



Szenisch-Systemisch-Kreativ.

Gruppenselbsterfahrung mit erlebnisaktivierenden Methoden aus dem Psychodrama

Zielpersonen

Ärzte und Ärztinnen in laufender oder mit abgeschlossener Facharztausbildung in Psychiatrie und Psychotherapie.
Psychologen und Psychologinnen in laufender Ausbildung zum/r Fachpsychologen/in Psychotherapie.

Psychotherapeutisches Modell Psychodrama

Psychodramatisches Vorgehen ist grundsätzlich systemisch und lösungsorientiert.

Kernstück der Methode ist die Inszenierung des zu bearbeitenden Themas. Handelnd tauchen die Spielenden in die Gefühle, Gedanken und das körperliche Sein der jeweiligen Rollen ein. Dabei entsteht ein Regelkreis zwischen dem inneren Mentalisieren des/der Darsteller*In und seinem/ihrer äusseren Spiel. Die Methode umfasst eine Vielzahl unterschiedlicher Techniken und Arbeitsweisen, die Zugänge öffnen zu verborgener Kreativität. Sie bietet Instrumente, die subjektiv erlebte Wirklichkeit zu erforschen und zu verändern, Konflikte konstruktiv anzugehen und vorhandene Ressourcen zu aktivieren.

Andere therapeutische Verfahren wie etwa die Systemische Therapie, die Schema-Therapie, die Ego-State-Therapie und die Emotionsfokussierte Therapie wenden zentrale Elemente aus dem Psychodrama an, so zum Beispiel die Familienskulptur, die Systemaufstellung, die Belebung von inneren Anteilen und Emotionen sowie die Stühle-Arbeit.

Ziele

- Sie lernen sich selbst und Ihre Themen besser kennen, erkennen biographische Zusammenhänge und erhalten Inputs für Ihre persönliche und berufliche Entwicklung.
- Sie erleben, wie die psychodramatische Inszenierung zugleich den Prozess des Individuums als auch jenen der Gruppe erfasst.
- Sie erfahren die Wirkkraft des szenisch-handelnden Vorgehens im Unterschied zur rein verbalen Bearbeitung.

Inhalte

- Wir arbeiten mit aktuellen und biografischen Themen aus Beruf und Privatleben.
- Wir arbeiten mit erlebnisaktivierenden Methoden wie Skulpturen, Rollenspielen, Aufstellungen, Imaginationen u.a.m.
- Sie lernen die zentralen Techniken wie Einrichten der Bühne, Rollenübernahme, Rollentausch und Rollenfeedback, Doppeln, Spiegeln und Sharing kennen.
- Sie inszenieren und werden sich so Ihrer Handlungsmuster bewusst; Sie können Selbst- und Objektwahrnehmung differenziert wahrnehmen, Denken, Fühlen und Handeln ganzheitlich erleben, Visionen und Wünsche erspüren. Dadurch zeichnen sich neue Lösungswege ab und Ihr Handlungsspielraum erweitert sich.

Bereitschaft, sich offen auf das Abenteuer eigener Prozesse und auf die der Gruppe einzulassen, sind Voraussetzung.

Kursleitung

Daniela Dähler, Dr. med. FMH Psychiatrie/Psychotherapie, Psychodramatherapeutin PDH.
In eigener Praxis für Einzel-, Paar- und Gruppentherapie seit 2008 in Thun | danieladaehler.ch

Luzia Amrein, dipl. Psychologin FH/Msc, Psychodramatherapeutin PDH/ASP
In eigener Praxis für Psychotherapie und Laufbahnberatung seit 2009 in Luzern.



Gruppengrösse

8 - 12 Personen

Anerkennung

Volle Anerkennung als Selbsterfahrungsstunden gemäss WeBe+ und FMH.
Pro Kurs werden 16 Selbsterfahrungseinheiten à 45 Minuten akkreditiert.

Ort und Termine

Seminar- und Praxisräume, Murbacherstrasse 35, 6003 Luzern
29. - 30. Januar 2021 und 30. April – 01. Mai 2021 (Freitag bis Samstag), jeweils 9.15-12.30/14.15-17.30 Uhr

Kosten und Anmeldung

Fr. 530.- ein Kurs; 1000.- beide Kurse
daniela.daehler@hin.ch; Anmeldeschluss 04.01.2021

Rahmenbedingungen

Die Anmeldung per Mail ist verbindlich. Bei schriftlicher Abmeldung bis zwei Monate vor Beginn werden keine, bei Abmeldung bis einen Monat vor Beginn werden 40% der Kosten verrechnet. Bei späterer Abmeldung, bei Nichterscheinen oder bei Abbruch wird der volle Betrag verrechnet. Kann ein Ersatz gefunden werden, entfallen die Kosten.
Bescheinigt wird die Anzahl der besuchten Einheiten.