbach

Anmeldung unter: curriculum22@t-online.de