

Körperzentrierte Psychotherapie IKP

Informationsveranstaltung
Schweizer Charta für Psychotherapie
und Fachschaft Psychologie Uni Zürich

10. November 2011

Uni Zürich

**DAS LEBEN IST, WAS WIR
SELBST DARAUS MACHEN**



Anwesende aus dem IKP-Team

- » **Gabriela Rüttimann, lic. phil.**
Fachpsychologin für Psychotherapie FSP/ASP
Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP
Beauftragt als Ausbilderin, Lehrtherapeutin und
Supervisorin IKP

- » **Helene Helwing**
Sekretariat Körperzentrierte Psychotherapie IKP



Die drei Psychotherapie-Modelle

1. Kraft: **Tiefenpsychologie**
(Bewusstes / Unbewusstes)

Jung
Freud
Adler

Mehrere verhaltens-
therapeutische
Ansätze:

Skinner
Bandura



Maurer
(Körperzentrierte
Psychotherapie IKP)

Perls (Gestalttherapie)
Rogers (Gesprächstherapie)

2. Kraft: **Verhaltenstherapie**
(Konditionierung, Lerntheorie)

3. Kraft: **Humanistische Psychologie**
(erlebnis- und bedürfniszentriert)



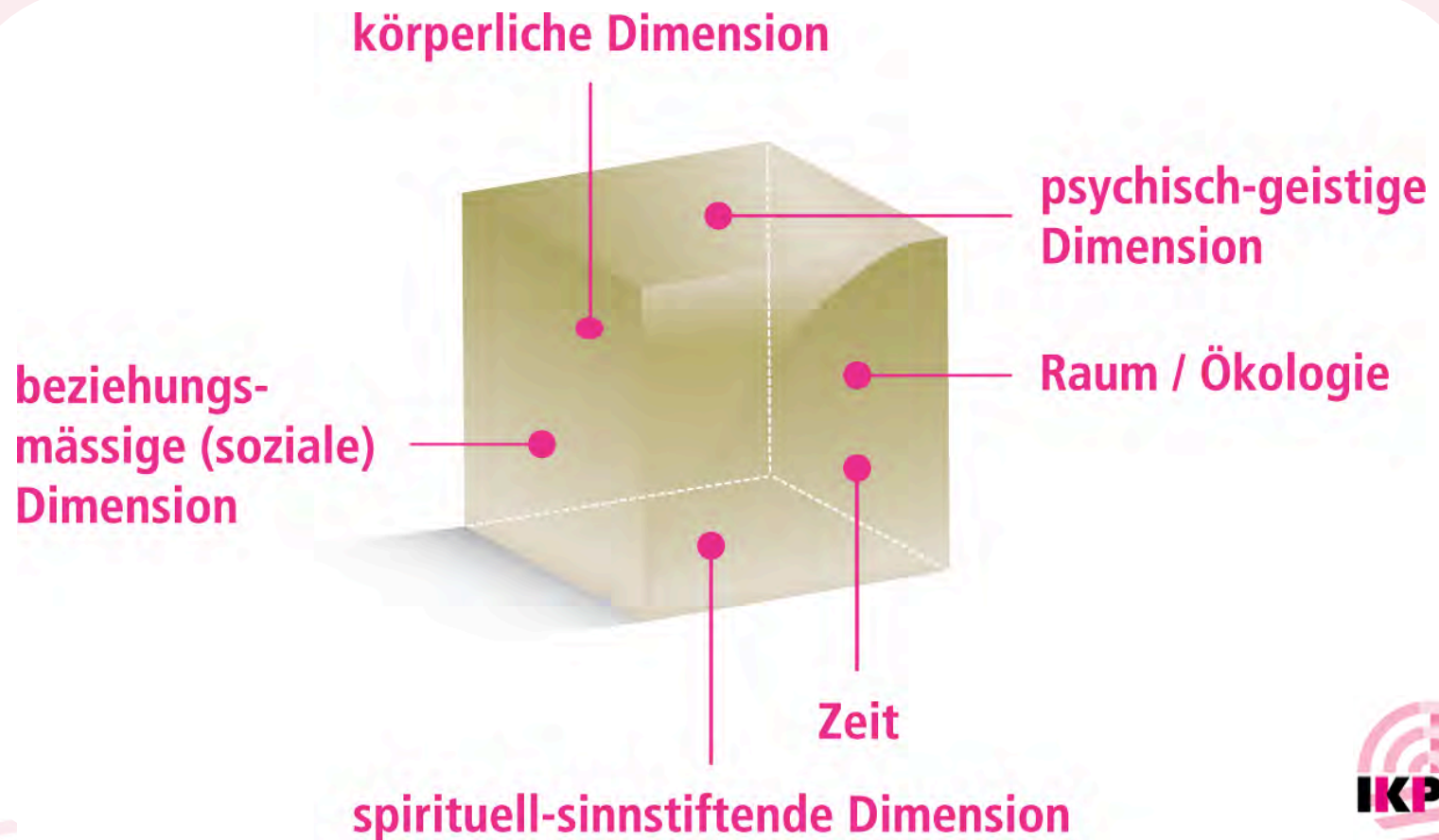
Besonderheiten des IKP:

**Was bedeutet
Ganzheitlichkeit ...?**



Der Ganzheitliche Ansatz von Dr. Yvonne Maurer Anthropologisches Würfelmodell IKP[©]:

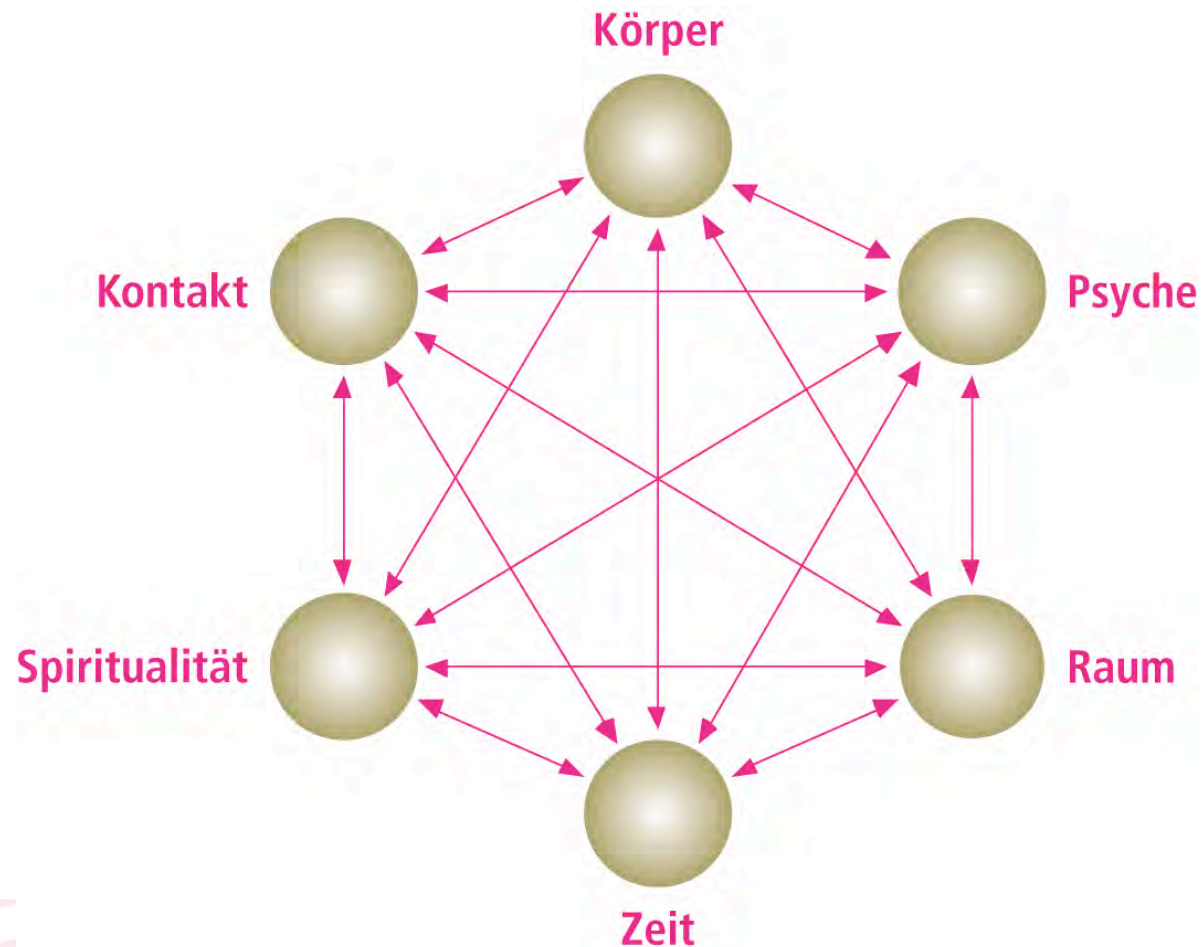
Einheit und Interdependenz aller 6 Lebensdimensionen



IKP-Ansatz von Frau Dr. Yvonne Maurer

Anthropologisches Würfelmodell IKP[©]:

Interdimensionales Shiften – Lebendige Vielfalt in der Einheit



Theoretischer Hintergrund

Der theoretische Ansatz entspricht schwerpunktmässig demjenigen der Gestalttherapie.

Er ist der Humanistischen Psychologie zuzuordnen.

Er wird erweitert durch systemische Konzepte.

Psychoanalytische und verhaltenstherapeutische Elemente fliessen ein.

Methode

Die Körperzentrierte Psychotherapie IKP arbeitet mit einem breiten Spektrum körperlicher, gesundheitsfördernder Übungen.



Es werden körperliche
Erfahrungsübungen
angewandt, die auf die
Gefühlswelt einwirken.





Wirksamkeit der Körperzentrierten Psychotherapie IKP

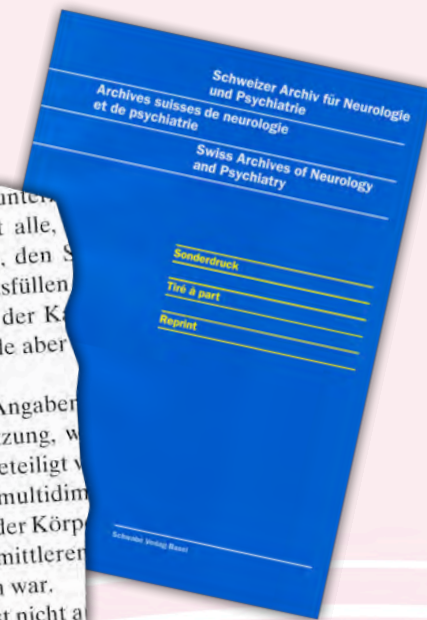
halten. Auch ein eigenes Kontrollkollektiv, bei dem keine Körperinterventionen gemacht worden wären, wäre nicht sinnvoll gewesen, da es darum

Tabelle 6 Vergleich der drei Stichproben zu Beginn (Global Severity Index: GSI) und erreichte Effektstärke in Abhängigkeit der Behandlungssitzungen.

	psycho-analytisch	verhaltens-therapeutisch	IKP-mässig
GSI t_0 m(roh)	0,92	1,55	1,1
GSI t_0 m(z)	2,4	4,9	3,1
Wahrscheinlichkeit für Gesunde, den Wert zu erreichen	0,80%	<0,1%	<0,1%
Effektstärke GSI	0,82	1	0,8
Anzahl Sitzungen im Durchschnitt bei letzter Messung der Symptombelastung	185	63	20

Die Angaben
Einschätzung, w
Erfolg beteiligt v
breite (multidim
Ansatz der Körp
für die mittleren
wortlich war.
Es ist nicht a
Effekt der Üb
positiven Erwa

263 SCHWEIZER ARCHIV FÜR NEUROLOGIE UND PSYCHIATRIE



Wissenschaftliche Therapiestudie:
IKP vs. psycho-analytische vs. verhaltenstherapeutische
Methode.

Schweizer Archiv für Neurologie und Psychiatrie – Sonderdruck 2005



Aktuellste IKP-Fachliteratur



Springer 2010

**Wissenschaftliche Autoren aus
dem Umfeld der Unis ZH und BE.**

Inhalte der Ausbildung im Überblick

Wissen und Können

1. Therapietheorie

- Grundlagen der ganzheitlichen Gesprächsführung
- Kompetenz in der therapeutischen Beziehungsfähigkeit
- Einführung in die Grundkonzepte der Gestalttherapie
- Erweiterungen nach integrativem Modell des IKP
- Nähe-Distanz-Konzepte
- Einführung in die Systemische Therapie
- Salutogenese-Konzept
- Ressourcenorientierung

2. Entwicklungstheorien

- Bio-psycho-soziale Entwicklung des Menschen (Entwicklungspsychologie)
- Einführung in die Arbeit mit dem Körpergedächtnis
- Psychosexuelle Entwicklung – Erotik, Sexualität, Frauen-Männer-Thematik, Tabuthemen
- Grundkonzept der Psychoanalyse

3. Diagnose und Therapie

- Grundsätze von Diagnose und Therapie
- Diagnostische Mittel (ICD 10)
- Psychodynamische Konzepte aus integrativer Sicht
- Häufige psychische Störungen
- Neurotische Störungen (Neurosenlehre)
- Häufige Beziehungsstörungen
- Phasen des Sitzungs- und Therapieverlaufs
- Prozessorientierte Vorgehensweise

4. Psychopathologie / Krankheitstheorie

- Psychogenese, Pathogenese
- Störungen wie Depression, Aggression, Zwänge, Macht, Neid, Narzissmus, etc.
- Psychosomatische Störungen

Grundsätzlich: Die Themen des Basisstudiums werden im Aufbaustudium weiterentwickelt und vertieft

1. Therapietheorie

- Grundkonzepte integrativer Körperpsychotherapien
- Planung von Therapiestrategien, Indikation und Kontraindikation von Interventionstechniken
- Vertiefung der paar- und familientherapeutischen Sichtweise im therapeutischen Prozess
- Vertiefen der Persönlichkeitstheorie
- Metatheorie und Erkenntnistheorie der Körperzentrierten Psychotherapie IKP
- Wissenschaftliche Forschung
- Berufsethik

2. Entwicklungstheorien

- Neuere Forschungsergebnisse und Konzepte

3. Diagnose und Therapie

- Diagnose und Therapie psychotischer Erkrankungen
- Prozessanalysen mittels Video
- Auseinandersetzung mit speziellen Themen wie: Identität, Gewalt, Suchtverhalten, sexuelle Störungen, Regression – Progression etc.
- Spiritualität, Meditation



Inhalte der Ausbildung im Überblick

Selbsterfahrung

1. Individuelle Prozessarbeit

- Arbeit an der eigenen Geschichte inkl. Gegenwarts- und Zukunftsbezug

2. Wahrnehmungsübungen

- Förderung der äusseren Wahrnehmung (visuell, akustisch, kinästhetisch-taktil, olfaktorisch = VAKO)
inkl. Gruppenprozesse und -verläufe sowie Körpersprache der Klientin/des Klienten
- Förderung der körperlichen Erlebnisfähigkeit (innere Wahrnehmung)

3. Selbsterfahrung in therapeutischen Techniken

- Div. Körperinterventionen
- Zeichnerische Ausdrucksübungen (Thymo- und Somatographie, Zeichendialog)
- Techniken der Entspannung, Imagination, Selbstzentrierung
- Erlebnisaktivierende Techniken, etc.

1. Fortsetzung der individuellen Prozessarbeit in der Einzeltherapie

2. Wahrnehmungsübungen

- Vertiefung der inneren und äusseren Wahrnehmung

3. Selbsterfahrung in therapeutischen Techniken

- Zur Förderung von Urvertrauen, Selbstsicherheit und Selbstbewusstsein im körperlichen und sozialen Bereich
- Regressive Techniken
- Paartherapeutische Techniken (Paardiagramm)
- Bewegungs- und ausdrucks-therapeutische Interventionen

Ausbildungsübersicht

Körperzentrierte Psychotherapie IKP

1. Jahr	2. Jahr	3. Jahr	4. Jahr
280 Std. Kontinuierliche Ausbildungsgruppe		200 Std. Kontinuierliche Diplomabschlussgruppe	
19 Seminare (ca. 342 Std.)			
IKP-Fachtagung (ca. 8 Std.)			
100 Std. Lehrtherapie in Körperzentrierter Psychotherapie IKP			
		100 Std. Einzelsupervision	
		80 Std. Supervisionsgruppe	
		Einjährige berufliche Tätigkeit (bezahltes Praktikum)	



Wissenswertes auf einen Blick:

» **Nächste Ausbildungsgruppen:**

AB 80

Zürich/Bern

2. Juni 2012

» **Durchschnittliche Ausbildungskosten / Monat:**

Körperzentrierte Psychotherapie IKP: Fr. 560.-- (4 Jahre)

» **Ganztägige Infoseminare am IKP:**

Aktuelle Daten erhalten Sie gerne im IKP-Sekretariat.

Tel: 044 242 29 30



IKP

Institut für Körperzentrierte Psychotherapie



- » Gegründet vor **30 Jahren**
von Dr. med. Yvonne Maurer,
FMH für Psychiatrie und Psychotherapie
- » Hauptsitz in **Zürich** - Filiale in **Bern**
- » **Anerkannte*** berufs- und familienbegleitende
Aus- und Weiterbildungen zwischen 1,5 und 4 Jahren
- » Ca. 250 Studierende pro Jahr
- » Pro Jahr ca. 90 **Einzelseminare**
- » Therapeutische **Praxisgemeinschaft** im Haus

*CH: Charta für Psychotherapie, ASP, SBAP
EMR - Erfahrungsmedizinisches Register, ASCA
EABP Europe, EAGT u.a.



Dr. med. Yvonne Maurer **Gründerin und Gesamtleiterin IKP**

- » **Eidg. dipl. Turn- und Sportlehrerin**
- » **Medizinstudium,
FMH für Psychiatrie und Psychotherapie**
- » **Langjährige Oberärztin und Chefarzt-
Stellvertreterin in einer psychiatrischen Klinik**
- » **Wissenschaftliche Forscherin**
- » **Autorin zahlreicher Fachbücher/Artikel**
- » **Bekannte Fachreferentin an nationalen
und internationalen Kongressen**
- » **Leiterin Psychotherapeutisches Ambulatorium IKP mit
spezialisierten Fachpersonen in Psychotherapie**



Kontakt für weitere Fragen

**IKP, Kanzleistrasse 17, 8004 Zürich
Frau Helene Helwing
Tel: 044 242 29 30**

helene.helwing@ikp-therapien.com

www.psychotherapie-ikp.com



„EIN GLÜCKLICHER MENSCH IST,
WER DIE ARBEIT
AN SICH SELBST LIEBT“

