

**HPA** Heilpraktiker Akademie Deutschland  
& Lehrinstitut für Psychotherapie

# Informationsbroschüre

zum

# Ausbildungsangebot

Homöopathie

Pflanzenheilkunde

Integrative Psychotherapie

Systemische Therapie

Gesprächstherapie nach Rogers

Kognitive Verhaltenstherapie

Traditionelle Chinesische Medizin

Gestalttherapie

In Kooperation mit dem  
Fachverband Deutscher Heilpraktiker,  
Landesverband S.H.



## Die HPA Heilpraktiker Akademie Deutschland stellt sich vor

Die Heilpraktiker Akademie Deutschland ist Ausbildungsstätte für Heilpraktikerinnen und Heilpraktikern/innen für Psychotherapie und nutzt das Wissen aus über 26-jähriger Erfahrung eines Schulbetriebs.

Die Verbindung aus traditioneller Naturheilkunde und dem Wissen aus psychotherapeutischen Kenntnissen führt zu dem Ansatz einer Integrativen Therapie. Nur wer den Menschen als Ganzes und nicht nur als „Symptomträger“ begreift, kann ihm zur individuellen Heilung und Linderung seines Leids verhelfen. Dabei werden moderne schulmedizinische Themen genauso wie naturheilkundliche und psychotherapeutische Fakten mit einbezogen. Diese Herangehensweise führt zu synergetischem Denken, also der Suche nach dem Verbindenden von Schulmedizin und Naturheilkunde und nicht dem Trennenden.

Aus diesem Grund arbeiten in der Heilpraktiker Akademie Deutschland begeisterte Heilpraktiker, Heilpraktiker für Psychotherapie aber auch Ärzte, Diplom-Oecotrophologen und viele andere Berufsgruppen unter einem Dach der „ganzheitlichen Medizin und integrativen Psychotherapie“ zusammen.

Den Schülern bietet die Heilpraktiker Akademie durch das breite Ausbildungsspektrum viele Möglichkeiten der beruflichen Aus- und Weiterbildung. Neben den klassischen Ausbildungen zur Heilpraktikerin oder zur Heilpraktikerin für Psychotherapie, die die Basis für die Berufsausübung darstellen, gibt es viele zusätzliche Fortbildungsmöglichkeiten in Präsenzform. Diese beinhalten naturheilkundliche Therapieverfahren wie z.B. die Akupunktur, Homöopathie, Phytotherapie, Irisdiagnose, Kinesiologie u.v.m. aber auch verschiedene Psychotherapieverfahren wie z.B. die Systemische Therapie, Gesprächstherapie, Kognitive Verhaltenstherapie, Körpertherapie u.v.m.

Die HPA Deutschland steht dabei in enger Kooperation mit dem Fachverband Deutscher Heilpraktiker und wird als Ausbildungsstätte empfohlen.



Dirk Schippel - Inhaber

**HPA** Heilpraktiker Akademie Deutschland  
& Lehrinstitut für Psychotherapie  
Brolingstr. 51

23554 Lübeck

Interessententelefon:

0451 – 98 96 97 3

E-Mail:

[info@heilpraktiker-akademie.de](mailto:info@heilpraktiker-akademie.de)

## Inhaltsverzeichnis

Auf den folgenden Seiten finden Sie Informationen rund um das Berufsbild Heilpraktiker für Psychotherapie sowie zu unseren psychotherapeutischen Weiterbildungen. Die Preise sowie die Termine der einzelnen Ausbildungen entnehmen Sie bitte unserer Homepage. Unser gesamtes Dozenten-Team finden Sie auf unserer Internetseite [www.online-heilpraktikerakademie.de](http://www.online-heilpraktikerakademie.de) Rubrik Akademie.

Folgende Ausbildungen und Seminare werden näher beschrieben:

### Heilpraktiker für Psychotherapie und Psychotherapeutische Verfahren:

- ✚ Onlinestudium HP für Psychotherapie

#### Präsenzveranstaltungen

- ✚ Ausbildung Integrative Psychotherapie
- ✚ Systemische Therapie
- ✚ Kognitive Verhaltenstherapie
- ✚ Gesprächstherapie nach Rogers
- ✚ Gestalttherapie
- ✚ Körperpsychotherapie
- ✚ Psychodrama
- ✚ Entspannung & Achtsamkeit
- ✚ Tiefenpsychologische Psychotherapie



### Weitere Seminare

- ✚ Burn-Out & Stressmanagement (Krankenkassenzertifiziert)

## Online-Studium - Heilpraktiker für Psychotherapie

Unser spezielles Online-Angebot umfasst die Ausbildung zur Heilpraktikerin und die Ausbildung zum Heilpraktiker für Psychotherapie. Neben dem Online-Unterricht bieten wir unseren Schülern auch eine Reihe von Ausbildungen, Fortbildungen und Seminaren in Lübeck, Elmshorn, Hamburg Norderstedt, Peine und Leverkusen an.

Der Unterricht unserer Fernkurse findet in einem virtuellen Klassenzimmer statt. So kommen die Teilnehmer wie in einer „echten“ Klasse zusammen und erleben den Unterricht am eigenen Bildschirm. Das besondere liegt darin, dass sich jeder interaktiv beteiligen kann und seine Fragen somit direkt beantwortet werden.

Die heutigen technischen Möglichkeiten machen die Handhabung ganz leicht.



Der **Ablauf der Ausbildungen** ist so organisiert, als würden Sie eine Präsenzschele besuchen.

**Medium:** Zu der jeweiligen Unterrichtszeit der entsprechenden Ausbildung treffen sich die Schüler regelmäßig im extra eingerichteten virtuellen Klassenzimmer. Genau wie in der klassischen Unterrichtssituation können die Teilnehmer und die Dozenten über den virtuellen Klassenraum miteinander kommunizieren, Power-Point-Präsentationen nutzen, auf die virtuelle Tafel schreiben und Patientenfilme ansehen. Diese interaktive Form fördert das Lernen und den sozialen Austausch.

### Allgemeine Ausbildungsbedingungen:

#### Tageskurs/ Abendkurs, berufsbegleitend:

Beginn:	im Februar, Mai, September, November eines Jahres
Einführung:	Individuell
Grundunterricht:	montags von 09:00 bis 11:00 Uhr <u>oder</u> montags von 19:00 bis 21:00 Uhr
Ausbildungsdauer:	ca. 12 Monate
Unterrichtsstunden:	ca. 105

#### Intensiv-Studium:

Beginn:	im Februar, Mai, September, November eines Jahres,
Einführung:	Individuell
Grundunterricht:	montags: 09:00 bis 11:00 Uhr <u>und</u> 19:00 bis 21:00 Uhr
Ausbildungsdauer:	ca. 6 Monate (105)
Unterrichtsstunden:	ca. 105

Während der Ferienzeiten des Landes Schleswig-Holstein findet kein Unterricht statt.

Änderungen und Ergänzungen durch die Akademieleitung sind möglich.

**Lehrinhalte:** Die Ausbildung ist in thematische inhaltlich geschlossene Blöcke unterteilt.

Vor jedem Block erhalten Sie Literaturempfehlungen. Zusätzlich steht den Teilnehmerinnen eine eigene Lernplattform zur Verfügung.

Jeder Block ist dabei ähnlich aufgebaut: Zunächst werden die theoretischen Inhalte erläutert. Zusätzlich werden eine Reihe von praktischen Fallbeispielen mit in den Unterricht eingebaut. Ergänzt werden die Unterrichtseinheiten durch Patientenfilme, in der die Schüler ein „fühlbares“ Bild von dem spezifischen Störungsbild / Krankheitsbild erhalten.

Das Ziel dieses bewährten Aufbaus ist das frühzeitige Erlernen der Teilnehmer, diagnostisch und therapeutisch mit Patienten umzugehen.

Ist dann schließlich die Theorie mit der Praxis verbunden, stehen am Ende eines jeden Blocks die schriftliche und mündliche Prüfungssimulation.

Durch dieses langfristig erprobte Prinzip der zeitnahen Lernzielkontrolle erhalten die Schüler frühzeitig eine Rückmeldung über ihre jeweiligen Stärken und Schwächen.

**Eingesetzte Lehr- und Lernmittel:**

- Virtueller Klassenraum mit Tafel
- Power-Point-Präsentationen
- Filme
- Skripte

Nähere Informationen und veranschaulichendes Material finden Sie auf unserer Homepage

[www.online-heilpraktikerakademie.de](http://www.online-heilpraktikerakademie.de)

## Ausbildung in Integrativer Psychotherapie (IPT)

In Deutschland gibt es einen großen **Bedarf an Psychotherapeuten**. Immer mehr Menschen leiden unter Angststörungen, Depressionen, Partnerschaftskonflikten oder einfach nur an Überforderung im Beruf und suchen professionelle Hilfe.

Neuere **Erkenntnisse** und **Forschungen** in der Psychotherapie haben gezeigt, dass vor allem eine Kombination aus verschiedenen Therapieformen zum größtmöglichen Therapieerfolg führt. Die Stärken eines jeden Verfahrens führen zu Synergien zum Wohle des Patienten. Näheres hierzu finden Sie auch auf der Rückseite.

In der Ausbildung der Integrativen Psychotherapie werden verschiedene Interventionen aus unterschiedlichen Therapieverfahren kombiniert, um genau diesen Synergieeffekt zu nutzen.

### Ausbildungsstruktur

Die Ausbildung Integrative Psychotherapie umfasst **24 Wochenenden** innerhalb von **maximal 3 Jahren**. Das modular aufgebaute System ermöglicht den Teilnehmern eine flexible Ausbildungsgestaltung.



Die zertifizierte Ausbildung schließt mit einer Hausarbeit ab. Wer diese bestanden und alle Module absolviert hat erhält das **Zertifikat in "Integrativer Psychotherapie"**.

- Modul Systemische Therapie (5 WE)
- Modul Gesprächstherapie nach Rogers (2 WE)
- Modul Praxisplanung / Gesetze (1 WE)
- Modul Gestalttherapie (5 WE)
- Modul Körpertherapie (2 WE)
- Modul Kognitive Verhaltenstherapie (3 WE)
- Modul Entspannung / Achtsamkeit (1 WE)
- Modul Psychodrama (2 WE)
- Modul Tiefenpsychologische Psychotherapie (3 WE)

Der Besuch einer zusätzlichen **Selbsterfahrungsgruppe** ist möglich.

Innerhalb der Ausbildung bemüht sich die Schulleitung zusammen mit den Schülern um **Praktikumsstellen** in **Beratungseinrichtungen**, um praktische Erfahrungen mit "echten" Klienten zu sammeln. Diese Erfahrungen werden dann in den Gruppen-Supervisionen besprochen und analysiert.

Während der gesamten Ausbildungszeit fällt eine Literaturarbeit von ca. 100 Stunden an.

-  Nähere Informationen zu den einzelnen Therapieverfahren finden Sie auf unserer Homepage
-  Das Online-Studium HP Psychotherapie kann ideal mit der Ausbildung Integrative Psychotherapie kombiniert werden.



## Psychotherapieforschung

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

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 hierbei 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 z. B. 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 **Körperpsychotherapie**.

### **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 zu können, hinwegzuhelfen. Dies geschieht klassischerweise in der **kognitiven Verhaltenstherapie**.

### **4. Therapeutische Klärung:**

Hierbei geht es um die Ursachen 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.

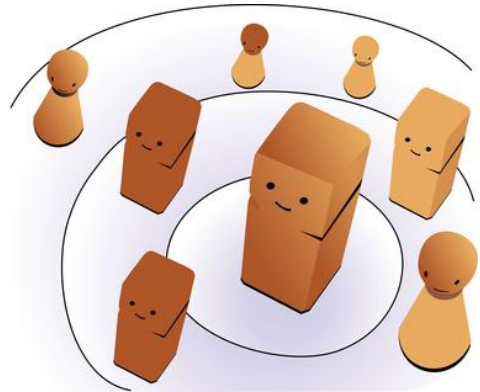
Solche Heilungsprozesse können z.B. in einer **tiefenpsychologischen Therapie** oder **Gesprächstherapie nach Rogers** erfahren werden.

## Systemische Therapie

Diese Fortbildung umfasst 5 Wochenenden mit 94 Unterrichtseinheiten. Im Verlauf dieser Wochenenden werden spezifische Werkzeuge der systemischen Therapieform vorgestellt und geübt.

Während der letzten Jahre erfuhren besonders die **kurzzeitorientierten, systemtherapeutischen** Ansätze starke Aufmerksamkeit und Zulauf. Diese arbeiten stark **ziel- und lösungsorientiert** und ermöglichen es Klienten, oft schon nach wenigen Sitzungen Verbesserungen ihres Leidens zu erfahren.

Die Annahme ist, dass der Schlüssel zum Verständnis und zur Veränderung von Problemen nicht in der Person allein, sondern vielmehr im (familiären) Zusammenhang oder noch weiter gefasst, in seinem **sozialen Umfeld (System)** liegt.



"Handle stets so, dass Du die Anzahl der Möglichkeiten vergrößerst!"

Es handelt sich also im Gegensatz zu vielen anderen Therapieformen um einen lösungsorientierten Ansatz: Erst Definition des Grundproblems, dann Lösung des Problems.

Die Systemische Therapie ist seit 2008 wissenschaftlich anerkannt.

Einen Auszug aus dem Lehrplan finden Sie auf der Rückseite.

### Ausbildungsbedingungen:

Art:	Wochenend-Ausbildung
Zeit:	Samstag und Sonntag 10:00 – 17:00 Uhr
Dauer:	5 Wochenendseminare
Abschluss:	Zertifikat

Diese Therapieform ist ein Bestandteil der Ausbildung Integrierte Psychotherapie. Sie kann aber auch als Seminar einzeln gebucht werden.



## Auszug aus dem Lehrplan der Systemischen Therapie:

- + Das Menschenbild des Konstruktivismus
- + Grundlagen systemischen Denkens
- + Wunderfrage nach Steve De Shazer
- + Anliegen und Auftrag in der Beratung
- + Vor- und Nachteile einer Kurzzeittherapie bzw. Langzeittherapie  
zirkuläre und reflexive Fragen.
  
- + Genogramm
- + Familienbrett
- + Reflektierendes Team
- + Systemische Beratung für Paare
  
- + Kurzzeittherapie nach De Shazer
- + Skalieren
- + Externalisieren
  
- 
  
- + Grundlagen der Aufstellungsarbeit
- + Aufstellungsarbeit mit Bodenankern
- + Systemisches Arbeiten im Einzelsetting
  
- + Familienaufstellung
- + Arbeit mit Organisationsaufstellung
- + Triaden Bildung
- + Systemische Verstrickungen Erkennen und Auflösen
- + Systemisches Arbeiten mit Körpersymptomen
- + Vorstellung weiterer Interventionsmöglichkeiten systemischen Arbeitens  
mit Trance und Hypnose

## Kognitive Verhaltenstherapie

Die Kognitive Verhaltenstherapie ist eine Form der **Verhaltenstherapie**. Sie geht davon aus, dass die Art und Weise, wie wir denken, unser Fühlen, unser Verhalten und unsere körperlichen Reaktionen bestimmt.

Dieses Seminar findet an 3 Wochenenden mit 56 Unterrichtseinheiten statt.

An drei aufeinander aufbauenden Wochenenden werden die Teilnehmer mit den **theoretischen & praktischen Grundlagen der kognitiven Verhaltenstherapie** vertraut gemacht. Es wird das komplexe Zusammenspiel zwischen Gedanken, Gefühlen und Verhalten theoretisch analysiert und praktisch erarbeitet.

Die Seminare haben einen **hohen Selbsterfahrungsanteil**, indem die Teilnehmer Techniken und Methoden der KVT an sich und in der Gruppenarbeit mit anderen Teilnehmern erfahren und erlernen. Die Teilnehmer erarbeiten sich damit ein praxisrelevantes Therapierepertoire.



Einen Auszug aus dem Lehrplan finden Sie auf der Rückseite.

### Ausbildungsbedingungen:

Art:	Wochenend-Ausbildung
Zeit:	Samstag, Sonntag 10:00 – 17:00 Uhr
Dauer:	3 Wochenendseminare
Abschluss:	Zertifikat

Diese Therapieform ist ein Bestandteil der Ausbildung Integrative Psychotherapie. Sie kann aber auch als Seminar einzeln gebucht werden.

## Auszug aus dem Lehrplan der Kognitiven Verhaltenstherapie:

Jedes Seminarwochenende hat einen Theorie- und einen Praxisteil.

- Theorieteil:**
- ✚ Entstehung der KVT, Verlauf, heutiger Stand.
  - ✚ Die drei „Väter“ der KVT: Ellis, Beck, Meichenbaum
  - ✚ ABC Model, Kognitive Dysfunktionen, Stressimpfung
  - ✚ Analysen (Denken - Fühlen - Handeln)
  - ✚ Theorie der kognitiven Umstrukturierung:
    1. Vermittlung des kognitiven Modells
    2. Aufdeckung dysfunktionaler Kognitionen
    3. Infrage stellen dysfunktionaler Kognitionen
    4. Erarbeitung angemessener funktionaler Kognitionen
    5. Einübung neuer Bewertungsstrategien
  - ✚ Diagnostische Methoden
  - ✚ Grundlagen therapeutischer Techniken
  - ✚ Klinische Fragestellungen
- Praxisteil:**
- ✚ Einübung und Umsetzung diagnostischer und therapeutischer Methoden:
  - ✚ ABC Modell, Kognitive Triade, irrationale Bewertung, irrationale Überzeugungen, kognitive und emotive Disputation, Sokratischer Dialog, Rational-emotive Therapie, Methoden der kognitiven Umstrukturierung
  - ✚ Verhaltensexperimente
  - ✚ Lösungen für die Praxis
  - ✚ Anwendung der KVT bei klinischen Bildern:
    1. Angst
    2. Ärger
    3. Stress
    4. Depression
    5. Selbstwert
    6. Zwänge

## Gesprächstherapie nach Rogers

Die Gesprächspsychotherapie nach Rogers ist eine Therapieform der **Humanistischen Psychologie**. Sie wird auch Klientenzentrierte Psychotherapie, non-direktive oder Personenzentrierte Psychotherapie genannt. Der Ansatz von **Carl Rogers**, dem Begründer dieser Therapie, ist aus der heutigen Psychotherapie und Beratung nicht mehr wegzudenken.

Von zentraler Bedeutung sind die drei Grundhaltungen des Therapeuten:

Bedingungslose positive Wertschätzung und Achtung gegenüber dem Klienten mit seinen Schwierigkeiten und Eigenheiten.

Empathie: Einfühlsames, vorurteilsfreies Verstehen der Welt und der Probleme aus der Sicht des Klienten.

Kongruenz in seiner Haltung, d.h. Echtheit und Authentizität gegenüber dem Klienten.



Wichtig für den Erfolg der Therapie ist die Klienten-Therapeuten-Beziehung.

Sie schafft Raum für die Selbstheilungs- und Wachstumskräfte, die der Klient in sich trägt.

Einen Auszug aus dem Lehrplan finden Sie auf der Rückseite.

### Ausbildungsbedingungen:

Art:	Wochenend-Ausbildung
Zeit:	Samstag, Sonntag 10:00 – 17:00 Uhr
Dauer:	3 Wochenendseminare
Abschluss:	Zertifikat

Diese Therapieform ist ein Bestandteil der Ausbildung Integrative Psychotherapie. Sie kann aber auch als Seminar einzeln gebucht werden.

## Auszug aus dem Lehrplan der Gesprächstherapie nach Rogers:

- Themen:
- ✚ Grundlagen der Gesprächstherapie
  - ✚ Das Humanistische Weltbild als Grundlage der Beratung / Therapie
  - ✚ Die "Haltung" des Beraters / Therapeuten als Grundlage für eine wertschätzende Beratung / Therapie
  - ✚ Der Klient/ Patient als Experte seiner Lebenswelt
  - ✚ Die Beziehungsgestaltung zwischen Klient und Therapeut
  - ✚ Was bedeutet klientenzentrierte Beratung?




- Übungen zum Thema:
- ✚ Empathie
  - ✚ Aktives Zuhören
  - ✚ Fragenstellen
  - ✚ Spiegeln
  - ✚ Kongruenz & Authentizität des Beraters / Therapeuten

## Gestalttherapie

Diese Fortbildung umfasst 5 Wochenenden mit 94 Unterrichtseinheiten.

Die Gestalttherapie propagiert ein ganzheitliches Weltbild, das den Menschen als Einheit von Körper, Seele und Geist betrachtet, der eingebunden ist in ein soziales und ökologisches Umfeld.

Drei Hauptkonzepte bestimmen diese Therapieform.

-  die Psychoanalyse
-  die Phänomenologie und
-  die Gestaltpsychologie



Durch das Prinzip, dass das Ganze mehr ist als die Summe seiner Einzelteile ergibt sich diese neue Therapieform.

Der Fokus liegt dabei auf lösungs- und ressourcenorientierten Vorgehensweisen, die den lebenslangen Wachstumsprozess des Menschen begleiten und eine Aufarbeitung defizitärer und destruktiver Erziehungs- und Umwelteinflüsse ermöglicht.

An den 5 Wochenenden wird die Arbeitsweise der Gestalttherapie theoretisch erläutert und praktisch eingeübt. Dies geschieht anhand der vielfältigen Methoden wie Rollenspielen, Gruppendiskussionen, Symbolarbeit u.v.m.

Es gibt einen großen Selbsterfahrungsanteil, die sowohl im Einzel- als auch im Gruppensetting ausprobiert und erfahren werden kann.

Einen Auszug aus dem Lehrplan finden Sie auf der Rückseite.

### Ausbildungsbedingungen:

Art:	Wochenend-Ausbildung
Zeit:	Samstag, Sonntag 10:00 – 17:00 Uhr
Dauer:	5 Wochenendseminare
Abschluss:	Zertifikat

Diese Therapieform ist ein Bestandteil der Ausbildung Integrative Psychotherapie. Sie kann aber auch als Seminar einzeln gebucht werden.






## Auszug aus dem Lehrplan der Gestalttherapie:




Im Modul Gestalttherapie, das in fünf Seminaren stattfindet, werden die grundsätzlichen theoretischen und praktischen Inhalte der Gestalttherapie vermittelt. Alle Seminare sind so strukturiert, dass auf die jeweiligen Theorieteile, die Umsetzung in die praktische Arbeit folgt. Hierzu dienen Übungen anhand methodischer Techniken, Kleingruppenarbeit und Einzelarbeiten in der Gruppe.

Einzelnen Schwerpunktthemen der Ausbildungswochenenden sind:




### Wochenende 1:

-  Hier und Jetzt – die Gegenwart erfahrbar machen
-  Methoden und Techniken der Gestalttherapie: der Körper als Anker im hier und jetzt
-  Theorie: Figur-Grund-Prozess



### Wochenende 2:

-  Geschichte und Wurzeln der Gestalttherapie
-  Methoden und Techniken: Identifikation & verschiedene Anwendungen
-  Imaginationstechniken und deren Anwendung in der Gestalttherapie



### Wochenende 3:

-  Die Haltung des Therapeuten
-  Kontakt, Wahrnehmung und Bewusstheit mit entsprechenden praktischen Übungen
-  Methoden und Techniken: die Arbeit mit dem leeren Stuhl

### Wochenende 4:

-  Der Begriff der Neurose und das Schichtenmodell der Neurose nach Fritz Perls
-  Methoden und Techniken: Gegensatzpaare – wer hat´s mit wem?

### Wochenende 5:

-  Wiederholung und Vertiefung
-  Methoden und Techniken: Die Arbeit mit Träumen

## Körperpsychotherapie

Körperpsychotherapie, gleichbedeutend mit „körperorientierte Psychotherapie“, ist die Bezeichnung für unterschiedliche Psychotherapiemethoden, die die psychischen und körperlichen Dimensionen menschlichen Erlebens gleichwertig behandeln. In der Körpertherapie geht es darum, **Gefühlen durch den Körper Ausdruck zu verleihen** und durch körperliche Erfahrungen Gefühle umzuerleben.



Einen Auszug aus dem Lehrplan finden Sie auf der Rückseite.

### Ausbildungsbedingungen:

Art:	Wochenend-Ausbildung
Zeit:	Samstag, Sonntag 10:00 – 17:00 Uhr
Dauer:	2 Wochenendseminare
Abschluss:	Zertifikat

Diese Therapieform ist ein Bestandteil der Ausbildung Integrativen Psychotherapie. Sie kann aber auch als Seminar einzeln gebucht werden.

## Auszug aus dem Lehrplan der Körperpsychotherapie:

An diesen Wochenenden geht es darum, den Körper mit in die psychotherapeutische Behandlung mit einzubeziehen. Gerade sehr rationale Patienten benötigen häufig einen anderen Zugang zu ihren Problemen als das reine Gespräch. Hier bietet die Körperarbeit eine erfolgreiche Alternative, um den Zugang zu den Gefühlen zu erleichtern.

Themen:

### 1. Wochenende

A Geschichte der Körpertherapie und der

B körperpsychotherapeutischer Ansatz

C Körperübungen

### 2. Wochenende

A Körperpsychotherapeutische Techniken

B Die Entstehung der muskulären Charakterpanzerung

C Die vier Seinzentren der leibgewordenen Seele

## Psychodrama

Das Psychodrama ist eine seit Jahrzehnten etablierte und erprobte Psychotherapieform, die in ihrer Arbeit gruppentherapeutische Ansätze, Rollenspielformen und therapeutisches Theater miteinander verbindet. Der Wiener Psychiater Jakob Moreno gilt nicht nur als Vater der Gruppentherapie, er ist auch der Pionier des Psychodramas.



Methoden:

Der Klient gestaltet als Hauptdarsteller des psychodramatischen Spiels im Hier und Jetzt sein therapeutisches Thema. Er bestimmt einzelne Gruppenmitglieder und teilt ihnen Rollen zu.

Einzelne Methoden können sein:

- ✚ Monodrama (Einzelarbeit)
- ✚ Soziodrama (Darstellung gesellsch. Konflikte)
- ✚ Soziometrie (Aufstellen nach Alter, Herkunft...)
- ✚ Symbole (Skulpturen/ Standbilder&hellip)

Umsetzung:

Der Klient und Therapeut sind gleichberechtigte Partner, wobei die aktive Beteiligung des Klienten erforderlich ist.

Einen Auszug aus dem Lehrplan finden Sie auf der Rückseite.

### Ausbildungsbedingungen:

Art:	Wochenend-Ausbildung
Zeit:	Samstag, Sonntag 10:00 – 17:00 Uhr
Dauer:	2 Wochenendseminare
Abschluss:	Zertifikat

Diese Therapieform ist ein Bestandteil der Integrativen Psychotherapie. Sie kann aber auch als Seminar einzeln gebucht werden.

## Auszug aus dem Lehrinhalt des Psychodramas:

An diesem Wochenende wird die Arbeitsweise des Psychodramas erläutert und eingeübt. Dies geschieht anhand von eigenen Beispielen, Rollenspielen und Gruppendiskussionen.

Themen:

1. Grundlagen des Psychodramas
2. Wann kann das Psychodrama innerhalb der Psychotherapie gut eingesetzt werden?
3. wichtige Psychodramatechniken:
  - Szenenaufbau
  - Doppeln
  - Szenische Aktionen
  - Rollenspiel und Spielregeln
  - Rollentausch
  - Rollenfeedback und Interpretation
  - Szenenwechsel und szenische Interaktion
  - Sharing

## Entspannung und Achtsamkeit

Entspannungsverfahren sind ein wichtiger Bestandteil erfolgreicher Psychotherapie. Es handelt sich hierbei um übende Verfahren zur Verringerung körperlicher und geistiger Anspannung oder Erregung. Körperliche Entspannung und das Erleben von Gelassenheit, Zufriedenheit und Wohlbefinden sind eng miteinander verbunden. Bekannte Verfahren sind die Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen, das Autogene Training sowie Imaginative Verfahren und Meditation.

Auch die Achtsamkeitstherapie in Form der Verbindung kognitiver Therapie mit Techniken aus dem Buddhismus findet in unserem Kulturkreis eine immer größere Akzeptanz und ist Inhalt vieler wissenschaftlicher Studien geworden.



Einen Auszug aus dem Lehrplan finden Sie auf der Rückseite.

### Ausbildungsbedingungen:

Art:	Wochenend-Ausbildung
Zeit:	Samstag, Sonntag 10:00 – 17:00 Uhr
Dauer:	1 Wochenendseminar
Abschluss:	Zertifikat

Diese Therapieform ist ein Bestandteil der Ausbildung Integrativen Psychotherapie. Sie kann aber auch als Seminar einzeln gebucht werden.



## Auszug aus dem Lehrinhalt von Entspannung & Achtsamkeit:

Inhalte des Moduls Entspannungsverfahren / Achtsamkeit (1Wochenende)

Themen:

1. Grundlagen zum Thema Entspannung /Achtsamkeitstherapie
2. Der Umgang mit Stress - Stressmodelle
3. Exkurs: Stress und Entspannung bei Kindern
4. Einüben und Erfahren von verschiedenen Entspannungsmethoden
5. Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen
6. Autogenes Training
7. Imaginationen / Phantasiereisen
8. Meditation

## Tiefenpsychologische Psychotherapie

Der Begriff **Tiefenpsychologie** wurde von Eugen Bleuler eingeführt und von Sigmund Freud aufgegriffen.

Die Bezeichnung „Tiefenpsychologie“ steht für eine Gruppe von therapeutischen Behandlungsverfahren, die ihren Ursprung in der Psychoanalyse haben, sich aber aus ihr heraus weiterentwickelt haben.

Begriffe wie „das Unbewusste“ sind hier verwurzelt und es geht in der Therapie darum, den Patienten Unbewusstes sichtbar zu machen, also aufzudecken, um Kindheitskonflikte tiefgreifend zu lösen.



Die zentrale Vorstellung der Tiefenpsychologie ist, dass "unter der Oberfläche" des Bewusstseins in den Tiefenschichten der Psyche weitere, dynamisch-unbewusste Prozesse ablaufen und diese erhebliche Wirkung auf das Erleben und Verhalten haben. Diese unbewussten Prozesse der Triebregulation und Konfliktverarbeitung und die damit einhergehenden aktuellen Konflikte sollen mit Hilfe der Therapie sichtbar gemacht werden, so dass die auftretenden belastenden Symptome nach tiefgreifender Klärung verschwinden können.

Es handelt sich um ein **aufdeckendes Verfahren**.

Ziel: Es erfolgt die Erforschung der Vergangenheit, mit Blick aus dem Jetzt. So können frühkindliche, traumatische Lebensereignisse erforscht werden. Es führt also zum **Aufdecken** unbewusster, verdrängter Erinnerungen, Erlebnisse, Träume und Wünsche, die zu seelischen Störungen führ(t)en.

Methoden: Es handelt sich um eine Dialogisch-dynamische Therapie, unter Einbeziehung der individuellen Bedürfnisse des Klienten. Wichtig ist die Beachtung der psychoanalytischen Konzepte über das Unbewusste, Übertragung, Gegenübertragung und Widerstand, wobei eine therapieverlängernde „Übertragungsneurose“ vermieden werden soll. Der Schwerpunkt liegt auf einer **zielorientierten Behandlung**.

Einen Auszug aus dem Lehrplan finden Sie auf der Rückseite.

### Ausbildungsbedingungen:

Art:	Wochenend-Ausbildung
Zeit:	Samstag, Sonntag 10:00 – 17:00 Uhr
Dauer:	3 Wochenendseminare
Abschluss:	Zertifikat

Diese Therapieform ist ein Bestandteil der Ausbildung Integrativen Psychotherapie. Sie kann aber auch als Seminar einzeln gebucht werden.

## Auszug aus dem Lehrinhalt von Tiefenpsychologische Psychotherapie:

Inhalte des Moduls Tiefenpsychologische Psychotherapie (3 Wochenenden)

### Wochenende 1:

- + Geschichte und Grundlagen der Tiefenpsychologischen Psychotherapie
- + Kenntnisse Über-Ich/Ich/ Es
- + Arbeitsbündnis zwischen Klient/Therapeut, Anamnesebogen; Abwehrmechanismen
- + Übertragung / Gegenübertragung

### Wochenende 2:

- + Auswirkungen der pränatalen Lebenszeit
- + Elternrepräsentanzen
- + Parentifizierung
- + Triangulierung
- + Bindungsentwicklung und Verhalten
- + Selbst und Fremdwahrnehmung

### Wochenende 3:

- + Trauma
- + Informationen über EMDR
- + Arbeitsweise mit dem „Inneres Team“
- + Krisenintervention
- + Psychohygiene
- + Beenden der Therapie

## Psychotherapie und Coaching Praxis Dirk Schippel

### **Burn-Out & Stressmanagement**

#### **Kurs: Erfolgreiches Stressmanagement & Burn-Out Prävention**

Dieser zertifizierte Kurs entspricht den hohen Anforderungen der **gesetzlichen Krankenkassen** (nach §20 SGB V) und ist **bezuschungsfähig** (ca. 80% der Kursgebühr, in der Regel 75,- Euro und mehr). Sollte die GKV die Kosten im Einzelfall nicht übernehmen wird der Seminarbetrag trotzdem fällig. Bitte erkundigen Sie sich im Vorfeld bei Ihrer Krankenkasse.

Termine: Siehe Homepage: [www.dirk-schippel.de](http://www.dirk-schippel.de)

Zeiten: Freitag, 17:00 – 21:00 Uhr; Samstag & Sonntag 09:00 – 17:00 Uhr

Teilnehmerzahl: max. 15 Teilnehmer

Kosten: 130,- Euro

#### **Inhalt des Kurses:**

- Wie gestalte ich mein Leben wieder stressfreier? Burnout Prävention
- Selbstmanagement / Selbstcoaching
- Entspannungstraining
- Grundlagen des Achtsamkeitstrainings
- Mentaltraining
- Von der Ohnmacht in die Eigenmacht
- Was kann ich für mein eigenes Glück tun?
- Problemlösetraining
- Genusstraining
- Mein soziales Netz



#### **Methoden:**

- Einzelarbeit: Welche Glaubenssätze hindern mich daran, stressfrei zu leben?
- Entspannungstraining - es werden verschiedene Entspannungsmethoden erlernt
- inspirierende Kurzvorträge
- Gruppenaustausch

**Haben Sie Fragen zum Kurs? Rufen Sie mich gerne an, um Ihre offenen Fragen zu klären!**

Psychotherapie- und Coaching-Praxis  
Dirk Schippel  
Brolingstr. 51  
23554 Lübeck

[www.Dirk-Schippel.de](http://www.Dirk-Schippel.de)

Änderungen und Ergänzungen durch die Akademieleitung sind möglich.