



Süddeutsche Gesellschaft für Bioenergetische Analyse

In Kooperation mit dem International Institute for Bioenergetic Analysis

Gründer: Alexander Lowen

Weiterbildung **Bioenergetische*r Berater*in** **Bioenergetische*r Analytiker*in (CBT)**

Curriculum Grundkurs

Berufsergänzende Zusatzqualifikation

Bioenergetische*r Berater*in

Darstellung der Module 1 - 4

Die Seminare werden durch die Landespsychotherapeutenkammer Baden-Württemberg anerkannt.

Modul 1. Grundlagen der Körperpsychotherapie

Bioenergetische Analyse (BA)

Das Modul 1 umfasst 6 Wochenendseminare mit den folgenden inhaltlichen Schwerpunkten, wobei die Vermittlung des Lernstoffes in Theorie, Selbsterfahrung und Eigenarbeit erfolgt.

- Darstellung der Bioenergetischen Analyse in ihrem historischen und wissenschaftstheoretischen Kontext und in ihren neurophysiologischen und energetischen Grundlagen
- Einführung in die grundlegenden Konzepte der Bioenergetischen Analyse
- Verständnis des Zusammenhangs von Atmung und Emotion, von Selbstwahrnehmung und Selbstausdruck, von Selbstwert und Körper selbst, von Containment und Selbstausdruck, von Kontakt und Berührung und den damit verbundenen körpertherapeutischen Methoden und Interventionen
- Einführung in die bioenergetische Traumatherapie.

Die Themen der Wochenendseminare des 1. Moduls:

1. Einführungsseminar I: Die Rolle der Atmung bei der Wahrnehmung und dem Ausdruck von Emotionen – Am Beispiel der Depression
2. Einführungsseminar II: Selbstwahrnehmung und Selbstausdruck – Am Beispiel psychosomatischer Störungen
3. Die Verbindung von Selbst (-wert) und Körper selbst – Am Beispiel der narzisstischen Störung
4. Der körperpsychotherapeutische Ansatz der Bioenergetischen Analyse bei der Posttraumatischen Belastungsstörung
5. Ausdruck und Containment – Am Beispiel der Borderline-Störung
6. Kontakt und Berührung in der Körperpsychotherapie

Modul 2. Merkmale der Persönlichkeit – Die Charakterstrukturen und das Energie- und Groundingkonzept der Bioenergetischen Analyse (BA)

Das Modul 2 umfasst 6 Wochenendseminare mit den folgenden inhaltlichen Schwerpunkten, wobei die Vermittlung des Lernstoffes wiederum in Theorie, Selbsterfahrung und Eigenarbeit erfolgt.

- Die Charakterstrukturen der Bioenergetischen Analyse nach Alexander Lowen: Selbsterfahrung, Diagnose, Ressourcen, Behandlungsmöglichkeiten
- Einführung in das Charakterstrukturmodell und in die einzelnen Charakterstrukturen der Bioenergetischen Analyse: Erfahren und Verstehen der für die einzelnen Charakterstrukturen spezifischen Grundhaltungen und Erlebnisweisen, ihrer Fähigkeiten und Werte, ihrer Körperstrukturen und Körpermerkmale und ihres Körperausdrucks.
- Erfahren und Verstehen der sie bestimmenden Selbst- und Fremdwahrnehmung und Gefühle sowie ihrer typischen Konfliktlösungsformen und Abwehrmechanismen.
- Kennenlernen und Erfahren der für die einzelnen Charakterstrukturen spezifischen bioenergetischen Interventions- und Übungsformen, die u.a. zum Ziel haben, energetische Blockierungen zu lösen, zu stabilisieren und zu erden, die Selbstwahrnehmung und den Selbstausdruck zu fördern
- Einführung in das bioenergetische Energie- und Groundingkonzept

Die Themen der Wochenendseminare des 2. Moduls:

1. „Mein Leben ist mein Kopf“ Die Spaltung von Denken und Fühlen durch die Arbeit mit dem Körper überwinden
2. „Bedürftigkeit und Mangel“ Inneren Halt und Eigenständigkeit finden durch die Arbeit mit dem Körper
3. „Grandiosität“ Die Haltung des Sich-Hochhaltens durch die Arbeit mit dem Körper überwinden – abgespaltene Gefühle integrieren
4. „Überlastung“ Die eigenen Grenzen wahrnehmen und stärken, Selbstfürsorge entwickeln durch die Arbeit mit dem Körper
5. „Ich zeige keine Schwäche“ Die rigide Grundhaltung durch die Arbeit mit dem Körper lösen, zur körperlichen und seelischen Lebendigkeit finden
6. „Energie und Muskelpanzer“ Selbstregulierung fördern durch Lösung chronischer Verspannungen charakteristischer Muskelgruppen

Modul 3. Körperpsychotherapeutische Konzepte bei ausgewählten Störungsbildern und weitere Grundlagen der Bioenergetischen Analyse (BA)

Das Modul 3 umfasst 6 Wochenendseminare mit den folgenden inhaltlichen Schwerpunkten, wobei die Vermittlung des Lernstoffes wiederum in Theorie, Selbsterfahrung und Eigenarbeit erfolgt.

- Erfahren und Verstehen der spezifischen Grundhaltungen und Erlebnisweisen der narzisstischen Persönlichkeit, der Borderline-Persönlichkeit und der Entwicklungstraumata, ihrer Fähigkeiten und Werte, ihrer Körperstrukturen und Körpermerkmale und ihres Körperausdrucks
- Kennenlernen und Erfahren der körperpsychotherapeutischen Interventionsformen bei der narzisstischen und der Borderline-Störung und bei den Entwicklungstraumata

- Erfahren und Verstehen der sie bestimmenden Selbst- und Fremdwahrnehmung, der sie bestimmenden Gefühle und ihrer typischen Konfliktlösungsformen und Abwehrmechanismen
- Kennenlernen und Erfahren der für die einzelnen Störungsbilder spezifischen bioenergetischen Übungsformen, die u.a. zum Ziel haben, energetische Blockierungen zu lösen, zu stabilisieren und zu erden, die Selbstwahrnehmung und den Selbstausdruck zu fördern
- Einführung in die anatomisch beobachtbaren Phänomene als Funktionen der psychischen Selbstregulation
- Erfahren und Verstehen des körperpsychotherapeutischen Zugangs zu den Themen Sexualität, Übertragung und Gegenübertragung und Gruppendynamik.

Die Themen der Wochenendseminare des 3. Moduls:

1. Das falsche Selbst und das fragile Selbst. Frühe Störungen. Diagnose, Ressourcen, Behandlungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung der Bindungstheorie
2. Leben in Angst und Selbstzweifel. Die Entwicklungstraumata
3. Anatomie und Physiologie I. Anatomische Strukturen, physiologische Prozesse und der Ausdruck des Körpers
4. Liebe, Erotik und Sexualität. Hingabe an den lebendigen Fluss. Wunsch und Wirklichkeit
5. Körperliche Resonanz in der therapeutischen Interaktion Übertragung und Gegenübertragung – Widerstand und Schutzhaltungen
6. Gruppendynamik in der Körperpsychotherapie I – Grundlagen

Modul 4. Anwendungsfelder

Im Modul 4 werden die Berufsfelder der einzelnen Teilnehmer*innen im Mittelpunkt stehen und gemeinsam die berufsspezifischen Anwendungskonzepte erarbeitet. Ziel ist es, dass alle Teilnehmenden der Weiterbildung am Ende der beiden Wochenenden über je ein eigenes Konzept verfügen, mit dem sie die Bioenergetische Analyse in ihrem Berufsbereich anwenden können.

Das Modul 4 umfasst 2 Wochenendseminare:

1. Anwendungsmöglichkeiten der Bioenergetischen Analyse in den eigenen Berufsfeldern I sowie ethische Prinzipien und ethisches Verhalten
2. Anwendungsmöglichkeiten der Bioenergetischen Analyse in den eigenen Berufsfeldern II sowie ethische Prinzipien und ethisches Verhalten