

A close-up photograph of a waterfall with cascading water in various shades of blue and white. The water is in motion, creating a sense of energy and flow. The background is a solid light blue color.

AUSBILDUNG

in Integrativer
Primärtherapie

A series of horizontal orange lines of varying lengths and thicknesses, located at the bottom of the page, extending across the width of the image.

Ausbildung in Integrativer Primärtherapie

Immer mehr Menschen fragen nach **qualifizierter Hilfe** in den unterschiedlichsten Lebenssituationen. Der Bedarf an Therapien und Möglichkeiten der Krisenberatung wächst. Für TherapeutInnen und für Beschäftigte im Sozial- und Gesundheitswesen, im Bildungsbereich und in den Kirchen ergeben sich daraus neue Anforderungen.

Ziel der angebotenen Aus- und Weiterbildung ist die Entwicklung von **Professionalität und Sicherheit im Umgang mit Menschen**, die sich in existentiellen und psychischen Notlagen befinden.

Die Teilnehmenden sollen hierzu die Methoden und Arbeitsweisen der Integrativen Primärtherapie kennen lernen und diese dann praxisorientiert anwenden.

Die Begleitung von Menschen in Krisensituationen erfordert nicht nur die Kenntnis fundierter Methoden, sondern auch eine hohe persönliche Kompetenz. Deshalb wird die primärtherapeutische Selbsterfahrung ein wesentlicher Bestandteil dieser Ausbildung sein. Den TeilnehmerInnen wird auf diese Weise ein Handwerkszeug mitgegeben, das es ihnen ermöglicht, Menschen in emotional bedeutsamen Situationen begleiten zu können.

Die angebotene Aus- und Weiterbildung in Integrativer Primärtherapie wendet sich also zum einen an diejenigen, die sich **beruflich als PrimärtherapeutIn etablieren** möchten, zum anderen an diejenigen, die in dieser Methode eine sinnvolle **Ergänzung ihrer therapeutischen oder sozialen Tätigkeit** sehen.

Was ist Integrative Primärtherapie?

Die Ursprünge der Integrativen Primärtherapie sind in der sogenannten Primärtherapie nach Janov zu finden. Ende der 1960er Jahre kam der bis dahin als Therapeut Freud'scher Prägung arbeitende Dr. Arthur Janov zu der Überzeugung, dass durch eine Therapie, die vorwiegend auf dem Gespräch beruht, seine Klienten nicht geheilt wurden. Er teilte die Annahme des tiefenpsychologischen Ansatzes, dass die Ursache für psychische Schwierigkeiten, psychosomatische Beschwerden, Beziehungsprobleme u.ä. meist in weit zurückliegenden, emotional schmerzlichen und konfliktreichen Erfahrungen zu finden sei.

Mit der Primärtherapie entwickelte er eine Methode, mit der es ihm gelang, einen unmittelbaren Zugang zur Gefühlswelt zu schaffen.

Das Besondere an der Primärtherapie ist, dass sie durch bewusstes Wahrnehmen und Zulassen der Gefühle zur Ursache einer Störung zurückführt, und nicht durch Gespräche über Gefühle.

Das intensive Wiedererleben der schmerzlichen „alten“, Gefühle, der Primärgefühle, ist aus folgendem Grunde wichtig: Wenn ein Mensch einer bedrohlichen Situation ausgesetzt ist, die mit unerträglichen Gefühlen einhergeht, dann wird von ihm eine extreme Anpassungsleistung gefordert. Ist der betroffene Mensch zu jung oder fehlt es ihm an Schutz und Geborgenheit, dann wird der Gefühlsprozess abgebrochen und das Gefühl wird zum sogenannten Primärgefühl.



„Schmerz der nicht spricht, erstickt das volle Herz und macht es brechen.“
(Shakespeare, Macbeth)

Auf diese Weise kann die unmittelbare Not für Organismus und Seele gelindert werden. In der Folge entwickeln sich jedoch Schutzmechanismen - beispielsweise in Form von dauerhaften, charakterbildenden Gefühlszuständen (Sekundärgefühle), körperlichen Schmerzen und Verhaltensweisen in Beziehungen. Auf diese Weise bleibt das Schmerzhafte des Primärgefühls dauerhaft gebannt.

Diese Schutzmechanismen sind es, die vordergründig die Probleme im Leben darstellen. Als Beispiele seien hier angeführt: Suchtverhalten, Beziehungsunfähigkeit oder Gefühlskälte. Tatsächlich sind diese Probleme aber eine Folge des damals abgebrochenen Gefühlsprozesses. Deshalb lassen sich die Probleme lösen, wenn der Mensch im geschützten und Geborgenheit bietenden Rahmen einer

Therapie die Chance bekommt, seinen schmerzhaften Primärgefühlen so gegenüberzutreten, dass der damals abgebrochene Gefühlsprozess zu Ende geführt werden kann.

Die **Integrative Primärtherapie** ist eine Weiterentwicklung der Janov'schen Primärtherapie. Der Schwerpunkt liegt bei ihr nicht mehr auf kathartischen „Durchbrüchen“. Die Arbeit mit Gefühlen ist sehr viel **differenzierter und gegenwartsbezogener** geworden. Es wird verstärkt darauf geachtet, dass es nicht nur bei dem Wiedererleben des Primärgefühls bleibt, sondern dass solche **Erfahrungen** auch durch Gespräche und Einüben von Verhaltensweisen **in den Alltag** integriert werden können.

Darüber hinaus findet die Beziehung zwischen TherapeutIn und KlientIn eine angemessene Beachtung. Die sogenannten



Was können Sie in der Ausbildung lernen?

„neurotischen Fehlhaltungen“ werden als Überlebensstrategien für unerträgliche Situationen respektiert und können durch den neu gewonnenen Zugang zu den Gefühlen transformiert werden.

Was können Sie in der Ausbildung lernen?

Neben der bereits angedeuteten Entwicklung der eigenen therapeutischen Persönlichkeit werden Ihnen im Wesentlichen zwei Kompetenzen vermittelt: Die eine betrifft den Umgang mit Primärgefühlen, die andere den **Umgang mit intensiven, aktuellen Gefühlen**. Sie werden lernen, Gefühle als Gefühlsprozesse zu begreifen, die einen Anfang und ein Ende haben. Mit diesem Wissen wächst die Bereitschaft, Gefühle gewähren zu lassen, es wächst aber

auch die Fähigkeit, Gefühle zu kontrollieren, wenn die Umstände es erfordern. Sie lernen Zusammenhänge zu erkennen, wenn intensive Gefühle anderer Personen auch bei Ihnen selbst intensive Gefühle auslösen; Sie können unterscheiden, ob es sich um Mitgefühl, eigene aktuelle oder eigene „alte“ Gefühle handelt und wie jeweils damit umzugehen ist.

Für Menschen, die im **sozialen Bereich** arbeiten, ergibt sich daraus die Möglichkeit, in stark emotionalisierten Situationen den zu begleitenden Personen oder deren Angehörigen einen hilfreichen **Halt zu geben**, ohne dass dies kräftezehrend oder unangenehm sein muss. Der berufliche Alltag bietet oft nur wenig zeitlichen Spielraum, um sich emotional intensiven Situationen umfassend zu widmen.



„Die Träne ist die Sprache der Seele und die Stimme des Gefühls.“
(Pananti)

Mit dem primärtherapeutischen Wissen sind Sie aber in der Lage, auch in kurzen Begegnungen die Gefühle anzuerkennen und gemeinsam mit der KlientIn die Situation so abzurunden, dass es für alle Beteiligten annehmbar ist.


Darüber hinaus lernen Sie Übertragungs- und Gegenübertragungsphänomene zu erkennen und grundsätzlich einen gesunden und liebevollen Umgang mit den eigenen Gefühlen zu entwickeln, so dass emotionale Verstrickungen und **Burn-out-Probleme** ganz anders als bisher angegangen werden können.

Die angesprochenen Fähigkeiten sind auch für Menschen wichtig, die im **psychotherapeutischen Bereich** tätig sind oder sein wollen. Vor allem aber werden Sie in

dieser Ausbildung natürlich lernen, wie man **primärtherapeutische Prozesse** leitet, d.h. wie man Klienten dabei begleitet, abgebrochene Primärprozesse zu Ende zu führen, und wie man die oben genannten **Kompetenzen** für einen gesunden Umgang mit den Gefühlen **weitervermittelt**.

Neben der primärtherapeutischen Selbsterfahrung und Methodik werden Sie auch die Reflexion von Haltungen und Arbeitsweisen in der Arbeit als TherapeutIn üben können, wobei auch hier gilt: Theoretische Inhalte sollen persönlich erfahrbar gemacht werden und Selbsterfahrung theoretisch fundiert werden.

Ein wichtiger Wesenszug der Integrativen Primärtherapie ist, dass **verschiedene** therapeutische und berate-




rische **Ansätze und Methoden** ergänzend herangezogen werden. Dementsprechend werden in dieser Ausbildung auch Seminare zu den Themen Prozessorientierte Arbeit, Organismische Körperpsychotherapie und Systemische Aufstellungsarbeit stattfinden.

Darüber hinaus gibt es Seminare zu den Themen Beziehung, Widerstand und Abwehr, Übertragung und Gegenübertragung, Anamnese und Auftragsklärung, Diagnostik und Methodik, Krisenintervention sowie ein Fallseminar.

Die Aus- und Weiterbildung erstreckt sich berufsbegleitend über vier Jahre. Die Seminarblöcke umfassen jeweils zweieinhalb bzw. vier Tage.

Detailliertere Informationen zu Ausbildungsinhalten, Ausbildungsstruktur, Dauer und Kosten finden Sie im Curriculum, welches Sie auf Anfrage erhalten. Die auszubildenden Therapeuten sind Mitglieder der GIPT e.V. (Gesellschaft für Integrative Primärtherapie).



Die Therapeuten...

Christian Hamann

*1963, Diplom-Sozialpädagoge und Integrativer Primärtherapeut, ein Sohn.

Studium in Berlin, Ausbildung in Integrativer Primärtherapie bei Jürgen Kugele und Ingrid Hering, Fortbildung in prozessorientierter Männerarbeit.

Psychotherapeutische Arbeit als Primärtherapeut in eigener Praxis seit 1992, 10jährige Praxiserfahrung in verschiedenen Bereichen sozialer Arbeit (ASD, Kiga, Krankenhaus, Beratungsstelle). Seit 1995 Dozent und Trainer in der Erwachsenenbildung, seit 1996 Ausbilder in psychotherapeutischen Verfahren für die Freie Kulturschule Karlsruhe (Integrative Kunsttherapie).



Systemisch orientierte Teamentwicklung und Supervision im Non-Profitbereich seit 1998, seit 2000 Praxis für Paar- und Familientherapie.

Christian Hamann

Praxis: Westbahnstr.5, 76829 Landau

Tel.: 0 63 41-28 31 11

Email: chrihamann@web.de



Susann Beecken



*1954. Ich arbeite seit 1986 als Heilpraktikerin und klassische Homöopathin in eigener Praxis und als Yoga-Lehrerin. Ich bin Integrative Primärtherapeutin seit 1994 (Ausbildung bei Ingrid Hering und Laszlo Mattyasovszky) und biete Einzel- und Gruppentherapien an.

1998 Abschluss der Zusatzausbildung in Systemisch-Phänomenologischer Familientherapie bei Laszlo Mattyasovszky. Weitere Fortbildungen in NLP, Hypnotherapie und in körpertherapeutischen Methoden.

Die Methoden „Integrative Primärtherapie“ und „Systemisch-Phänomenologische Familientherapie“ sind die Säulen meiner Arbeit, doch halte ich nicht dogmatisch

an diesen Methoden fest, sondern nehme zielführende

Anregungen auf und arbeite mit einem persönlichen Ansatz, der sich aus Gelerntem, Selbst-Entdecktem und Erfahrenem speist.

Susann Beecken

Praxis: Barnerstr. 30, 22765 Hamburg

Tel.: 0 40 - 44 91 60

Email: SusannBeecken@web.de

Homepage: www.primaertherapie-hamburg.de



Anita Timpe

*1964, Integrative Primärtherapeutin, Heilpraktikerin und Diplom-Sozialpädagogin. Von 1990–92 absolvierte ich die Ausbildung in Integrativer Primärtherapie bei Jürgen Kugele und Heide Drücke. Seit 1991 arbeite ich in eigener Praxis und biete Einzeltherapien an sowie Gruppentherapien zu verschiedenen Themen, wie z.B. „Sexuelle Heilung“ oder „Wohin mit der Wut?“.

Neben anderen körpertherapeutischen Fortbildungen wie z.B. in Seinsorientierter Körpertherapie, machte ich von 2000-2003 eine Ausbildung in Organismischer Körperpsychotherapie bei Malcolm und Katherine Brown (M. Brown: „Die Heilende Berührung“).

In meiner Arbeit lege ich Wert auf eine Verbindung zwischen Integrativer Primärtherapie und Körperpsychotherapie.

Als Diplom-Sozialpädagogin habe ich viele Jahre lang therapeutische Gruppen mit verhaltensauffälligen Jugendlichen geleitet.

Anita Timpe

Praxis: Hornstraße 2, 10963 Berlin

Tel.: 0 30-25 29 78 70 oder 0 30-2 17 26 03

Email: AnitaTimpe@web.de

Homepage: www.iptb.de

Werner Münzenmayer

*1966, Erzieher, Heilpraktiker, Integrativer Primärtherapeut, verheiratet, 2 Kinder. Ausbildung in IPT bei Ingrid Hering und Laszlo Mattyasovszky. Arbeit in eigener Praxis seit 1992.

Fortlaufende Therapiegruppen in Hamburg mit Susann Beecken, Ausbilder für Psychotherapeutische Verfahren für die Freie Kulturschule Karlsruhe (Integrative Kunsttherapie) seit 1998.

Freiberufliche Mitarbeit bei der „Mut zur Zukunft“ Kinder und Jugendhilfe GmbH mit besonders verhaltensorientierten Jugendlichen seit 1997. Fortbildungen in Yoga,



prozessorientierter Männerarbeit, Anti-Gewalt-Training, for(ju:)© -Boxinstruktor.

Werner Münzenmayer
Praxis Glockengasse 6
74523 Schwäbisch Hall
Tel.: 07 91-9 46 65 26
Email: muenzenmayer@debitel.net



Detailliertere Informationen zu Ausbildungsinhalten, Ausbildungsstruktur, Dauer und Kosten finden Sie im Curriculum, welches Sie auf Anfrage erhalten.

Christian Hamann

Tel.: 0 63 41-28 31 11

Email: chrihamann@web.de

Susann Beecken

Tel.: 0 40 - 44 91 60

Email: SusannBeecken@web.de

Anita Timpe

Tel.: 0 30-25 29 78 70 oder 0 30-2 17 26 03

Email: AnitaTimpe@web.de

Werner Münzenmayer

Tel.: 07 91-9 46 65 26

Email: muenzenmayer@debitel.net

