

3 Hypnosystemische Tagung in Zürich 19.-21.06.2015 www.hypnosystemische-tagung.ch

Abstract – Vortrag / Workshop

Kai Fritzsche

Dr. phil. Dipl.-Psych. Arbeitet als Psychologischer Psychotherapeut in eigener Praxis. Er ist zertifizierter Trainer für Ego-State-Therapie, Mitbegründer des INSTITUTS FÜR KLINISCHE HYPNOSE UND EGO-STATE-THERAPIE (IfHE) sowie Sprecher der Deutschen Arbeitsgemeinschaft für Ego-State-Therapie (EST-DE). In seiner Promotion befasste er sich mit den Entstehungsmechanismen und Behandlungsmöglichkeiten von Phantomschmerzen. Seine psychotherapeutische Ausbildung umfasst: Klinische Hypnose (M.E.G.), Grundausbildung in Gesprächspsychotherapie, Verhaltenstherapie, Spezielle Psychotraumatheorie (DeGPT), NLP-Health Certification Training, EMDR, Energetische Psychotherapie und Ego-State-Therapie. Er arbeitet als Lehrbeauftragter und Selbsterfahrungsleiter für verschiedene Ausbildungsinstitute. Seine Behandlungsschwerpunkte sind Patienten mit Posttraumatischen Belastungsstörungen und Dissoziativen Störungen sowie Patienten mit Leistungsstörungen. Kai Fritzsche stellt die Ego-State-Therapie auf verschiedenen nationalen und internationalen Kongressen vor. Er organisiert Ausbildungsseminare und Supervisionsveranstaltungen für Ego-State-Therapie und ist ebenfalls als Autor tätig. Der Ego-State-Ansatz ist fester Bestandteil seiner Arbeit geworden und findet sich in seinen verschiedenen Tätigkeitsschwerpunkten wieder. 2010 erschien eine Einführung in die Ego-State-Therapie, die er gemeinsam mit Woltemade Hartman, Ph.D. heraus brachte, sowie 2013 sein Buch: Praxis der Ego-State-Therapie, beide im Carl-Auer-Verlag.

Website: www.ifhe-berlin.de

Kontakt: kai.fritzsche@ifhe-berlin.de

Vortrag

«Haltung bewahren» reloaded oder Begegnungen in der Ego-State-Therapie

Im Zentrum der Psychotherapie steht die Begegnung zwischen Therapeutin und Patientin. Diese Begegnung wird maßgeblich durch die Haltung beider Interaktionspartnerinnen bestimmt. Sie erwächst aus Lebenserfahrungen und grundlegenden Wertvorstellungen. Die Haltung der Therapeutin wird u.a. durch die Auseinandersetzung mit der eigenen Persönlichkeit und dem eigenen Beruf charakterisiert, z.B. ein bestimmtes Rollenmodell zu vertreten oder nicht gut genug zu sein oder Hilflosigkeit zu vermeiden. Die Haltung der Patientin ist stark durch die psychopathologische Symptomatik geprägt, z.B. nicht verstanden zu werden oder niemandem zu trauen oder nicht liebenswert zu sein. Fragen der Haltung gehören zu den elementaren Bausteinen psychotherapeutischer Veränderungsprozesse.

Die Ego-State-Therapie nach Helen und John Watkins bietet als Teile-Modell ein sehr hilfreiches Integrationskonzept, in dem die Aspekte der Haltung, der Theorie der Persönlichkeit, der Theorie der Therapie sowie spezifische, daraus abgeleitete Interventionen ineinanderfließen, sich gegenseitig befruchten und kreative Wege der Heilung ermöglichen. Sie lässt sich für das gesamte Spektrum der Störungsbilder sowie für weitere Anwendungsbereiche sinnvoll einsetzen und mit verschiedenen psychotherapeutischen Ansätzen kombinieren. Im Vortrag wird anhand von Metaphern und Beispielen sowohl auf die Fragen der Haltung als auch auf das Wesen der Ego-State-Therapie eingegangen.

Workshop

In der ersten Person. Begegnungen durch die Ego-State-Therapie. Ein Demonstrationsworkshop.

Psychotherapie lässt sich als eine Begegnung mit der «inneren Person» beschreiben. Diese Begegnung findet in der Begegnung mit einem anderen Menschen, der Psychotherapeutin statt und wird durch sie unterstützt und begleitet. Beide Begegnungen sind Bestandteile der fünf Beziehungsebenen in der Ego-State-Therapie, die ein basales Konzept dieses Ansatzes darstellen: (1) die Beziehungsebene zwischen der Therapeutin und der Patientin, (2) zwischen der Therapeutin und den Ego-States der Patientin, (3) zwischen der Patientin und ihren Ego-States, (4) zwischen den Ego-States der Patientin und (5) zwischen den Ego-States der Therapeutin und denen der Patientin. Im Behandlungsprozess der Ego-State-Therapie werden alle fünf Beziehungsebenen berücksichtigt. Die Begegnung mit den Ego-States nimmt dabei eine besondere Rolle ein. Sie ist eine erlebensaktivierende Intervention, die einen tieferen Zugang zu den zugrundeliegenden psychischen Prozessen und somit ein tieferes Verständnis, Akzeptanz und neue Schritte der Veränderung ermöglicht. Es geht darum, dass sich sowohl die Patientinnen und Patienten als auch ihre Ego-States in ihrer eigenen Art und Weise, d.h. in ihrem Wesen zeigen dürfen und die Erfahrung machen, angenommen zu werden. Im Demonstrationsworkshop werden die Begegnung mit Ego-States sowie die sich daraus entwickelnden therapeutischen Schritte anhand der Arbeit mit einer Teilnehmerin/eines Teilnehmers gezeigt und anschließend diskutiert.

Literatur: Fritzsche, K. (2013): Praxis der Ego-State-Therapie. Carl-Auer-Verlag. Heidelberg.