

VERKÖRPERTE SCHEMATHERAPIE

Verkörperte Schematherapie ist ein Ansatz. In der spontanen Bewegung unter Anleitung lässt sich die konstruktive Auseinandersetzung mit den eigenen Schemata und Modi vertiefen und auf motorischer Ebene reflektieren. Es gibt Raum, um aktiv Handlungsalternativen zu experimentieren, zu entdecken und gezielt Neuerfahrungen aufzusuchen. Die eigene Bewegungshandlung und das persönliche Erleben stehen im Vordergrund.

ZIELGRUPPE & VORAUSSETZUNGEN

Das Angebot richtet sich grundsätzlich an alle Patienten/-innen, die auch an der stationären Schematherapie teilnehmen. Das therapeutischen Eingehen auf die Bedürfnisse der Teilnehmenden steht im Vordergrund der Behandlung. Patienten/-innen, die ihren Körper und/oder ihre Handlungen als nicht zu sich selbst gehörend empfinden, die Schwierigkeiten hinsichtlich ihrer Impuls-, Emotions- oder Spannungsregulation haben, die den Zugang zur Körper-, Beziehungs- und Selbstwahrnehmung fördern wollen.

INDIKATIONEN

1. Stärken des gesunden Erwachsenen-Modus
2. Entmachtung dysfunktionaler Anteile des Eltern-Modus üben
3. Gelingende Differenzierung im Erleben von Eltern-Modus und Erwachsenen-Modus
4. Aufmerksamkeit für den Kind-Modus fördern
5. Gesteigerte Selbstwirksamkeit und verbesserte Selbstfürsorge erreichen
6. Bearbeiten von konflikthafter Verkörperungen bzgl. Schema

VORGEHEN

Phase 1: Ankommen

Phase 2: Einführung und Bearbeitung

Phase 3: Fazit finden

Reflektierende Gespräche begleiten den Prozess

Eduard Martin Colomer

Tanz- und Bewegungstherapeut in der Privatklinik Clenia Schlössli AG

Supervisor & Coach mit Sitz in Zürich