

Robert Behner & Patricia Graul

Grenzen (er-)leben

Teil 1 - Grundlagen

*Eine theoretisch-wissenschaftlich und ganzheitlich-
erlebend ausgerichtete Fortbildung mit
ressourcenaktivierender und praxisbezogener
Ausrichtung.*

INFORMATIONEN ZUR ZWEITÄTIGEN FORTBILDUNG

Inhaltsverzeichnis

Einleitung.....	2
Was Sie an Interessen für diese Fortbildung mitbringen sollten	3
Themen in Teil 1: Grenzen (er-)leben.....	4
In diesem ersten Teil werden wir uns mit folgenden Themen befassen	4
Sie lernen.....	4
Zielgruppe und Anwendungsfeld	5
Wichtige formale Eckdaten zur Fortbildung im Überblick	6
Fortbildungstermin.....	6
Fortbildungsgebühr, Fortbildungspunkte & Anmeldung	6
Fortbildungsort und Anreise	8
Die Dozenten	9
Robert Behner	9
Patricia Graul.....	9

Fortbildung: Grenzen (er-)leben¹

Eine theoretisch-wissenschaftlich und ganzheitlich-erlebend ausgerichtete Fortbildung mit ressourcenaktivierender und praxisbezogener Ausrichtung.

Stand: 28. August 2023

Einleitung

Ganz gleich welcher psychotherapeutischen Schule oder Richtung sich ein Psychotherapeut zugehörig fühlt, eines haben sie als übergeordnetes Ziel gemeinsam: sie stellen einen Raum und eine Beziehung zur Verfügung, in dem sich Patienten/ Klienten erforschen, erleben und erfahren können. Dabei soll über neue Erlebnisse und Erfahrungen Veränderung und Entwicklung auf Seiten der Patienten/ Klienten stattfinden.

Ursprünglich in der Psychoanalyse fußend und dort auch stark mit dem Körperlichen verbunden hat das Thema der *Grenzen* die Psychotherapie von Freud an beschäftigt. Zahlreiche theoretische Abhandlungen widmen sich dieser Thematik. Dermatologen haben die Psychosomatische Dermatologie entwickelt. Psychotherapeuten verschiedenster Schulen entwarfen diverse Interventionen und erprobten diese in ihrer praktischen Tätigkeit.

Medizin und Psychotherapie haben in gewissen Schulen und Anwendungsfeldern einander beeinflusst, als Beispiel sei *das Haut-Ich* von Anzieu genannt. Dieses vielseitige Interesse spiegelt deutlich wider, wie häufig und regelmäßig das Thema Grenzen ein Anliegen in der Psychotherapie darstellt. Denn, manchen unserer Patienten/ Klienten wird es erst im Verlauf der Behandlung greifbar, andere lernen überhaupt erst in der Psychotherapie, dass es Grenzen gibt und wieder andere kommen bereits schon zu Anfang einer Behandlung mit dem Wunsch sich mehr abgrenzen zu wollen.

Die Fachliteratur und der bisherige Fundus zu dieser Thematik sind definitiv vielseitig und haben unser Interesse geweckt und zur Konzeption dieser Fortbildung motiviert. Viele Interventionen und Methoden existieren nebeneinander, die an und für sich hervorragend kombiniert werden können und deren Kombination in der Praxis an und für sich auf der Hand liegt und dennoch selten stattfindet.

Im Rahmen dieser Fortbildung lernen sie neue Konzepte und praxistaugliche Übungen kennen, und zu verstehen und können sie in der Selbsterfahrung erleben und erfahren. Das Thema Grenzen soll hier ganzheitlich erarbeitet und erlebt werden, basierend auf dem, was wissenschaftlicher Konsens ist. Dazu werden in einem ganzheitlichen Format Befunde aus der Biologie, Medizin, Psychologie und anderen sich überlappenden Disziplinen zusammengebracht und in die Praxis überführt. Sie werden

¹ Konzipiert von: Dipl. Psych. Dipl. Päd. Robert Behner & M. Sc. Psychologin Patricia Graul, Psychologische Psychotherapeuten
„Grenzen (er-)leben“ eine Fortbildung konzipiert von
Dipl. Psych. Dipl. Päd. Robert Behner & M. Sc. Psychologin Patricia Graul
Psychologische Psychotherapeuten

mit Methoden kombiniert, die den Menschen bzw. sein psychisch-körperliches System ganzheitlich bei der Arbeit zu Grenzen einbeziehen (möglichst viele Ebenen des Menschlichen ansprechend: körperlich, kognitiv, emotional, behavioral, spirituell).

Die Vermittlung des Fortbildungsinhaltes findet dabei ebenfalls als ganzheitliches Lernen statt und wird methodisch und didaktisch aufbereitet und prozessorientiert vermittelt. Gearbeitet wird in einem wertschätzenden, das Individuum und seine Einzigartigkeit in den Vordergrund stellenden Rahmen, der Raum gibt, um die eigenen inneren Prozess im Sinne verschiedener Methoden und Verfahren zu erforschen (z. B. Focusing nach Gendlin, Psychoanalyse, Verhaltenstherapie, Systemisch, Körperpsychotherapie,...). Gleichzeitig wird darauf geachtet, dass das große Ganze und die diversen Systeme, in denen wir uns bewegen nicht außer Acht gelassen werden. So soll sowohl unserer Einzigartigkeit als auch unserer gegenseitigen Verbundenheit als Menschen miteinander und mit etwas Höherem (Spirituellen) Rechnung getragen werden. Dies im Hinblick auf die vermittelten Inhalte, das neu erworbene (Handlungs-) wissen, das Erleben und die Lernatmosphäre im Hier und Jetzt dieser Fortbildung.

Was Sie an Interessen für diese Fortbildung mitbringen sollten

- ❖ Die Lust und Freude daran sich zu spüren und zu erforschen.
- ❖ Freude an erlebensbezogener Fortbildung, die Teilnehmer aktiv mit einbezieht als auch Freude darin derart mit anderen Menschen zu arbeiten.
- ❖ Freude daran körperliche Präsenz, Klarheit und Neuentdeckungen zu erleben.
- ❖ Interesse und Spaß an integrativem und ganzheitlichem Denken, Handeln, Arbeiten und Leben.
- ❖ Neugier dafür all diese Komponenten mit der Wissenschaft zusammen zu bringen und so ein ineinandergreifendes Lernen zur beruflichen und persönlichen Weiterentwicklung zu zulassen.
- ❖ Freude an aktivem, selbsterforschendem und übendem Fortbilden.

Themen in Teil 1: Grenzen (er-)leben

Das Thema Grenzen ist ein sehr umfangreiches Thema und es entsteht gerade eine ganze Reihe an Zweitages-Fortbildungen. Die Wochenenden können unabhängig voneinander gebucht und besucht werden.

In diesem ersten Teil werden wir uns mit folgenden Themen befassen

- ❖ Übersicht über den Stand der wissenschaftlichen Forschung.
- ❖ Übersicht über verschiedene theoretische und praktische Ansätze.
- ❖ Differenzierung von diversen Arten von Grenzen.
- ❖ Determinanten und Konsequenzen von Grenzen und Grenzinterventionen.
- ❖ Grenzen der Grenzinterventionen, Indikationen und Kontraindikationen.
- ❖ Bewusster Fokus liegt in diesem Teil darauf das Erleben und Etablieren „gesunder Grenzen“ und noch nicht auf psychopathologischen Aspekten und Bezügen (lösungs- und ressourcenorientiert, statt problemlöseorientiert).
- ❖ Entwicklungspsychologische Aspekte unserer Grenzen und Grenzfähigkeit als Mensch.
- ❖ Was haben Grenzen, Kontakt, Individualität, Abhängigkeit, Verschmelzung und Containment miteinander zu tun?

Sie lernen

- ❖ Ganzheitliche Möglichkeiten zur Intervention (körperlich-geistig-emotional).
- ❖ Das spezifische Grenzthema bei Klienten und auch bei sich selbst präziser zu erkennen und dadurch abgestimmter hieran zu arbeiten.
- ❖ Grenzen aufzubauen und zu entwickeln.
- ❖ Wie sich Grenzen aktivieren lassen.
- ❖ Menschen bei ihrem körperlichen und innerlichen Prozess und der Rekonsolidierung von emotionalen Erfahrungen im Hinblick auf das Thema Grenzen zu begleiten.
- ❖ Grenzen situationsbezogen zu leben und Menschen darin zu unterstützen diese ebenfalls zu tun.
- ❖ Zusammenhänge von körperlichen Strukturen (z. B. Muskeln, Nervensystem) und Grenzsetzungsfähigkeit sowie Interventionen für die Arbeit mit anderen Menschen.

Zielgruppe und Anwendungsfeld

- ❖ Die Fortbildung ist offen für alle Personen mit privatem oder/ und beruflichem Interesse.
- ❖ Vermittelt werden Praxis und Theorie.
- ❖ Gearbeitet wird mit einer Vielzahl von Übungen und Erfahrungsmöglichkeiten im Hinblick auf das Fortbildungsthema. Sowohl in der Rolle als Erlebender als auch in der Rolle als Begleitender.
- ❖ Die neu erlernten Kompetenzen lassen sich in vielen Berufsfeldern anwenden. Selbstverständlich insbesondere dort, wo wir uns Veränderungen hinsichtlich komplexer Situationen, Interaktionen und Beziehungen wünschen. Um einige Beispiele zu benennen: psychosoziale Berufe, (psycho-) therapeutische Berufe, medizinische Berufe, kreative Berufe, Leitungs- und Führungskräfte.
- ❖ Die vorgestellte Arbeitsweise kann in verschiedene Arbeitsprozess integriert werden und birgt ein hohes Potential hinsichtlich Klarheit, Kreativität, Effizienz, Leichtigkeit, Präsenz und Körperbewusstheit im eigenen Leben.

Sollten Sie Unsicherheiten erleben, ob die Fortbildung für Sie persönlich und/ oder Ihr Arbeitsfeld passend sein könnte, so können Sie uns gerne innerhalb der telefonischen Sprechzeit kontaktieren und wir bemühen uns Ihre Fragen und Bedenken möglichst zu beantworten. Die telefonische Erreichbarkeit finden Sie weiter unten.

Wichtige formale Eckdaten zur Fortbildung im Überblick

Nachfolgend finden Sie alle Informationen über den Fortbildungstermin, die zeitliche Einteilung, die Fortbildungsgebühr, das Anmeldeprozedere sowie die fortbildungsleitenden Dozenten.

Fortbildungstermin

Samstag, 06.07.24	10.00-13.00 Uhr	Vormittagsblock
	13.00-15.00 Uhr	Mittagsruhe zur eigenen achtsamen & bedürfnisorientierten Gestaltung.
	15.00-17.30 Uhr	Nachmittagsblock
Sonntag, 07.07.24	10.00-13.00 Uhr	Vormittagsblock
	13.00-15.00 Uhr	Mittagsruhe zur eigenen achtsamen & bedürfnisorientierten Gestaltung.
	15.00-17.30 Uhr	Nachmittagsblock
<p><i>Dies entspricht circa 6 Unterrichtseinheiten zu 45 Minuten pro Fortbildungstag. Der Unterricht wird prozessorientiert gestaltet und auf Pausen geachtet, um die erlebten Inhalte auch etwas nachwirken lassen zu können bevor es wieder weiter geht.</i></p>		

Fortbildungsgebühr, Fortbildungspunkte & Anmeldung

Fortbildungsgebühr	Regulärer Preis	350,-€
	Reduzierter Preis für Mitglieder der Landespsychotherapeutenkammer RLP, der DPTV, GwG, bvvp, ABP,	300,-€
	Preis für PiAs, Studierende (Bodydynamic), Auszubildende (z. B. Erzieher), Rentner	250,-€
<p><i>In der Gebühr enthalten sind das Fortbildungsskript (inkl. Literaturverzeichnis) sowie Getränke und Snacks. Übernachtungsmöglichkeiten sind nicht im Preis enthalten und werden auch nicht vermittelt.</i></p> <p><i>In der näheren Umgebung sollten zahlreiche Ferienwohnungen und Übernachtungsangeboten vorhanden sein, da Trier – die Stadt der Römer - ein beliebtes Reiseziel darstellt.</i></p>		

Fortbildungspunkte für LPK-Mitglieder	Die Fortbildung wurde erstmals in Staudernheim, RLP, Deutschland durchgeführt und dort von der Landespsychotherapeutenkammer mit sogenannten Fortbildungspunkten versehen. Bei der LPK RLP wurde ein Antrag auf Erteilung von Fortbildungspunkten für dieses Wochenende gestellt und die Bewilligung steht noch aus. Aktuelle Informationen finden Sie auf der Homepage.
Anmeldung	Bitte laden Sie das Anmeldeformular auf der Homepage herunter und schicken dieses ausgefüllt und unterschrieben als Scan per E-Mail oder auf dem Postweg zu.
E-Mail-Adresse zum Zusenden des Anmeldeformulars	Patricia Graul: graul@panambi.de
Anschrift zur Zusendung der Anmeldung auf dem Postweg	Postanschrift für die Anmeldungen: Patricia Graul Eckweiler Str. 4 55566 Bad Sobernheim
Telefonische Erreichbarkeit für Fragen	Bitte rufen Sie für Fragen innerhalb der telefonischen Sprechzeiten an. Da ich psychotherapeutisch tätig bin, ist es mir nicht möglich das Telefon durchgängig entgegen zu nehmen. Die aktuellen telefonischen Erreichbarkeiten finden Sie unter: www.panambi.de
<i>Die Anmeldebedingungen und Erläuterungen zur Anmeldung finden Sie ebenfalls im Anmeldeformular.</i>	

Fortbildungsort und Anreise

Fortbildungsort	Die Fortbildung findet in 54296 Trier in den Räumlichkeiten des Treff am Weidengraben e. V. statt. Die genaue Anschrift lautet: Treff am Weidengraben e. V. Im Weidengraben 31A 54296 Trier
Parken	Der Raum befindet sich im Wohngebiet Im Weidengraben in Trier. Die Parkmöglichkeiten sind ausgeschildert und können gemäß der Beschilderung genutzt werden.
Anreise	Trier ist mit dem Auto, dem Zug und per Flug erreichbar. Zur Anreise <u>mit dem Zug</u> empfehlen wir die Anreise über Saarbrücken, Luxemburg oder Koblenz. Zur <u>Anreise mit dem Flugzeug</u> können der aus dem In- und Ausland die Flughäfen Luxemburg, Frankfurt-Hahn & Frankfurt International Airport genutzt werden.

Die Dozenten

Die Fortbildungstage werden im Team von Robert Behner und Patricia Graul gehalten. Die Teilnehmer werden aktiv in den Unterricht mit einbezogen und hierbei auch von den Dozenten begleitet.

Robert Behner



Robert Behner ist Diplom-Psychologe und Diplom-Pädagoge (Schwerpunkt Erwachsenenbildung). Er ist Psychologischer Psychotherapeut mit Fachkunde in Verhaltenstherapie und in eigener kassenärztlichen Praxis in Trier & Konz psychotherapeutisch tätig. Darüber hinaus ist er in Personenzentrierte Psychotherapie nach C. Rogers, Focusing-Therapeut sowie in diversen körperpsychotherapeutischen Ansätzen und Methoden ausgebildet. Hierunter zum Beispiel Autogenes Training (Oberstufe), Somatic Experiencing nach Peter Levine, Bodydynamic nach Lisbeth Marcher², ISP, NARM, EFT, Brainspotting und vielen mehr ausgebildet. Robert Behner arbeitete zusätzlich zu seiner praktischen Tätigkeit als Psychotherapeut auch 10 Jahre lang in der wissenschaftlichen Forschung. Neben seiner Lehrtätigkeit ist er zudem Lehrtherapeut und Lehrsupervisor für die GwG und mehrere Ausbildungsinstitute in Deutschland.

Patricia Graul



Patricia Graul hat zunächst Sprachen studiert und danach ihr Psychologiestudium mit dem Abschluss des Master of Science absolviert. Sie ist Psychologische Psychotherapeutin mit der Fachkunde für Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie und in eigener kassenärztlicher Praxis in Konz sowie in Bad Sobernheim tätig. Sie ist zusätzlich in anderen psychotherapeutischen Verfahren und Methoden ausgebildet. Hierunter Bodydynamic, Somatic Experiencing, Somatic Attachment Training, Systemische Methoden und Focusing. Sie war zehn Jahre lang in der vollstationären Jugendhilfe als Gruppenmitarbeiterin, Koordinatorin sowie bis heute als Supervisorin tätig. Zusätzlich unterrichtet und konzipiert sie Fortbildungen und bietet (körper-)psychotherapeutische Supervision an. Neben ihrer Lehrtätigkeit ist sie Lehrtherapeutin und -supervisorin für Bodydynamic.

Wir freuen uns Sie in unseren Fortbildungen zu begrüßen & kennen zu lernen sowie mit Ihnen gemeinsam die Themen ganzheitlich, kollegial-lernend zu erleben & zu erforschen!

Robert Behner & Patricia Graul

² Bodydynamic ist ein aus Dänemark stammendes körperpsychotherapeutisches Verfahren, welches von der Europäischen Körperpsychotherapievereinigung (EABP) als wissenschaftliches Verfahren der Körperpsychotherapie anerkannt wurde. Die volle Ausbildung wird in Deutschland erst seit wenigen Jahren angeboten.
„Grenzen (er-)leben“ eine Fortbildung konzipiert von
Dipl. Psych. Dipl. Päd. Robert Behner & M. Sc. Psychologin Patricia Graul
Psychologische Psychotherapeuten