

Mitglied der Austrian Association for BodyPsychotherapy — AABP  
Österreichische wissenschaftliche Vereinigung  
für körperorientierte Psychotherapie

hkpt

Arbeitsgemeinschaft

für **Humanistische Körperpsychotherapie**

Weiterbildungs-Curriculum

April 2021 bis September 2023

## ZIELE DES WEITERBILDUNGS-CURRICULUMS

- Erlernen der grundlegenden Haltung und spezifischen Techniken der Humanistischen Körperpsychotherapie (HKPT)
- Erfahren neuer Dimensionen der Wahrnehmung für körperlich-psychische Prozesse
- Erweiterung der psychotherapeutischen Kompetenz durch bewusstes Miteinbeziehen von Sprache und Gedächtnis des Körpers
- Kennenlernen neuer Arbeitsmöglichkeiten mit präverbalen und nonverbalen Prozessen
- Integration körperpsychotherapeutischer Interventionen in die eigene Methode

## INHALTE

Theoretische und praktische Einführung in die Humanistische Körperpsychotherapie unter besonderer Berücksichtigung von Atmung, Körpersprache und Beziehung

Körperpsychotherapeutische Selbsterfahrung in der Gruppe

Kontakt, Beziehung, Berührung, Regression: Besonderheiten, Möglichkeiten und Grenzen der Humanistischen Körperpsychotherapie

Erweiterung der Wahrnehmung von Übertragung und Gegenübertragung um den Bereich der somatisch-affektiven Resonanz

Körperpsychotherapeutische Prozessdiagnostik im Vergleich zur psychiatrischen Diagnostik und psychosomatischen Sicht in der Humanistischen Körperpsychotherapie

Psychotraumatologie und Traumaverarbeitung in der Humanistischen Körperpsychotherapie mit Schwerpunkt Stabilisierung

Spezifische Interventionstechniken

## UNSERE ARBEITSWEISE

Wir arbeiten mit Sprache, Bewegung, Atmung, Berührung und Wahrnehmung körperlicher Prozesse. Bewusstes Wahrnehmen und Respektieren von Grenzen schaffen einen sicheren Raum für unsere Arbeit.

Humanistische Körperpsychotherapie kann nur im eigenen Erleben erlernt werden. In den Seminaren bieten wir daher Selbsterfahrung, praktisches Üben und theoretische Vermittlung an.

## ZIELGRUPPE

PsychotherapeutInnen  
und PsychotherapeutInnen i. A. u. S.

## KÖRPERPSYCHOTHERAPIE – METHODE UND POTENTIAL

Die Körperpsychotherapie geht u. a. auf Wilhelm Reich zurück, der als Schüler von Sigmund Freud – von der Psychoanalyse kommend – zunehmend auf die Sprache des Körpers fokussierte. Er hat sehr eindrucksvoll beschrieben, wie sich die individuelle Lebensgeschichte im Körper des Menschen einprägt und ausdrückt. Die Methode wurde von Gerda Boyesen, David Boadella, Chuck Kelley und vielen anderen erweitert und verändert.

Ausgehend davon hat sich die Humanistischen Körperpsychotherapie in ständiger lebendiger Auseinandersetzung mit anderen Psychotherapie-Richtungen zu einer konsistenten humanistischen Methode auf psychodynamischem Hintergrund entwickelt.

Die humanistische Grundhaltung bildet die Basis der Begegnung mit unseren KlientInnen. Das wesentliche Paradigma der Humanistischen Körperpsychotherapie ist das Erleben der Einheit von Körper und Psyche (*Body-Mind-Unity*). Daraus ergibt sich, dass psychische Prozesse über die körperliche Ebene erreichbar sind und gezielt heilsam beeinflusst werden können. Das Einbeziehen des Erlebens von Körperempfindung, Bewegung, Handlung und Ausdruck bietet einen basalen Zugang zu Selbstwahrnehmung und Reorganisation sowie zum psychotherapeutischen Handeln. Zahlreiche Forschungsergebnisse (z. B. Neurowissenschaften, Bindungs-, Säuglings- und Fasziensforschung) bestätigen unsere Grundannahmen.

Die AABP wurde 1995 als Dachverband der körperpsychotherapeutischen Verfahren und als österreichischer Zweig der *European Association for BodyPsychotherapy* (EABP) gegründet. Die EABP ist als körperpsychotherapeutische Hauptrichtung (*mainstream*) in der *European Association for Psychotherapy* (EAP) anerkannt. Vorläufer-Organisationen und Mitglieder der AABP und der ARGE HKPT haben seit über 30 Jahren Aus-, Fort- und Weiterbildungen durchgeführt.

Die ARGE HKPT – Arbeitsgemeinschaft für Humanistische Körperpsychotherapie – wurde 2018 als vom Dachverband AABP getrennter Verein gegründet. Sie bietet jetzt als Mitglied der AABP Fort- und Weiterbildungen in Humanistischer Körperpsychotherapie an.

### STRUKTUR UND UMFANG DES CURRICULUMS

Dauer: fünf Semester	Arbeitseinheiten (AE)
15 Wochenendseminare zu je 16 Arbeitseinheiten à 45 min. Arbeitszeiten: Freitag von 17:00–20:30 (4 AE) Samstag von 10:00–13:30 und 15:00–18:30 (8 AE) Sonntag von 10:00–13:30 (4 AE)	240
Supervision in Kleingruppen mit je 3 TN 2 mal pro Semester zu je 3 AE (insgesamt 10 mal)	30
Peergroup (ohne Leitung) 4 mal pro Semester (20 Abende zu je 3 AE)	60
Einzel-Selbsterfahrung in Körperpsychotherapie à 50 min.	30
	360 AE

Die Einzel-Selbsterfahrung dient der kontinuierlichen Prozessbegleitung bei einer/m LehrtherapeutIn der A-HKPT. Die Zeiten für Supervision, Peer-group und Selbsterfahrung sind individuell zu vereinbaren.

Das Curriculum entspricht den Fort- und Weiterbildungsrichtlinien für PsychotherapeutInnen des Gesundheitsministeriums und wird wieder beim ÖBVP zur Zertifizierung eingereicht. TeilnehmerInnen, die das gesamte Curriculum absolviert haben, erhalten ein Zertifikat der Arbeitsgemeinschaft für Humanistische Körperpsychotherapie.

1. EINFÜHRUNG IN DIE HKPT IN THEORIE UND PRAXIS

Dieses Seminar bietet einen theoretischen und praktischen Einstieg in HKPT an. Über das Erleben des eigenen Körpers in Haltung, Atmung und Bewegung können wir erforschen, wie sich emotionale Schutzhaltungen ›verkörpert‹ haben und Gefühle, Stimmungen, Selbstbild und Sein beeinflussen.

2. ATMUNG – THERAPEUTISCHE UND DIAGNOSTISCHE ASPEKTE

Atmung ist ein zentrales Element in der HKPT, weil sie (u. a.) direkten Einfluss auf Intensität, Eigenwahrnehmung und Ausdruck von Gefühlen hat. Unterschiedliche Atemmuster sind meist gut wahrnehmbar und diagnostisch relevant. Sie bewusst wahrzunehmen und zu beeinflussen ist ein wesentlicher Teil des Therapieprozesses.

3. GROUNDING – VERTIKAL UND HORIZONTAL

Grounding beschreibt die Beziehung zum Boden, zur Erde, wie Sie sich halten und die Verbundenheit im Stehen und im Liegen fühlen (horizontales – vertikales Grounding). Aus dieser Erfahrung – dem Dasein – entwickelt sich die Beziehung zu anderen. Als therapeutisches Agens fördert Grounding u. a. Stabilität und Kontakt zur Realität. Auch der diagnostische Aspekt wird thematisiert.

4. KÖRPERPSYCHOTHERAPEUTISCHE GRUPPEN-SELBSTERFAHRUNG

Im Rahmen des Curriculums werden eigene Entwicklungsprozesse angestoßen. Die Selbsterfahrungs-Seminare geben Raum, sich tiefer auf die eigene Dynamik einzulassen und die Beziehungen in der Gruppe, auch unter dem Aspekt von Übertragung, zu bearbeiten. Dabei ergibt sich die auch Möglichkeit, körperpsychotherapeutische Praxis durch die LehrtherapeutInnen zu erleben, einzuordnen und zu reflektieren.

## 5. KONTAKT – BEZIEHUNG – BERÜHRUNG

Die psychotherapeutische Beziehung ist in der HKPT – wie in fast allen Psychotherapie-Methoden – der wichtigste Wirkfaktor. Die prägenden lebensgeschichtlichen Bindungsbeziehungen sind verkörpert und aktualisieren sich auch in der therapeutischen Beziehung.

Konkrete taktile Berührung ist eine Form des Kontakts, die nur in einer sicheren, vertrauensvollen Beziehung heilend wirken kann. Wir setzen uns damit auseinander, ob, wann und wie taktile Berührung in einer therapeutischen Situation angewendet werden kann – und auch, wann sie nicht angebracht ist. Die Bedeutung der Intention und die unterschiedlichen Qualitäten von Berührung werden erfahrbar gemacht.

## 6. ÜBERTRAGUNG UND GEGENÜBERTRAGUNG

stellen auch in der HKPT wichtige therapeutische Instrumente für den Zugang zur Geschichte und unbewussten Erfahrungswelt der KlientIn dar. Die bewusste Wahrnehmung eigener Körperempfindungen durch die TherapeutIn und die Zuordnung als somatisch-affektive Resonanz erweitert das Spektrum zum Aufgreifen unbewussten Materials.

## 7. SPRACHE IN DER HKPT

Ein grundlegendes Prinzip in der Humanistischen Körperpsychotherapie ist es, die Sprache mit dem inneren Erleben zu verbinden. Sprache soll nicht von den Wahrnehmungen und Empfindungen weg, sondern zu ihnen hin führen – *rooted talking* – verwurzelt Sprechen. Die Sprache der TherapeutIn ist Ausdruck ihrer inneren Haltung und kann durch Wortwahl, Intonation und Sprachmelodie die KlientIn spezifisch ›berühren‹; sie lädt dazu ein, inneres Wahrnehmen und Erleben zu ermöglichen bzw. zu vertiefen.

## 8. KÖRPERPSYCHOTHERAPEUTISCHE GRUPPEN-SELBSTERFAHRUNG Inhalt siehe Workshop 4.

## 9. PULSATION – RHYTHMIK DES LEBENS

In diesem Workshop lernen Sie theoretische und praktische Grundlagen der auf Wilhelm Reich basierenden Arbeit kennen. Dabei geht es vor allem um Pulsation, Segmentarbeit und Energiefluss. Selbsterfahrungs-Übungen ermöglichen die Wahrnehmung ihrer konkreten Wirkung sowohl auf psychischer als auch auf körperlicher Ebene und geben damit Hinweise, wie sie im therapeutischen Prozess eingesetzt werden können.

## 10. REGRESSION

Regression geschieht alltäglich, meist unbemerkt, und verursacht dadurch oft Verwirrung in der zwischenmenschlichen Kommunikation. Wenn wir diesen Vorgang durch körperpsychotherapeutische Interventionen bewusst machen, wird durch das Wahrnehmen und Annehmen der verdrängten Gefühle im Zusammenhang mit der ursprünglichen Situation das Erkennen und Verstehen der aktuellen Realität möglich. Indikationen, Kontraindikationen und die Gefahr von Retraumatisierung werden thematisiert.

## 11. DIAGNOSTIK IN DER HKPT

Der Vorgang der Diagnostik ist ein differenzierter und vielfältiger Prozess auf mehreren Ebenen, der dazu dienen soll, die KlientIn möglichst umfassend kennen zu lernen. Körperpsychotherapeutische Diagnosemethoden, die eine Erweiterung des diagnostischen Blickwinkels bewirken können, werden vorgestellt.

Die körperliche Resonanzebene wird durch verschiedene Übungen deutlicher erfahrbar und die Symptome einiger wichtiger psychotherapeutischer und psychiatrischer Diagnosebilder werden im Ansatz persönlich erlebbar gemacht.

## 12. KÖRPERPSYCHOTHERAPEUTISCHE GRUPPEN-SELBSTERFAHRUNG Inhalt siehe Workshop 4.

## 13. GRUNDLAGEN DES ARBEITENS MIT TRAUMATISCHEN ERFAHRUNGEN – SCHWERPUNKT STABILISIERUNG

An diesem Wochenende wird die Rolle des Körpers und der biologischen Abläufe während eines traumatischen Ereignisses verdeutlicht. Im Besonderen werden körperpsychotherapeutische Interventionen und Übungen angeleitet, mit deren Hilfe Sie mit Ihren KlientInnen mehr Stabilität und Stärkegefühl erarbeiten können. Damit wird die notwendige Basis geschaffen, um ein traumatisches Erlebnis durcharbeiten zu können. Das körperpsychotherapeutische Konzept für das Verarbeiten eines traumatischen Erlebnisses mittels Einbeziehen der Körperimpulse wird vorgestellt.

## 14. PSYCHOSOMATIK UND HKPT

Zu dem Begriff ›Psychosomatische Erkrankungen‹ gibt es verschiedene Zugänge und Ansätze. Aus dem Blickwinkel verschiedener Fachbereiche spricht man unter anderem von somatoformen Störungen, Befindlichkeitsstörungen, psychosomatischen Erkrankungen im engeren

Sinne und Konversionssyndromen. Die HKPT bietet Haltungen und Werkzeuge für den Umgang mit Körpersymbolik und Körpersprache an, erklärt aber auch die zu Grunde liegenden physiologischen und energetischen Abläufe im Körper. Besonders wichtig für KlientInnen mit psychosomatischen Erkrankungen ist es, den Körper nicht nur als Ort des Leidens, sondern auch angenehm und als Ressource wahrnehmen zu lernen.

#### 15. KÖRPERPSYCHOTHERAPEUTISCHER PROZESS UND INTEGRATION

Anhand Ihrer persönlichen Entwicklung während des Curriculums wird der Zugang zum Prozessdenken in der HKPT verdeutlicht. Ein weiteres Ziel dieses letzten Seminars ist es, zusammenzufassen und die Implikationen für die eigene Praxis zu reflektieren. Wie können Sie Ihre Erfahrungen während des Curriculums für Ihre persönliche Arbeitsweise am besten integrieren und umsetzen?

#### WOCHENEND-SEMINARE 2021

- 16.–18. 4. 2021 Einführung in die HKPT in Theorie und Praxis
- 11.–13. 6. 2021 Atmung – therapeutische und diagnostische Aspekte
- 17.–19. 9. 2021 Grounding – vertikal und horizontal
- 26.–28. 11. 2021 Körperpsychotherapeutische Gruppen-Selbsterfahrung

#### WOCHENEND-SEMINARE 2022

- 14.–16. 1. 2022 Kontakt – Beziehung – Berührung
- 4.– 6. 3. 2022 Übertragung und Gegenübertragung
- 29. 4.–1. 5. 2022 Sprache in der HKPT
- 24.–26. 6. 2022 Körperpsychotherapeutische Gruppen-Selbsterfahrung
- 23.–25. 9. 2022 Pulsation – Rhythmik der Lebens
- 18.–20. 11. 2022 Regression

#### WOCHENEND-SEMINARE 2023

- 13.–15. 1. 2023 Diagnostik in der HKPT
- 10.–12. 3. 2023 Körperpsychotherapeutische Gruppen-Selbsterfahrung
- 21.–23. 4. 2023 Grundlagen des Arbeitens mit traumatischen Erfahrungen – Stabilisierungstechniken
- 23.–25. 6. 2023 Psychosomatik und HKPT
- 22.–24. 9. 2023 Der körperpsychotherapeutische Prozess und Integration

ORT: Neubaugasse 40A/1, 1070 Wien

ARBEITSZEITEN: Fr. 17:00–20:30, Sa. 10:00–13:30 und 15:00–18:30,  
So. 10:00–13:30



Lehrgangsführung: Dr<sup>in</sup> RENATE MALEK (geb. 1957), Fachärztin für Psychiatrie und Neurologie; Lehrtherapeutin und Ausbilderin in der AABP seit 2008, seit ihrer Gründung 2018 auch in der ARGE HKPT. Klientenzentrierte Psychotherapeutin, Ausbildung in Biodynamischer Psychotherapie\*; seit 1999 niedergelassen in freier Praxis; Homöopathin; ärztliche Leitung in ambulanten Einrichtungen für Essstörungen; Weiterbildungen in Psychotraumatologie, EMDR und anderen traumaspezifischen Therapiemethoden bei ZAP, Fortbildung in körperorientierter Traumatherapie\* nach Rudolf Müller-Schwefe, in Bewegungsanalyse, in Dialektisch-behavioraler Psychotherapie nach M. Linehan sowie Ausbildungen in Klientenzentrierter Psychotherapie für Kinder und Jugendliche und in Klientenzentrierter Supervision, Coaching und Organisationsentwicklung.

CHRISTIAN BARTUSKA (geb. 1946), Dynamische Gruppenpsychotherapie, Psychotherapeut in freier Praxis seit 1972. Lehrtherapeut und Ausbilder in der AABP seit 2008, seit ihrer Gründung 2018 auch in der ARGE HKPT. Ausbildung in Gruppendynamik (ÖAGG), Biodynamischer Psychotherapie\*, Core Energetics\* und in Organismischer Psychotherapie\*. Fort- und Weiterbildungen in Gestalttherapie, Familientherapie und Psychodrama. Herausgeber der ›Zeitschrift für Körperpsychotherapie‹. Vorstandsmitglied in der AABP von 1999 bis 2019, Lehrtherapeut und Ausbilder im AIK (Ausbildungsinstitut für Körperpsychotherapie).

Mag<sup>a</sup> GABRIELE BARTUSKA, Dipl.-Psych. (geb. 1952), Psychotherapeutin, Klinische u. Gesundheitspsychologin; Lehrtherapeutin und Ausbilderin in der AABP seit 2008, seit ihrer Gründung 2018 auch in der ARGE HKPT. Arbeit in freier Praxis seit 1985, 1977–1985 psychotherapeutische Arbeit mit Erwachsenen, Kindern und Jugendlichen in Beratungsein-

richtungen. Ausbildung in Biodynamischer Psychotherapie\*, Organismischer Psychotherapie\* und Klientenzentrierter Psychotherapie, Fort- und Weiterbildungen in Gestalttherapie, Familientherapie, Psychodrama und Familienaufstellungen. Mitherausgeberin der ›Zeitschrift für Körperpsychotherapie‹. Lehrtherapeutin und Ausbilderin im AIK (Ausbildungsinstitut für Körperpsychotherapie).

Dr<sup>in</sup> REGINA HOCHMAIR, MSc (VT) (geb. 1958), Lehrende und Gastdozentin in der AABP seit 2008 und in der ARGE HKPT seit ihrer Gründung 2018; Fachärztin für Allgemeinmedizin (D), Psychosomatische und Psychotherapeutische Medizin. Ausbildungen in Radix\* und Funktionaler Analyse, Master of Science in Verhaltenstherapie. Mitaufbau einer Abteilung für Psychosomatik und Psychotherapie im Städtischen Klinikum Offenburg; Aufbau der Psychosomatischen Abteilung in der Rehabilitationsklinik Pirawarth. Vorstandsmitglied der AABP seit 2008.

PETRA KARNER (geb. 1964), Psychotherapeutin in freier Praxis seit 1992; Lehrtherapeutin und Ausbilderin in der AABP seit 2008, seit ihrer Gründung 2018 auch in der ARGE HKPT. Ausbildung in Radix\*, Supervisorin für EMDR und Traumatherapie, Coach; Leitung des Instituts für Traumaverarbeitung seit 2000. Fort- und Weiterbildungen in Integrativer Gestalttherapie, körperorientierter Traumatherapie\* bei Babette Rothschild; körperorientierter Traumatherapie\* bei Rudolf Müller-Schwefe, EMDR, NARM\*, Debriefing und CISM für Akuttrauma; 4 Jahre Mitglied des Akutbetreuungsteams der Stadt Wien.

Dr<sup>in</sup> ELFRIEDE KASTENBERGER (geb. 1947), Psychotherapeutin und Ärztin für Allgemeinmedizin; Lehrtherapeutin und Ausbilderin in der AABP seit 2008, seit ihrer Gründung 2018 auch in der ARGE HKPT. PSY-Diplome der ÖÄK (für psychosomatische und psychotherapeutische Medizin), in freier Praxis seit 1991; medizinische Leitung der interdisziplinären Praxis für Fibromyalgie. Von 1978–2008 Arbeit als angestellte Ärztin mit Schwerpunkt Rheumatologie, Psychosomatik und chronischer Schmerz; Ausbildung in Biodynamischer Psychotherapie\*. Fort- und Weiterbildungen in Gestalttherapie, Systemischer Therapie, NLP, EMDR, Traumatherapie; Vorsitzende der AABP von 2002 bis 2020; Vorstandsmitglied der EABP von 2004 bis 2016; Mitglied des Executive Board der EBP (European Association for Psychotherapy).

Dr<sup>in</sup> EVA WAGNER-MARGETICH (geb. 1955), Psychotherapeutin in freier Praxis seit 1987, Lehrtherapeutin und Ausbilderin in der AABP seit 2008, seit ihrer Gründung 2018 auch in der ARGE HKPT. Leiterin von Coachingausbildungen, Organisationsberaterin. Juristin, 15 Jahre Personalmanagerin in internationalen Konzernen. Ausbildung in Biodynamischer Psychotherapie\*; Fort- und Weiterbildungen in Systemischer und in analytisch orientierter Psychotherapie und Familienaufstellungen, körperorientierter Traumatherapie bei Rudolf Müller-Schwefe, EMDR. Systemische Coachingausbildung bei Univ.Prof. Grau/Kiel; Mitglied im Vorstand der AABP von 2002 bis 2020 und der EABP von 2008 bis 2012.

## INFORMATION UND ANMELDUNG

Für weitere Informationen und die Anmeldung zum Curriculum kontaktieren Sie bitte

Dr<sup>in</sup> Renate Malek: malek@hkpt.at oder 0680 146 37 39  
bzw. das Sekretariat der HKPT: office@hkpt.at

Anmeldefrist für das Curriculum: 5. März 2021

## ORGANISATORISCHES

### KOSTEN UND ZAHLUNGSMODALITÄTEN:

Die Teilnahmegebühr für die Wochenendseminare mit 240 Arbeitseinheiten beträgt € 6 550,-  
Frühbucher-Bonus bei Anmeldung bis 26. Jänner 2021 € 5 990,-  
Wir ersuchen Sie, € 2 500,- bei der Anmeldung zu bezahlen und den Restbetrag zu gleichen Teilen im Oktober 2021 und Juli 2022 zu begleichen.

Supervision und Einzeltherapie sind gesondert zu vereinbaren und nicht im Preis enthalten.

### TEILNAHMEVORAUSSETZUNGEN:

Abgeschlossene Psychotherapie-Ausbildung oder PsychotherapeutIn in Ausbildung, Vorgespräch mit der Lehrgangleiterin.

## INFORMATIONENABENDE

Di. 22. September 2020, 19:30

Fr. 20. November 2020, 19:00

Ort: Praxis SCHRITTweise, Bennoplatz 6/10, 1080 Wien

## IMPULSTAGE

In diesem eintägigen Workshop bekommen Sie Einblick in einen kleinen Ausschnitt unserer Methode und haben die Möglichkeit, zwei unserer LehrtherapeutInnen kennenzulernen. Dieser Tag ist hinsichtlich der Teilnahme an der Weiterbildung nicht verpflichtend. Termine:

Sa. 16. Jänner 2021

Sa. 23. Jänner 2021

jeweils 10:00–18:00 (inkl. 2 Stunden Mittagspause)

Ort: Wien / Kosten: € 120,-

Anmeldefrist Impulstag: 11. Jänner 2021