

Weiterbildung in Gestalttherapie
mit Übungs-Einheiten in Achtsamkeitspraxis

Gabriele Blankertz,
InKontakt Gestaltinstitut Berlin

Voraussichtlicher **Beginn**
Herbst 2018

Inhalt:

- Weiterbildung in Gestalttherapie im Überblick, S. 2
- Sie haben Fragen?, S. 3
- Der Gestaltansatz, S. 4
- Die Trainerinnen und Trainer, S. 6
- Die Inhalte der Weiterbildung im Einzelnen, S. 7

Weiterbildung in Gestalttherapie im Überblick

- **Dauer:** 4 Jahre, berufsbegleitend
- **Stundenumfang:**
 - 800 Stunden* **feste Gruppe** (mit ca. 8 bis 12 Teilnehmern)
 - 100 Stunden* **Lehrtherapie** (Empfehlung über unsere Liste mit Lehrtherapeuten)
 - 40 Stunden* **Supervision**
- **Zeitstruktur: jährlich**
 - 5 Wochenenden (Do. – So.) 20 Stunden*
 - 1 Wochenende ohne Leitung (Sa. – So.) 10 Stunden* (von den Teilnehmern selbstorganisiert)
 - 1 x 5 Tage (Mo. – Fr.) 35 Stunden* in Berlin
 - 1 x 8 Tage (Sa. – So.) 55 Stunden* Sommercamp, in oder um Berlin
 - 6 Termine in Kleingruppe selbstorganisiert
 - Lehrtherapie fortlaufend
- **Struktur und Aufbau im Überblick**
 - 1. Jahr | Selbsterfahrung | Gruppenprozess | Theorie | Lehrtherapie | Kleingruppe
 - 2. Jahr | Selbsterfahrung | Gruppenprozess | Theorie | Lehrtherapie | Kleingruppe
 - 3. Jahr | Haltung | Methodik | Theorie | Praxis | Live-Supervision | Lehrtherapie | Kleingruppe
 - 4. Jahr | Haltung | Methodik | Theorie | Diagnostik | Praxis | Live-Supervision | Lehrtherapie
- **Kosten**
 - Kursgebühr: mtl. Raten zu 290,- (3.480,- € jährlich)
 - Kennenlern-Wochenende: 200,- €
 - Anmeldegebühr und Eignungsgespräch: 150,- €
 - Kosten für Lehrtherapie (circa 70 bis 80,- € je Sitzung) mit Lehrtherapeuten zu klären.
 - 20 Stunden externe Supervision: Kosten sind individuell zu vereinbaren.
 - Reisekosten und Kosten für Unterkunft und Verpflegung organisieren die Teilnehmer selbst.
- **Leitung und Organisation:** Gabriele Blankertz, InKontakt Gestaltinstitut Berlin
- **Aufbau-Modul:** Wir bieten im 5. Jahr die Möglichkeit zu Supervisionsworkshops und Theorie/Praxis-Seminaren zur Erreichung des DVG- und EAGT-Zertifikats. Hierfür sind weitere 110 Stunden* Supervision,
 - 50 Stunden* Theorie/Praxisseminare/Tagungen und
 - 400 supervidierte Behandlungsstunden* zu erbringen.

* Stunden sind in Zeitstunden angegeben.

Sie haben Fragen?

- Für unverbindliche Info-Gespräche wenden Sie sich gern an:
Gabriele Blankertz
030-499 876 06
Mobil 0163-191 04 26
eMail g.blankertz@gestalt-institut.com

Bei Interesse schnuppern und bewerben

- Sie werden eingeladen zu einem Informationsgespräch
- Sie nehmen teil an mindestens einem Selbsterfahrungsworkshop
- Sie bewerben sich mit ausführlichem Lebenslauf und Beschreibung ihrer Motivation für die Ausbildung
- Wir führen ein persönliches Klärungsgespräch, das Sie bei der Entscheidung für die Ausbildung unterstützt.

Bewerber aus allen Bundesländern sind willkommen.

Termine zum Kennenlernen

1. Zum Kennenlernen der Arbeitsweise bieten wir für Interessierte Schnupper-Wochenenden an.
Bitte erkundigen Sie sich nach dem nächstmöglichen Termin.
2. Gerne können Sie auch an den »Gestalt-Salon«-Abenden teilnehmen,
die für Teilnehmer an der 4-jährigen Weiterbildung kostenfrei sind.
Termine: www.berliner-gestaltssalon.de und www.gestalt-institut.com

Der Gestaltansatz

Psychische und gesellschaftliche Probleme sind vielfach ein Ergebnis von Mangel an Kontakt. Selbstorganisation von Menschen und Selbstregulation des Körpers sind auf dem Rückzug. Das Ziel der Gestalttherapie ist es, den Menschen zu Kontakt, Selbstbestimmung und Verantwortung zu verhelfen und sein Selbst zu stärken.

Dem Organismus innewohnende Selbstheilungskräfte werden durch die ganzheitliche Herangehensweise der Gestalttherapie aktiviert, Lebensfreude und die Entfaltung des persönlichen Potentials sowie kreativer und spontaner Kontakt zu anderen Menschen werden belebt.

Blockaden, Hindernisse, Störungen im Kontakt, die als Energielosigkeit, Leere, Unentschiedenheit, aber auch als Krankheit erlebt werden, widmet die Gestalttherapie ihre Aufmerksamkeit. Indem sie die Wahrnehmung für das Gegenwärtige schult, werden Blockaden wieder als innere und äußere Konflikte spürbar und können bearbeitet werden.

In therapeutischen Gesprächen wird das eigene Erleben und Handeln im Hier und Jetzt erforscht und mit Übungen und Experimenten die Entwicklung neuer Möglichkeiten und die Bewältigung schwieriger Situationen unterstützt.

Die Haltung des Therapeuten ist geprägt durch seine Zugewandtheit und Authentizität sowie seine Bereitschaft als Mensch ein wirkliches (und dadurch wirksames) Gegenüber zu sein. Die Herausforderung für Gestalttherapeuten besteht darin, auf jeden Klienten individuell einzugehen und nicht nach einem festgelegten Muster aus einer Rolle heraus zu handeln. Die Gestalttherapie unterstützt mit kreativen Techniken den schöpferischen Prozess der zwischenmenschlichen Beziehung und ein Lernen, das auf lebenslanges Wachstum, Bewegung und Entwicklung zielt.

Historisches

Die Gestalttherapie wurde von dem deutschen Analytiker-Ehepaar Laura und Fritz Perls bereits in den 1940er Jahren des letzten Jahrhunderts in deren Exil in Südafrika entwickelt und mit dem amerikanischen Schriftsteller und politischen Aktivisten Paul Goodman vervollständigt. Ihren Namen erhielt sie von der Gestaltpsychologie. Weitere wichtige Einflüsse waren Existentialismus, Humanismus, Phänomenologie, körperorientierte Verfahren (Reich), Bubers Dialogphilosophie, Anarchismus und Zen.

Laura und Fritz Perls, die 1930 vor dem Nationalsozialismus erst nach Südafrika und dann in die USA flüchteten, gaben in ihrer Arbeit mit Klienten den sogenannten sicheren und machtvollen Platz des Analytikers hinter der Couch, zugunsten einer gleichberechtigten Begegnung mit den Klienten auf. Der psychoanalytische Ansatz erfuhr weitere Abwandlungen und Ergänzungen, so plädierten Perls und Goodman für die Verwandlung der klinischen in eine experimentelle Situation, wo zum Beispiel Hemmung, Widerstand und Verweigerung nicht als unerwünscht betrachtet werden. Vielmehr sollen Klienten im geschützten therapeutischen Rahmen, darin unterstützt werden, sich schrittweise und ausprobierend schwierigen Gefühlen und Themen anzunähern.

Die Gestalttherapie ist eines der wichtigsten humanistischen Therapieverfahren, das sich erst in den USA und dann in den 1970er Jahren auch in Europa rasch verbreitete und bis heute erfolgreich in verschiedenen Praxisfeldern angewandt wird. Das Ziel der Begründer der Gestalttherapie war es, u. a. ein Therapieverfahren zu entwickeln, das Menschen gegenüber gesellschaftlicher Vereinnahmung und Faschismus stärken sollte.

Wirksamkeit und Aktualität von Gestalttherapie

In einer Zeit zunehmender Bürokratisierung und Reglementierung vieler Lebensbereiche, bietet die Gestalttherapie mit der individuellen Ausgestaltung des therapeutischen Prozesses als zwischenmenschliches Geschehen einen heilsamen Gegenpol zu den Forderungen nach Anpassung an formalisierte Strukturen und Abläufe, die das Leben vieler Menschen sehr einengen.

Unabhängigkeit und Kreativität der Gestalttherapie erlauben es, auf die Nöte und Lebensumstände der Klienten angemessen einzugehen. Für die Gestalttherapie steht der Mensch in seiner Ganzheit im Vordergrund, nicht die Störung mit Krankheitswert.

Das Gelingen heilsamer Begegnung im therapeutischen Prozess ist nicht willkürlich herstellbar. Vielmehr bedarf es der Bereitschaft, sich auf die zutiefst menschliche Begegnung mit dem Klienten einzulassen und sich selbst ansprechbar und somit verletzlich zu machen. Dies eröffnet jenen Raum des »Zwischen« in dem Heilung stattfinden kann.

Gestalttherapie ist eine psychotherapeutische Richtung, die auch eine spirituelle, gesellschaftliche und politische Dimension hat. Diesem Anspruch möchten wir mit unserer Ausbildung gerecht werden.

Der Gestalt-Ansatz hat inzwischen in vielen gesellschaftlichen Bereichen Einzug gehalten und wird von unterschiedlichen Berufsgruppen erfolgreich eingesetzt, wie in Beratung und Therapie, im Management, der Organisationsentwicklung, in sozialen und pädagogischen Feldern, um nur einige zu nennen.

Diese Weiterbildung verbindet

- persönliche Entwicklung und berufliche Qualifizierung
- Selbsterfahrung und theoretische Fundierung
- dialogische Haltung und methodische Vielfalt
- meditative Übungen und soziales Engagement
- Gruppenprozess und Einzelarbeit
- Experimentierfreude und langjährige therapeutische Erfahrung
- Innovation und Beständigkeit

Das Programm umfasst

- intensive therapeutische Prozesse im Gruppensetting
- individuelle Begleitung des gesamten Lernprozesses
- fundierte theoretische und praxisbezogene Wissensvermittlung
- Erarbeitung diagnostischer Kompetenz
- vielfältige Lernerfahrungen und Inspirationen durch unterschiedliche Trainerinnen und Trainer
- selbstorganisiertes Lernen in Kleingruppen und an leiterlosen Wochenenden
- praktische Übungsmöglichkeiten und Live-Supervision
- Entwicklung einer meditativen Übungspraxis und deren Anwendung in verschiedenen beruflichen Feldern
- Unterstützung bei der Entwicklung eigener beruflicher Ziele und deren Umsetzung

Sie bringen mit

- Freude an der Arbeit mit Menschen
- Bereitschaft, sich auf intensive eigene Prozesse einzulassen
- Offenheit für andere Teilnehmer und gemeinsames Lernen in der Gruppe
- Interesse an der Verbindung von Theorie und Praxis

Wen möchten wir ansprechen?

- Menschen, die mit Menschen arbeiten und
 - die sich selbst weiterentwickeln und lernen wollen,
 - die in sozialen oder psychosozialen oder pädagogischen Arbeitsfeldern tätig sind.
 - Psychologen, Heilpraktiker und Ärzte, Ergotherapeuten, Körpertherapeuten,
 - Lehrer, Erzieher, Sozialarbeiter,
 - Psychotherapeuten anderer Schulrichtungen,
 - Supervisoren, Trainer und Coaches,
 - Organisationsberater,
- die in ihrer Arbeit mit Menschen das eigene Potential besser entfalten möchten.

Die Trainer

- Gabriele Blankertz
- Christiane Weber
- Ralf Weber
- Stefan Blankertz
- Christof Weber
- Simon Jakob Drees

Trainerprofile entnehmen Sie bitte der Website.

Die Inhalte der Weiterbildung im Einzelnen

Selbsterfahrung und Gruppenprozess

sind wesentliche Bausteine der gestalttherapeutischen Ausbildung. Die Wirksamkeit therapeutischer Gespräche hängt ganz wesentlich von der Fähigkeit des Therapeuten ab, eigene Prozesse und die Prozesse des Klienten gut zu erfassen, um individuell und kontaktpoll reagieren zu können. Dafür schulen wir das Gewahrseins.

Wahrnehmen, Spüren, Fühlen, Erfassen von Impulsen, Erkennen von Dynamiken sollen später dazu führen, sinnvolle therapeutische Interventionen zu entwickeln. In einer reflexiven Auseinandersetzung mit sich und den Anderen lernen die Teilnehmer sowohl kritisch, wie wertschätzend miteinander umzugehen. Gegenseitiges Feedback unterstützt die eigenen Lernprozesse und erhöht das Bewusstsein für die eigene Wirkung auf andere in einem gegebenen Feld.

In der intensiven Selbsterfahrungsphase wird an den jeweils auftauchenden Themen der Teilnehmer prozessorientiert gearbeitet. Der eigenen Biografie als Hintergrund der jeweiligen Lebenserfahrung wird dabei angemessene Aufmerksamkeit geschenkt. Es kommen in dieser Phase verschiedene kreative Medien zum Einsatz die zum Experimentieren und Erforschen neuer Möglichkeiten im Kontakt einladen.

Über die gesamte Ausbildungszeit bilden Gruppenprozess und Selbsterfahrung die Grundlage für alles weitere Lernen.

Der Prozess der Selbsterfahrung wird unterstützt durch die regelmäßigen Treffen der sog. Peergroups, die sich zwischen den Ausbildungswochenenden verabreden, um an bestimmten Themen selbständig zu arbeiten.

Darüber hinaus stellen die einmal im Jahr stattfindenden selbstorganisierten leiterlosen Wochenenden einen wichtigen Schritt in Richtung autonomes selbstverantwortetes Lernen dar.

Die Haltung

Die therapeutische Haltung ist nach den Erkenntnissen der Gestalttherapie wesentlich für den Heilungsprozess verantwortlich. Daher schenken wir diesem Aspekt in der Ausbildung unsere besondere Aufmerksamkeit. Wenn die Begegnung mit dem Klienten eine heilsame sein soll, muss der Therapeut bereit sein, seine professionelle Distanz abzulegen. Es bedarf also der Bereitschaft, der eigenen Abgründigkeit und Verletzlichkeit ins Auge zu sehen und diese nicht auszublenden, sondern in den Kontakt einzubeziehen. Dies üben wir im gesamten Prozess der Weiterbildung. Immer begegne ich als Mensch einem Menschen. Auf dieser Basis wähle ich dann Methoden und Techniken aus, die mir für diesen Menschen in der jeweiligen Situation angemessen erscheinen.

Meditation und Felderfahrung

Stilles Gewahrsein dessen, was auftaucht im Hier und Jetzt, waches Erkennen was ist, ohne zu bewerten, alles was auftaucht auch wieder gehen zu lassen, das werden wir in kleinen Übungseinheiten praktizieren.

Diese Übungen erhöhen das Gewahrsein und unterstützen den Umgang mit innerer Spannung, die zu Stress und Angst werden können. Dabei kann die Atmung und der Fokus auf den Körper als wichtige Selbstunterstützung erfahren werden.

Übung in Meditation ist sowohl hilfreich für den eigenen Umgang mit Stress in therapeutischen Situationen, wie auch als Werkzeug in der Arbeit mit Menschen, die psychisch stark belastet sind.

Wir werden an den 5-tägigen Workshops gezielt diese Praxis entwickeln. Beginnend mit Achtsamkeitsübungen zur Stressreduzierung, wie sie in den MBSR-Kursen gelehrt werden, weitergehend integrierte Gesprächskreise, deren meditative Form, Erfahrungen tiefer Verbundenheit, in Würdigung unserer Verschiedenheit, ermöglichen können.

Wir werden uns mit der friedensstiftenden Praxis der Zen-Peacemaker befassen. In Orientierung an dieser Praxis werden wir im 3. und 4. Jahr in und um Berlin Orte aufsuchen, die uns gesellschaftlich relevant erscheinen und erforschen, was in der Konfrontation mit dem jeweiligen Ort (Feld) in uns angesprochen wird und was wir an Geschichte(n) erinnern. Wir werden das eigene Gewahrsein erhöhen von dem, was uns an diesem Ort, hier und jetzt berührt. Der gesamte Prozess wird auf dem Hintergrund gestalttheoretischer Überlegungen reflektiert.

Lehrtherapie

Neben den Gruppenprozessen ist ein wesentlicher Baustein des Lernens die individuelle Lehrtherapie im Umfang von 100 Einzelsitzungen. Die Lehrtherapie bei erfahrenen Gestalttherapeuten ermöglicht ein Bearbeiten eigener Themen und Nachbesprechen der in der Gruppe angestoßenen Prozesse. Im weiteren Verlauf können in der Lehrtherapie theoretische Konzepte der Gestalttherapie in Verbindung gebracht werden mit dem eigenen Erleben.

Die Auswahl des Lehrtherapeuten erfolgt auf der Basis von Empfehlungen (Lehrtherapeutenliste) und eigenen Präferenzen.

Das Institut hält guten Kontakt zu den Lehrtherapeuten und tauscht sich fachlich aus.

Dieser Austausch beinhaltet jedoch nicht die konkrete Arbeit mit den einzelnen Ausbildungsteilnehmern. Die Lehrtherapie soll für unsere Teilnehmer ein geschützter freier Raum bleiben.

Theorie und Methodik

Im Prozess der Selbsterfahrung lernen die Teilnehmer methodische Herangehensweisen und unterschiedliche Arbeitsstile verschiedener Trainerinnen und Trainer kennen. In den jeweiligen Workshops erfolgen Reflexion und Vertiefung, indem Erfahrenes in Bezug gesetzt wird zu theoretischen und methodischen Überlegungen.

Nach der Selbsterfahrungsphase werden die Wochenenden methodischen und theoretischen Schwerpunkten gewidmet und eigenes Arbeiten im kollegialen Setting wird entwickelt. In regelmäßigen Theorie-Workshops findet eine theoretische Vertiefung durch die Vermittlung von gestalttheoretischem Wissen statt, das durch gezielte Übungen veranschaulicht wird.

Praxis und Supervision

Ab dem dritten Ausbildungsjahr beginnt der Praxisteil. Die Teilnehmer fangen an im Gruppensetting unter Life-Supervision miteinander zu arbeiten. Parallel dazu treffen sich die Teilnehmer ein Jahr lang in Kleingruppen (drei bis vier Personen) um miteinander therapeutische Sitzungen durchzuführen, indem sie abwechselnd als Therapeut, Klient, Beobachter zur Verfügung stehen.

Im Vierten Jahr kommt die Arbeit mit Modellklienten hinzu. Das sind entweder Teilnehmer aus anderen Ausbildungsgängen oder Klient, die sich für die Ausbildung zu Verfügung stellen. Darüber hinaus können die Teilnehmer unter Supervision mit externen Klienten zu arbeiten beginnen. Wir unterstützen die Suche nach geeigneten Modell-Klienten.

Abschluss und Kolloquium

Zum Ende der Ausbildung wird eine schriftliche Fallbearbeitung als Abschlussarbeit verfasst. In diese Arbeit fließen methodische und theoretische Überlegungen ein. Im Rahmen des Kolloquiums werden alle Arbeiten in der Gruppe präsentiert und gemeinsam mit der Ausbildungsleitung besprochen.

Die Teilnehmer erhalten ein Zertifikat des InKontakt Institut Berlin über den erfolgreichen Abschluss der 4jährigen Weiterbildung.

Aufbau-Modul

Wir unterstützen mit diesem Modul die Entwicklung einer eigenständigen gestalt-therapeutischen Praxis. Es umfasst Supervision eigener Fälle in Einzelsupervision oder in einer Supervisionsgruppe des InKontakt Institutes Berlin.

Des Weiteren bieten wir Seminare mit unterschiedlichen Schwerpunkten sowie Vorträge und Workshops im Rahmen des Berliner Gestaltsalons an.