

Ego-States I, II und III

Das Ziel der Ego-States-Workshop-Serie ist es die systemisch erfahrenen Teilnehmenden darin zu begleiten, wie sie das therapeutische Modell der Ego-States und die damit verbundenen Techniken in ihre Arbeit integrieren können. Zentraler Bestandteil ist dabei die Anwendung der Konzepte auszuprobieren und die Techniken der Ego-States-Therapie in den eigenen therapeutischen Stil zu integrieren.

Die Workshops sind aufeinander aufbauend. Es kann nur der Grundkurs (Ego States I: Stabilisierende Methoden) oder die gesamte Workshop-Serie gebucht werden. Im Nachklang an die Aufbauworkshops werden für Teilnehmende auch halbjährlich Supervisionstage angeboten.

Daten

Montag	29.10.2018	09:15–17:15 Uhr	Teil I: Stabilisierende Methoden
Dienstag	30.10.2018	09:15–17:15 Uhr	Teil I: Stabilisierende Methoden
Mittwoch	31.10.2018	09:15–17:15 Uhr	Teil I: Stabilisierende Methoden
Montag	21.01.2019	09:15–17:15 Uhr	Teil II: Die Arbeit mit bedürftigen Anteilen und mit kritischen Stimmen
Dienstag	22.01.2019	09:15–17:15 Uhr	Teil II: Die Arbeit mit bedürftigen Anteilen und mit kritischen Stimmen
Mittwoch	23.01.2019	09:15–17:15 Uhr	Teil II: Die Arbeit mit bedürftigen Anteilen und mit kritischen Stimmen
Montag	11.03.2019	09:15–17:15 Uhr	Teil III: Die Arbeit mit traumaassoziierten Ego-States
Dienstag	12.03.2019	09:15–17:15 Uhr	Teil III: Die Arbeit mit traumaassoziierten Ego-States
Mittwoch	13.03.2019	09:15–17:15 Uhr	Teil III: Die Arbeit mit traumaassoziierten Ego-States

Dozent

Daniel Dietrich, Dr. med.; Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie. Dozent und Weiterbildungsleiter. Arbeit in eigener Praxis. Systemischer Therapeut (SG, DGSF), Weiterbildungen in Klinischer Hypnose nach Milton Erikson und in Traumatherapie, Chinesischer Therapeut (Fachrichtung Akupunktur), Basisstudium Kunst- und Ausdruckstherapie (ISIS). Arbeitsschwerpunkte: Traumatherapie, hypnosystemische Methoden (sysTelios Klinik) und Psychosen im systemischen Kontext (Soteria Bern).

Ego-States Teil I: Stabilisierende Methoden

In Momenten der Ambivalenz erleben wir uns oft zerrissen zwischen zwei oder mehr Ansichten, hören mehrere Stimmen in uns oder es schlagen zwei Herzen in unserer Brust. Sowohl unsere Klienten, sowie auch wir in unserer

Arbeit als Therapeutinnen / Therapeuten und Beraterinnen / Berater verspüren wir oft widersprüchliche Impulse, Gedanken und Gefühle. Das Modell der inneren Anteile hilft beim Beobachten, Verstehen und Kommunizieren solcher Momente der Ambivalenz. Es führt diese inneren Stimmen zurück auf die Bedürfnisse verschiedener Anteile oder Ego-States (nach Watkins), teilweise in verschiedenen Altersstufen. Körperlichen Phänomenen (somatischen Markern) kommt dabei eine wichtige Rolle zu, um die verschiedenen Anteile verstehen zu lernen und nutzbar zu machen.

Im Grundkurs werden imaginative Techniken eingeübt, der erwachsene kompetente Anteil von Klient und Therapeut erlebbar gemacht und verankert und eine Zukunftsperspektive spürbar gemacht. Externalisierungstechniken, imaginative Verfahren und Skulpturen werden verwendet um unterschiedliche Ego-States kennenzulernen. Dabei wird die Verbindung zur systemischen Therapie und Beratung dargestellt und an die bereits vorhandenen Ressourcen der Teilnehmenden angeknüpft. Ein besonderer Fokus liegt dabei auf der Entwicklung eines positiven Selbstumgangs.

In diesem Workshop sind eigene Themen, Anliegen, Rätsel und Fälle herzlich willkommen und der Inhalt des Seminars kann so gemeinsam gestaltet werden.

Ziele

- Dieses Seminar dient der Reflexion und Vertiefung des eigenen therapeutischen / beraterischen Rollenverständnisses.
- Es vermittelt und erprobt Methoden, wie sich die Arbeit mit den inneren Anteilen in die eigene Praxis integrieren lässt.

Ego-States Teil II: Die Arbeit mit bedürftigen Anteilen mit kritischen Stimmen

Die Theorie der Ego-States wird ausführlicher dargestellt und mit Methoden aus unterschiedlichen Therapieansätzen theoretisch und praktisch verknüpft. Aufbauend auf den Techniken des Grundkurses wird ein Umgang mit Ego-States gezeigt und eingeübt, die sich in intensiveren emotionalen Zuständen befinden. Die Teilnehmenden lernen Strategien, um die Persönlichkeitsanteile in heilsame innere Landschaften zu begleiten, ihre starren Grenzen durchlässiger zu machen, sie im Therapieprozess zu entwickeln und in die innere Landschaft zu integrieren. Techniken zur Nahrung von (kindlichen) Ego-States spielen dabei ebenso eine Rolle, wie der Umgang mit abwertenden und kritischen Stimmen. Als Ausgangspunkte für die Begegnungen mit diesen Ego-States dienen dabei vor allem somatische Marker (inkl. psychosomatische Symptomatiken) und depressives, wütendes oder ängstliches Erleben.

Eigene Erfahrungen, Fragestellungen und Herausforderungen der Teilnehmenden im Umgang mit den Techniken der Ego-States-Therapie sind zentraler Bestandteil des Workshops und die Kursinhalte werden den Bedürfnissen der Teilnehmenden soweit wie möglich angepasst.

Ziele

- Dieser Workshop vertieft die Kenntnisse in der Anwendung von Ego-States und vermittelt Strategien, wie sich die Techniken auch in emotional komplexeren Situationen angewendet werden kann.
- Der längerfristige Therapieprozess und Entwicklungsaspekte der Ego-States stehen mehr im Zentrum.
- Die Teilnehmenden gewinnen Sicherheit in der Anwendung von Imaginationen, Externalisierungen und Skulpturen auch bei komplexeren Fragestellungen

Ego-States Teil III: Die Arbeit mit traumaassoziierten Ego-States

Der Schwerpunkt dieses Workshops liegt darin, die Teilnehmenden zu unterstützen mit Ego-States umzugehen,

die in emotional überfordernden und traumatisierenden Momenten entstanden sind. Es handelt sich dabei nicht um eine umfassende traumatherapeutische Weiterbildung, sondern um eine Ausweitung der eigenen Methoden im Umgang mit intensiven Gefühlen und Ego-States mit starren Grenzen. Kriseninterventionen, Umgang mit (selbst-)destruktiven Anteilen, psychotischen Erlebensweisen, dissoziativen Phänomenen und Ohnmachts- und Hilflosigkeitsgefühlen (auch die der Therapeuten und Berater) sind Teil des Workshops. Zudem soll Raum für Themen vorhanden sein, die in den vorderen Workshops nicht ausreichend berücksichtigt werden konnten.

Ziele

- Dieser Workshop vertieft die Kenntnisse in der Anwendung von Ego-States und vermittelt Strategien, wie die Techniken auch in emotional komplexeren Situationen angewendet werden können (z.B. bei Traumafolgestörungen, Krisen, suizidale Impulse, Psychotisches Erleben, Aggression).
- Die Teilnehmenden setzen sich mit dem Umgang eigener Grenzen, ihren Hilflosigkeits- und Ohnmachtsgefühlen auseinander
- Offene Themen und Herausforderungen der Teilnehmenden von früheren Workshops werden aufgegriffen

Ego-States Supervisionsgruppe

Zwischen den Workshops und danach werden Supervisionstage durchgeführt, an denen anhand mitgebrachter Fälle der Teilnehmenden die Anwendung der Ego-States in der eigenen therapeutischen und beraterischen Praxis vertieft werden kann. Die Termine für die Supervisionen werden in der Gruppe vereinbart.

Gruppengrösse: 24

Anmeldung bis: 14.9.2018

Kosten: Gesamte Workshop Serie (3 Teile): CHF 1'520.–

Ort: wird noch bekannt gegeben

TeilnehmerInnen: Der Besuch dieses Workshops setzt die Teilnahme an einem Grundkurs in der Anwendung von Ego-States voraus.