Wut, Angst, Panik und Co.

Umgang mit embodimentfokussierten Interventionen

Für die Menschen.
Für Westfalen-Lippe.
LWL-Koordinationsstelle Sucht

Online anmelden
https://www.lwl-bildung.de/detail?seminar=53286

Veranstaltungsnummer
27-0701-800-0054-0001

Datum
04.10.2027 - 05.10.2027

Anmeldeschluss
06.09.2027

Ort
LWL-Bildungszentrum
Jugendhof Vlotho
Oeynhausener Str. 1
32602 Vlotho
Tel.: 05733 923-0
Karte und Routenplaner

Teilnehmendenkreis
Fachkräfte der Suchthilfe, die im stationären oder ambulanten Setting beraten oder behandeln und angrenzende Arbeitsfelder.

Teilnehmendenzahl
16

Kosten
303,00 €
Teilnahmeentgelt
122,00 € Übernachtung EZ mit Vollverpflegung
inkl. gesetzl. Umsatzsteuer

Fortbildung

Inhalt
In der Psychotherapie und Beratung gibt es immer wieder Situationen, in denen Klient:innen große Schwierigkeiten haben, mit ihren Emotionen umzugehen. Insbesondere in Krisensituationen oder Übergangssituationen ist der Umgang mit Ärger und Wut, der eigenen Impulsivität, aber auch mit Ängsten, Ohnmacht und der eigenen Hilflosigkeit oftmals sowohl für die Behandelnden selbst, die damit konfrontiert sind, als auch für die Klientel eine große Herausforderung. Hinzu kommen oftmals (Gruppen-)Gespräche und Prozesse, die stagnieren, eskalieren oder auch aufgrund vielfacher Vermeidungstendenzen nicht in Gang kommen.
Um Gesprächssituationen vielfältiger zu gestalten, Möglichkeiten des Perspektivwechsels anzuregen und vor allem die Fähigkeit zur Emotionsregulierung zu unterstützen, gewinnen insbesondere körperorientierte Verfahren und Bewegungsübungen an Bedeutung.
Dies entspricht auch neurobiologischen Erkenntnissen der letzten Jahre, die die Bedeutung des Körpers und von Bewegung auf die Veränderung festgefahrener gedanklicher Muster und des emotionalen Erlebens bestätigen. Durch die enge Wechselbeziehung zwischen dem Gehirn und dem Körper können Veränderungsprozesse nicht allein über Reflexion, sondern auch über bewusste körperliche Veränderungen bzw. Körperhaltungen erreicht werden (vgl. Storch et al., Embodiment, 2006).
Die Fokussierung auf achtsamkeitsbasierte und ressourcenorientierte Übungen wie z. B. Atem-, Körperübungen, Bewegungshaltungen und -muster eröffnet somit in der Sucht- und Traumatherapie sowie anderen Bereichen in der Beratung ein enormes Veränderungs- und Entspannungspotenzial. Dabei geht es in der konkreten Arbeit z. B. darum, Ängste und Panikgefühle zu deeskalieren oder auch impulsive Affekte zu regulieren und zu entspannen im Sinne einer besseren Emotionsregulierung und eines besseren Selbstmanagements.

Konkrete Fortbildungsinhalte:
- Grundlagen und theoretische Kenntnisse
- Atem- und Körperübungen zur Aktivierung und Entspannung
- Bewegungstherapeutische Interventionen für die Gruppenarbeit
- Hypno-systemische Interventionen
- Förderung der Selbstwirksamkeit

Nutzen
Mithilfe von Atem-, Körperübungen, energetischen Verfahren, Übungen aus der Bewegungstherapie und hypno-systemischen Interventionen können in dieser Fortbildung Beratungs- und Gruppenprozesse vielfältiger gestaltet und neuronale Veränderungsprozesse angeregt werden. Dabei kann anhand eigener Fälle das eigene Verhalten reflektiert und das professionelle Handeln erweitert werden. Festgefahrene Gedankenmuster der Klientel und auch eingefahrene Gefühlsreaktionen können so verändert und Perspektiven erweitert werden. Eine solche Arbeit kommt auch den Berater:innen selbst zugute und trägt dazu bei, die Arbeit lebendiger und leichter zu gestalten sowie die eigene Selbstwirksamkeit zu erhöhen.

Zeitrahmen / Programm
Erster Tag: 10:00 – 17:00 Uhr
Zweiter Tag: 09:00 – 16:00 Uhr

Methoden
Theorie-Input, Kleingruppenarbeit, praktische Übungen, Fallbeispiele.

Referentin / Referent
Jg. 1960, Pädagogin (M.A.)., Systemische Familientherapeutin (SG), Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, zertifizierte Trainerin (Level IV) für Energetische Psychotherapie EDxTM nach Dr. Fred Gallo, EMDR-Therapeutin (EMDRIA), Hypnotherapie – Schematherapie, langjährige Erfahrung als Einzel- und Gruppenpsychotherapeutin in der stationären Suchttherapie, in eigener Praxis sowie in der Fort- und Weiterbildung.

Anbieter
LWL-Koordinationsstelle Sucht

Referentin / Referent



Bettina Kilianksi-Witthut

Auskunft zu Inhalten



Linda Weweler
E-Mail: linda.weweler@lwl.org
Telefon: 0251 591-6383

Auskunft zu Anmeldung und Organisation



Koffi Nomenyo
E-Mail: koffi.nomenyo@lwl.org
Telefon: 02515916971

Wir über uns

Der Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) steht für erstklassige Fortbildungen im Bereich Kinder- und Jugendhilfe sowie im Fachgebiet Suchthilfe. Durch die Kombination bewährter und innovativer Methoden bieten wir den Teilnehmerinnen und Teilnehmern die Möglichkeit, beruflich und persönlich zu wachsen. Mit unseren praxisorientierten Angeboten fördern wir den Erfahrungsaustausch in unserer Region. Was uns auszeichnet? Hochwertige Wissensvermittlung zu fairen Konditionen. www.lwl-bildung.de