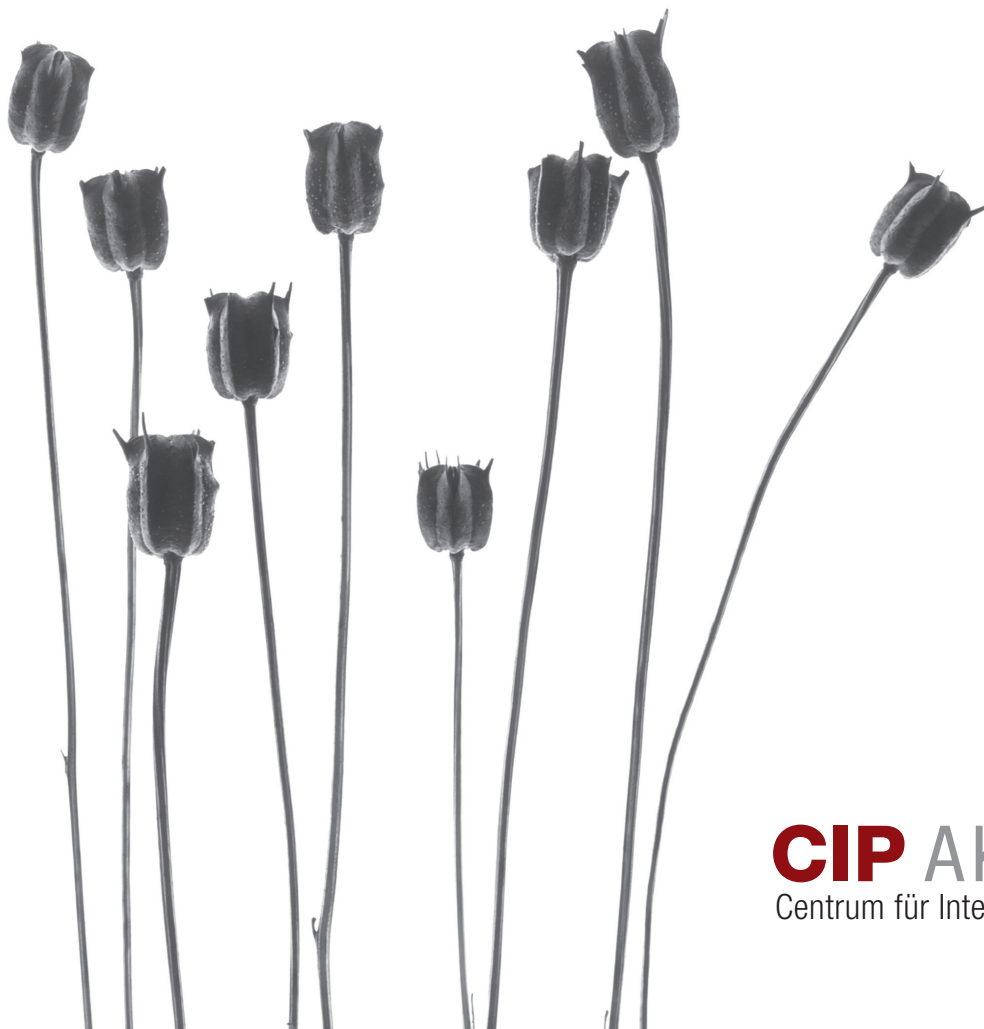


ACHTSAMKEIT

IN PSYCHOTHERAPIE, BERATUNG UND PÄDAGOGIK 2020/2021

EINJÄHRIGES CURRICULUM ab Juni 2020



CIP AKADEMIE
Centrum für Integrative Psychotherapie

ACHTSAMKEIT

in Psychotherapie, Beratung und Pädagogik 2020/2021

Die Ausbildung befähigt dazu, unter verschiedenen Arbeitsbedingungen und mit unterschiedlichen Zielen achtsamkeitsbasiert zu arbeiten und Achtsamkeit zu vermitteln. Sie konzentriert sich nicht auf einzelne etablierte oder manualisierte Therapieformen, sondern will erstmals das gesamte Spektrum des Themas auffächern, so dass das Potenzial des Ansatzes insgesamt deutlich wird. Deshalb werden verschiedene ReferentInnen unterschiedliche Aspekte und Sichtweisen darstellen und vertreten. Die Teilnehmer lernen verschiedene Formen der Achtsamkeitspraxis und ein breites Spektrum an Achtsamkeitsübungen kennen. Wir werden erarbeiten, welche Vorgehensweisen bei welchen Indikationen und Problemstellungen in Therapie und Beratung hilfreich sind und welche Probleme dabei auftreten können. Die Teilnehmer erhalten einen Überblick über den State of the Art sowie den Stand der philosophischen und wissenschaftlichen Erforschung der Achtsamkeitspraxis. In dem Seminar „Achtsamkeitsbasierte Körperarbeit“ wird eine Vertiefung besonderer Aspekte angeboten.

Selbsterfahrung und die Entwicklung einer eigenen achtsamen Haltung gegenüber sich selbst, aber auch gegenüber Mitmenschen, Umwelt und Beziehungsgestaltungen werden in allen Seminaren eine wesentliche Rolle spielen. Neben der Praxis werden wir uns auch der Theorie widmen. Die Unterschiede zwischen verschiedenen Achtsamkeitstraditionen und achtsamkeitsbasierten Verfahren sollen kritisch und konstruktiv besprochen werden. Mit Achtsamkeit zu arbeiten bedeutet, mit den Patienten und Klienten an ihrer Lebenseinstellung und Lebensweise zu arbeiten. Zur Tradition und zu einem umfassenden Verständnis der Achtsamkeit gehören daher auch existenzielle Aspekte, Ethik und Spiritualität. Diese Themen begleiten uns durch die Fortbildung und werden insbesondere in einem abschließenden Seminar behandelt. Die Kurse sind praktisch orientiert und erfordern die aktive Mitarbeit der Teilnehmer sowie interaktive Gruppen- und Kleingruppenarbeit.

Zielgruppe: PsychologInnen, ÄrztInnen, SozialarbeiterInnen, PädagogInnen, Pflegepersonal, ErgotherapeutInnen, Körper- und BewegungstherapeutInnen und weitere klinisch tätige Berufsgruppen
Umfang: 6 x 2 Tage in einem Jahr
Leitung: Dr. phil. Dipl. Soz. Michael Huppertz

I	EINFÜHRUNG IN DIE ACHTSAMKEITSBASIERTE THERAPIE UND BERATUNG BEI VERSCHIEDENEN INDIKATOREN UND SETTINGS	Michael Huppertz
II	DIDAKTIK/ÜBUNGSPRAXIS	Sara Schneider
III	KONZEPTE UND GESCHICHTE DER ACHTSAMKEIT	Michael Huppertz, Thomas Heidenreich
IV	STANDARDISIERTE ACHTSAMKEITSBASIERTE VERFAHREN	Thomas Heidenreich
V	ACHTSAMKEITSBASIERTE KÖRPERPSYCHOTHERAPIE	Ernst Kern
VI	ACHTSAMKEIT, SPIRITUALITÄT UND ETHIK	Michael Huppertz
SV	SUPERVISIONS-TAG für alle Teilnehmer, aber auch offen für andere PsychotherapeutInnen, die mit Achtsamkeit in der Psychotherapie arbeiten.	Michael Huppertz

Kosten: Curriculum 2000,- € (Kosten für SV sind nicht im Curriculum-Preis enthalten).
Fortbildungspunkte: Werden für alle Kurse bei der BLÄK/PTK beantragt.
Kursort: CIP Gruppenraum, 80634 München, Nymphenburger Str. 166
Supervisions-Tag: Landshuter Allee 45
Kurszeiten: jeweils am 1. Tag von 10 - 18 Uhr und am 2. Tag von 9 - 17 Uhr

Wir empfehlen, zu allen Workshops bequeme Kleidung und eine Decke mitzubringen.

I Einführung in die achtsamkeitsbasierte Therapie und Beratung bei verschiedenen Indikationen und Settings

Dieses Seminar dient zur Einführung in die theoretische und praktische Vielfalt des Themas. Was ist „Achtsamkeit“? Was verbindet die verschiedenen Ansätze, Achtsamkeit in Therapie und Beratung zu stärken oder explizit einzusetzen? Achtsamkeitsbasierte Ansätze etablieren sich zunehmend in Therapie und Beratung. Dabei ist die Vielfalt der verschiedenen Konzepte, Indikationen, Herausforderungen und Settings (Zeitraumen, personelle und sonstige Ressourcen, institutionelle Bedingungen etc.) eine große Herausforderung. Die Achtsamkeitspraxis kann in Beratung und Therapie auf verschiedene Weise hilfreich sein, insbesondere

- als Bereicherung der eigenen Arbeitshaltung und Selbstfürsorge
- als spontane Intervention in beratenden oder therapeutischen Situationen und
- als explizit und systematisch vermittelte Haltung und Übungspraxis.

Wir werden erarbeiten, wie diese Umsetzungen unter unterschiedlichen Bedingungen gelingen können.

Michael Huppertz
19./20. Juni 2020 (Fr/Sa)

II Didaktik und Übungspraxis

In diesem Workshop vermitteln wir Ihnen Möglichkeiten, in Ihrer beruflichen Tätigkeit mit dem Konzept der Achtsamkeit praktisch zu arbeiten. Wir werden erfahrungsbasiert arbeiten und zahlreiche Übungen zu verschiedenen Formen der Achtsamkeit durchführen. Die TeilnehmerInnen sammeln in Kleingruppen vielfältige Erfahrungen mit der Anleitungspraxis und erlernen didaktische Aspekte bei der Vermittlung von Achtsamkeit. Der individuelle Transfer des Achtsamkeitskonzepts in das jeweils eigene Berufsfeld spielt dabei eine wesentliche Rolle. Die Anwendung des Konzepts bei verschiedenen Indikationen, mögliche unerwünschte Wirkungen, Kontraindikationen und Grenzen der Arbeit mit Achtsamkeit sollen Raum bekommen.

Sara Schneider
24./25. Juli 2020 (Fr/Sa)

III Konzepte und Geschichte der Achtsamkeit

Die Haltung der Achtsamkeit wurde in ganz unterschiedlichen spirituellen und philosophischen Kontexten entwickelt und formuliert. In diesem Seminar lernen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die wichtigsten traditionellen Achtsamkeitskonzepte kennen. Wir werden die Gemeinsamkeiten und Unterschiede an Hand von spirituellen, philosophischen und literarischen Originaltexten herausarbeiten und im Zusammenhang mit aktuellen Konzepten im Bereich von Beratung und Psychotherapie diskutieren. Praktische Übungen aus den verschiedenen Traditionen der Achtsamkeit ermöglichen es, neben einem konzeptuellen Verständnis auch unmittelbare eigene Erfahrungen mit Achtsamkeit zu machen und in der Gruppe zu reflektieren.

Michael Huppertz, Thomas Heidenreich
6./7. November 2020 (Fr/Sa)

IV Standardisierte achtsamkeitsbasierte Verfahren

In diesem Workshop werden standardisierte achtsamkeitsbasierte Verfahren sowie deren Indikationen und Belege zur Wirksamkeit und Wirkmechanismen vorgestellt. Behandelt werden u.a. die achtsamkeitsbasierte Stressreduktion (MBSR, Kabat-Zinn), die achtsamkeitsbasierte kognitive Therapie (MBCT, Segal, Williams & Teasdale) sowie die achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention im Suchtbereich (MBRP, Marlatt). Die Rolle von Achtsamkeit in der dialektisch-behavioralen Therapie (DBT, Linehan) sowie der Acceptance and Commitment Therapy (ACT, Hayes et al.) wird ebenso vorgestellt. Die Vermittlung erfolgt anhand von Theorieeinheiten und praktischen Achtsamkeitsübungen.

Thomas Heidenreich
15./16. Januar 2021 (Fr/Sa)

V Achtsamkeitsbasierte Körpertherapie

Personenzentrierte Körperpsychotherapie hat ihre Wurzeln in der humanistischen Therapie und in den Grundkonzepten von Rogers und Gendlin (Focusing). Auf der Basis von phänomenologischen Konzepten stehen die persönliche Erfahrung und das Erforschen des Fühlens und Verstehens einer Person im Mittelpunkt dieses Ansatzes. Achtsamkeit auf das eigene Erleben, das körperlich spürbar ist, wird als Ausgangspunkt für therapeutische und beraterische Prozesse genommen. In diesem Workshop werden Verbindungen und organische Übergänge von Achtsamkeitsangeboten zu körperpsychotherapeutischen Prozessen hergestellt und erlebbar gemacht. Dabei wird über ein reines Sharing der Wahrnehmungen hinausgegangen. In Demonstrationen und Kleingruppen wird das Begleiten von körperpsychotherapeutischen Prozessen gezeigt und geübt. Dafür ist die Bereitschaft zur körperpsychotherapeutischen Selbsterfahrung Voraussetzung. Bitte bequeme Kleidung und wenn möglich eine Decke oder Matte mitbringen.

Ernst Kern
12./13. März 2021 (Fr/Sa)

VI Achtsamkeit, Spiritualität und Ethik

Der achtsamkeitsbasierte Ansatz unterscheidet sich von fast allen anderen Arbeitsweisen in Therapie und Beratung dadurch, dass er an der praktischen Lebensphilosophie und Lebensweise der Menschen ansetzt. Dadurch werden häufiger existenzielle und spirituelle Erfahrungen und Fragen angesprochen. Auch die Beheimatung des Konzepts in spirituellen Traditionen wird oft thematisiert, mit Interesse oder Ablehnung. In diesem Seminar untersuchen wir in Form von Übungen und theoretisch die existenzielle Dimension der Achtsamkeit: ihr spirituelles Potenzial, ihren möglichen Beitrag zur Beantwortung der Frage nach dem Sinn des eigenen Lebens und zur ethischen Orientierung. Wir werden auch darüber nachdenken, welchen Platz solche Themen in Beratung und Therapie haben und wie Berater und Therapeuten mit ihnen umgehen können.

Michael Huppertz
14./15. Mai 2021 (Fr/Sa)

SV-TAG

Der Supervisionstag wird für alle Therapeuten und Berater angeboten, die mit achtsamkeitsbasierten Konzepten arbeiten. Die in dieser Arbeit auftretenden Probleme sollen analysiert und neue Lösungswege und Ideen entwickelt werden. Geeignete Praxisformen und Übungen werden vorgestellt. KollegInnen aus allen Arbeitsfeldern, Institutionen und mit unterschiedlichen konzeptuellen Hintergründen sind herzlich willkommen. Die Kosten dafür sind nicht im Curriculums-Preis enthalten. **Bitte beachten Sie, dass der SV-Tag in der Landshuter Allee 45 stattfindet.**

Michael Huppertz
20. November 2021 (Sa)

KURSANMELDUNG

Ich melde mich verbindlich für das Achtsamkeits-Curriculum an.

NAME _____ VORNAME _____ AKADEM. TITEL _____

GEBOREN AM _____ BERUFSBEZEICHNUNG _____

PLZ/WOHNORT _____ STR. _____

TELEFON DIENSTL. _____ PRIVAT _____

FAX _____ E-MAIL _____

Ich bin interessiert an Ihrem Newsletter per E-Mail. Bitte senden Sie mir Ihr aktuelles Jahresprogramm zu.

Grundberuf ÄrztIn Grundberuf PsychologIn Pflegepersonal Grundberuf PädagogIn Grundberuf ErgotherapeutIn
 Grundberuf Körper- und BewegungstherapeutInnen Andere klinisch tätige Berufsgruppe

CURRICULUM (OHNE SUPERVISIONS-TAG) **AB 19./20.06.2020** **2000,- €**

SV SUPERVISIONS-TAG **20.11.2021** **195,- €**

Die Anmeldung ist verbindlich und hat schriftlich zu erfolgen. Bis 4 Wochen vor Beginn des Curriculums kann storniert werden. In diesem Fall wird eine Stornogebühr in Höhe von 10 % der Kursgebühren fällig. Bei späterem Rücktritt kann die Kursgebühr abzüglich 10 % nur zurückerstattet werden, wenn eine Überbelegung der Kursreihe besteht und ein(e) andere(r) nachrückt. Einzelne Segmente des Curriculums können nicht storniert werden.

Ich bin damit einverstanden, dass die CIP GmbH mir Informationen und fachliche Neuigkeiten sowie Rechnungen, Termine für Veranstaltungen und freie Seminarplätze per E-Mail zukommen lässt. Meine angegebenen Daten werden ausschließlich zu diesem Zweck verarbeitet.

Diese Einwilligung(en) kann ich gemäß Art. 7 Abs. 3 DSGVO jederzeit gegenüber der CIP GmbH über info@cip-akademie.de widerrufen.

DATUM _____ UNTERSCHRIFT _____

Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandats

ZAHLUNGSEMPFÄNGER Centrum für Integrative Psychotherapie | CIP GmbH | Rotkreuzplatz 1 | 80634 München

GLÄUBIGER-IDENTIFIKATIONSNUMMER: DE25ZZZ00000142400

MANDATSREFERENZ: (vom Zahlungsempfänger auszufüllen) _____

Ich ermächtige die CIP GmbH, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der CIP GmbH auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

BIC _____ **IBAN:** _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _

BEI _____
(genaue Bezeichnung des kontoführenden Kreditinstituts)

ORT _____ **DATUM, UNTERSCHRIFT** _____

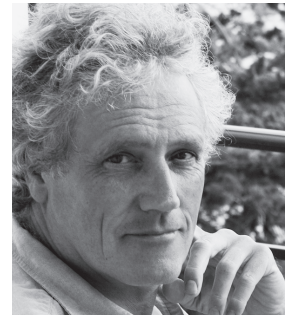
Heidenreich, Thomas

Prof. Dr. Dipl.-Psych., Psychologischer Psychotherapeut, Supervisor für Verhaltenstherapie; Lit.: Achtsamkeit und Akzeptanz in der Psychotherapie, Existenzielle Perspektiven in Therapie und Beratung



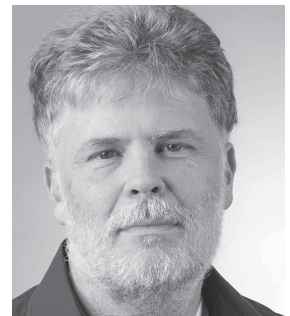
Huppertz, Michael

Dr. phil. Dipl. Soz., Arzt für Psychiatrie und Psychotherapie. Studium der Soziologie, Philosophie und Medizin. Verschiedene psychotherapeutische Ausbildungen, seit 1997 Arbeit mit achtsamkeitsbasierter Psychotherapie. Veröffentlichungen im Bereich Psychiatrie/Philosophie und Achtsamkeit. Aktuelle Arbeitsschwerpunkte: Achtsamkeitsbasierte Psychotherapie und Beratung, Fortbildungen. Weiteres s. www.mihuppertz.de



Kern, Ernst

Dr. phil. Dipl. Psych., Leitender Psychologischer Psychotherapeut an der Psychiatrischen Klinik Sonnenberg (Saarbrücken), Leiter einer Borderline-Station (DBT). Dozent und Supervisor. Personzentrierte Psychotherapie, Focusing, Körperpsychotherapie, Traumatherapie, Dialektisch-Behaviorale Therapie. Lit.: Personzentrierte Körperpsychotherapie. München: Reinhardt, 2014



Schneider, Sara

Dipl.-Psych., Psychologische Psychotherapeutin. Seit 2010 in eigener Praxis, zuvor 10 Jahre in einer psychiatrischen Klinik tätig. Dozentin für tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie & Achtsamkeit, Supervisorin, Selbsterfahrungsleiterin & Staatsprüferin. Ausbildung in Dialektisch Behavioraler Therapie & Körpertherapie. Seit 2009 Mitarbeit in der AG-Achtsamkeit, Darmstadt. Lit.: Huppertz, M., Saurgnani, S., Schneider, S.: Ein pluralistisches Achtsamkeitskonzept für die therapeutische Praxis. Verhaltenstherapie und Psychosoziale Praxis 45. Jg (2), 381-397, 2013.

