

HAKOMI Achtsamkeitszentrierte Körperpsychotherapie Curriculare Fortbildung in der HAKOMI Methode



DAS CURRICULUM

I. GRUNDLAGEN

1. Der Mensch als Einheit von Körper und Geist

- Die primäre Körperlichkeit jeder Erfahrung
- Die prägende Wirkung wiederholter Erfahrungen für Körper und Geist
- Die Entstehung von (unbewussten) Mustern und Überzeugungen
- Der Zugang zu diesen Mustern über den Körper

2. Achtsamkeit – die Tür zur inneren Erfahrungswelt

- Aufbau und Übung dieses Bewusstseinszustands
- Unterscheidung vom Alltagsbewusstsein
- Der Innere Beobachter/Desidentifikation
- Zugang zum gegenwärtigen Erleben

3. Gewaltlosigkeit als Prinzip therapeutischer Begleitung

- Sicherheit als Voraussetzung für Öffnung
- Vertrauen in den Sinn der Selbstorganisation
- Prozessorientierung

4. Die Haltung der Therapeutin/des Therapeuten

- Entwicklung einer tragfähigen Beziehung als Grundlage der therapeutischen Begleitung
- Präsenz und Akzeptanz
- Nicht wertendes Verstehen und Empathie
- Schaffen eines Raumes für Wachstum und Entfaltung
- Ergebnisoffenheit

5. Einheit

- Das Ganze und die Teile
- Nicht-Dualität

HAKOMI Achtsamkeitszentrierte Körperpsychotherapie

Curriculare Fortbildung in der HAKOMI Methode



II. ENTWICKLUNGSMODELL

6. Wie wir werden, was wir sind: Entwicklungstheoretische Vorstellungen, Erkenntnisse aus der Säuglingsforschung

- Die soziale Abhängigkeit des Säuglings und Kleinkinds
- Frühe Erfahrungswelten/Interaktion im System
- Fünf allgemeine Lebens- und Entwicklungsthemen

7. Ein neues Verständnis der Charaktertheorie

- Prägende Erfahrungen, die Ausbildung innerer Überzeugungen und Bewältigungsstrategien
- Die somatopsychische Selbstorganisation im Kontext sozialer Systeme
- Übersicht über die verschiedenen Charakterstile und ihre inneren Konflikte
- Exkursionen in die Erfahrungswelt der Charakterstile
- Die unerfüllte Sehnsucht als Möglichkeit der Entwicklung

8. Körperpsychotherapeutische Diagnostik

- Körperlesen (Struktur, Haltung, muskuläre Spannungen, Atemmuster)
- Erkennen von Körpersignalen als Indikatoren für den aktuellen Prozess und dahinterliegende Lebensthemen

III. METHODOLOGIE

9. Erfahrungsorientierung und experimentelles Vorgehen

- Sicherheit als Voraussetzung für die Kooperation mit dem Unbewussten
- Kontakt zum gegenwärtigen multimodalen Erleben
- Kanäle der Wahrnehmung, nonverbale Signale (Tracking)
- Die experimentelle Grundhaltung
- Die Vielfalt experimenteller Techniken
- Bewusster Umgang mit Berührung

10. Der therapeutische Prozess im Fluss

- Vom Alltagsbewusstsein zur therapeutischen Arbeit
- Zugangswege und Vertiefung
- Bewusstmachung unbewusst wirkender Anschauungen
- Führen und Folgen
- Arbeit an der Barriere, spezifischer Umgang mit der Abwehr
- Regulation der Bewusstseinszustände
- Neue Erfahrungen, Raum für Transformation
- Integration

HAKOMI Achtsamkeitszentrierte Körperpsychotherapie

Curriculare Fortbildung in der HAKOMI Methode



11. Große und kleine Landkarten

- Der Sensitivitätskreis als Modell für Wachstumsprozesse
- Prozessübersicht, Regulierung von Bewusstseinszuständen
- Übertragung und Gegenübertragung
- Die Dynamik der therapeutischen Beziehung im Kontext der Charakterstile
- Wenn nichts mehr geht: Metaebenen des therapeutischen Prozesses
- Ein systemischer Blick auf die intrapsychische Welt, die Arbeit mit inneren Anteilen

IV. DIE THERAPEUTIN/ DER THERAPEUT IN DER PRAXIS

12. Ethikrichtlinien

- Ethikrichtlinien der Psychotherapie
- spezielle Fragen in der Körperpsychotherapie
- rechtliche Fragen (was darf ich, was muss ich als Therapeut*in tun?)

13. Der äußere Rahmen

- Raum, Zeit, Kosten, Versicherung
- Abrechnungsmöglichkeiten
- Intervision
- Supervision

DER ZERTIFIKATIONSPROZESS

Dieser Prozess ist ein von der Fortbildung abgetrennter Vorgang, um Leistungsaspekte aus der Fortbildung möglichst herauszuhalten. Mit Beendigung der „Curricularen Fortbildung in der HAKOMI Methode“ hat der/die Teilnehmer*in den Titel „HAKOMI Therapeut*in“ erworben.

Wer sich noch weiter qualifizieren und die Berechtigung zur Verwendung des HAKOMI Logos oder zum Anbieten von HAKOMI Workshops erlangen möchte, kann sich nach Abschluss der 3-jährigen Fortbildung zum/zur „Zertifizierten HAKOMI Therapeut*in“ weiterbilden. Den Zeitpunkt, zu dem der Zertifikationsprozess eingeleitet wird, bestimmt jede/r HAKOMI Therapeut*in selbst und bereitet ihn auch selbständig vor. Der Zeitraum für die Zertifikation ist unbegrenzt.

Voraussetzung für die Zertifikation ist der Nachweis über die qualifizierte Anwendung und Reflexion von therapeutischer Haltung, Vorgehensweise und Techniken der HAKOMI Methode.

HAKOMI Achtsamkeitszentrierte Körperpsychotherapie

Curriculare Fortbildung in der HAKOMI Methode



Der Nachweis zur Erlangung der Zertifizierung kann auf drei verschiedene Weisen erbracht werden, Voraussetzung ist in jedem Fall jedoch die praktische psychotherapeutische Arbeit mit Klient*innen.

1. Zertifizierung via Sitzungs-Aufnahmen

Der/die Teilnehmer*in reicht Datenträger mit Aufzeichnungen von HAKOMI Therapie-sitzungen mit unterschiedlichen Klient*innen sowie eine schriftliche Dokumentation der jeweiligen Prozesse ein.

2. Zertifizierung via Supervisionsstunden

Hier wird die praktische Anwendung der HAKOMI-Methode im Rahmen kontinuierlicher therapeutischer Arbeit mit Einzelklient*innen supervidiert. Die Supervision, bei in der Regel zwei verschiedenen Supervisor*innen des Lehrteams (davon ein/e Dozent*in, der die/den Teilnehmer*in nicht unterrichtet hat), umfasst insgesamt mindestens 70 Einzelsitzungen à 45 Minuten oder 140 Sitzungen als Gruppensupervision oder eine Kombination aus beidem. Die Gruppen-Supervisionsstunden können auch in Supervisions-Workshops (insgesamt 20 Stunden à 45 Minuten) erworben werden.

Zusätzlich ist auch hier die schriftliche Dokumentation von zwei Fällen im Umfang von je zwei Seiten bei den jeweiligen Supervisor*innen einzureichen.

3. Zertifizierung via Zertifikationsgruppe

Hier findet der Zertifikationsprozess im Rahmen einer 1,5-jährigen Weiterbildung in einer festen Gruppe von maximal 12 Personen statt. Die Gruppe unter Leitung von zwei HAKOMI Dozent*innen trifft sich in diesem Zeitraum zu 4 Seminaren à 5 Tagen. Voraussetzung für die Anmeldung und Teilnahme an einer solchen Zertifikationsgruppe ist ein Vorgespräch mit den Fortbildungsleiter*innen.

Grundsätzlich gilt, dass das HAKOMI Institute in begründeten Fällen die Zertifizierung auch bei Vorliegen der formalen Voraussetzungen verweigern und/oder weitere Qualifikationsauflagen benennen kann.

Weiterhin behält sich das HAKOMI Lehrteam in Ausnahmefällen vor, ausgebildete HAKOMI-Therapeut*innen, die von mindestens zwei Mitgliedern des Lehrteams bei ihrer praktischen Arbeit supervidiert worden sind, zu zertifizieren.

(Aus: Broschüre „HAKOMI Achtsamkeitszentrierte Körperpsychotherapie, Curriculare Fortbildung in der HAKOMI Methode“, Stand 11.2020)