

# Psychotherapie HeilprG

## Gestalttherapie

## Traumatherapie

Berufsfeldorientierung

Universität zu Lübeck

Fachschaft Psychologie

# Psychotherapie

**Psychotherapie** ist jede **Behandlung** von psychischen und körperlichen Störungen und Erkrankungen mit **psychologischen Mitteln**.

## Heilerlaubnis

- Approbation
- Heilpraktikergesetz (HeilprG)

# Psychotherapie HeilprG

Rechtliche Grundlage zur Ausübung der  
**Psychotherapie ohne Approbation**

- **Gesetz über die berufsmäßige Ausübung der Heilkunde ohne Bestallung** (Heilpraktikergesetz, HeilprG)
- **Erste Durchführungsverordnung zum Gesetz über die berufsmäßige Ausübung der Heilkunde ohne Bestallung** (DVO)

# Heilpraktikergesetz (HeilprG)

## HeilprG § 1

- (1) Wer die Heilkunde, ohne als Arzt bestellt zu sein, ausüben will, bedarf dazu der **Erlaubnis**.
- (2) Ausübung der **Heilkunde** im Sinne dieses Gesetzes ist jede berufs- oder gewerbsmäßig vorgenommene Tätigkeit zur **Feststellung, Heilung oder Linderung von Krankheiten, Leiden oder Körperschäden** bei Menschen, auch wenn sie im Dienste von anderen ausgeübt wird.

## HeilprG § 5

- Wer, ohne zur Ausübung des ärztlichen Berufs berechtigt zu sein und ohne eine Erlaubnis nach § 1 zu besitzen, die Heilkunde ausübt, wird mit **Freiheitsstrafe** bis zu einem Jahr oder mit **Geldstrafe** bestraft.

# Gesetz über die berufsmäßige Ausübung der Heilkunde ohne Bestallung (DVO)

## DVO § 2

- Vollendung des 25. Lebensjahres
- Abgeschlossene Hauptschulbildung
- Deutsche Staatsangehörigkeit
- „Sittliche Zuverlässigkeit“ (Polizeiliches Führungszeugnis)
- Gesundheitliche Eignung (Ärztliches Attest)
- Nachweis anlässlich einer **Überprüfung** der Kenntnisse und Fähigkeiten des Antragstellers durch das Gesundheitsamt, dass die Ausübung der Heilkunde **keine Gefahr für die Volksgesundheit** bedeuten würde

# Psychotherapie HeilprG

## Verfahren zur Erlangung einer Heilerlaubnis

- Prüfungsordnungen sind Ländersache
- Überprüfung durch das zuständige Gesundheitsamt
- Inhalte der amtsärztlichen Überprüfung
  - Psychopathologie
  - Diagnostik psychischer Störungen gemäß ICD-10
  - Anamnese
  - Indikation psychotherapeutischer Verfahren
  - Krisenintervention
  - Psychiatrische Notfälle
  - Psychopharmakologie
  - Gesetzeskunde

# HeilpraktikerIn beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie

- kein Nachweis einer abgeschlossenen Ausbildung in einem Psychotherapieverfahren erforderlich
- **Das Heilpraktikergesetz erlaubt die erwerbsmäßige Ausübung der Psychotherapie ohne jede psychotherapeutischen Qualifikation.**

# HeilpraktikerIn beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie

## HeilpraktikerInnen für Psychotherapie

- sind frei in der Wahl des angewandten Psychotherapieverfahren
- unterliegen keiner Verpflichtung, Daten an die Krankenkasse zu übermitteln
- keine Beschränkung auf eine maximale Anzahl von Therapiestunden
- private Abrechnung (SelbstzahlerInnen)
- unter bestimmten Umständen kann eine Kostenübernahme für eine Psychotherapie HeilprG bei anderen Leistungsträgern beantragt werden (OEG, Fonds Sexueller Missbrauch)

# HeilpraktikerIn für Psychotherapie

## Tätigkeitsfelder

- Psychologische Beratung - Psychosoziales Coaching - Berufliches Coaching – Persönlichkeitsentwicklung, etc.
  - Belastungssituationen im alltäglichen Leben mit seelischen Beeinträchtigungen ohne Krankheitswert
- Psychotherapie psychischer Störungen nach IDC-10
  - Behandlung komplexer Störungsbilder mit ausgeprägter Symptomatik (Traumafolgestörungen, Sucht, Essstörungen, Persönlichkeitsstörungen, u.a.)

# HeilpraktikerIn für Psychotherapie

**Grundausbildung in einem Psychotherapieverfahren** (minimale Stundenanzahl)

- **Berufsverband der Therapeuten für Psychotherapie nach dem Heilpraktikergesetz (BVP)**
  - mind. 300 Stunden
- **Verband Freier Psychotherapeuten, Heilpraktiker für Psychotherapie (VFP)**
  - mind. 310 Stunden
- **Berufsverband Akademischer Psychotherapeuten (BAPT)**
  - mind. 1.400 Stunden
- **Deutscher Dachverband für Psychotherapie (DVP)**
  - mind. 1.400 Stunden
- **Europäisches Zertifikat für Psychotherapie (ECP)**
  - mind. 1.400 Stunden

**Arbeitskreis HP-Psychotherapie Lübeck**  
[psychotherapie-heilprg-luebeck.de](http://psychotherapie-heilprg-luebeck.de)

# Gestalttherapie



Geschichtliches

Konzepte

Methoden

Körperorientierte Gestalttherapie

# Gestalttherapie

## Geschichtliches

- **Fritz und Laura Perls** begründeten die Gestalttherapie in den 1940er Jahren.
- Das herrschende **Wertesystem** von **Gut/Böse** und **Richtig/Falsch** lehnen sie ab.
- Perls nimmt Abstand von der **psychoanalytischen Deutung**. Er betrachtet die **Deutung als autoritäres Instrument** des Analytikers, das die KlientIn in eine passive und untergeordnete Rolle zwingt.
- Nach Ansicht Perls entsteht Krankheit durch **Vermeidung** von Affekten.  
„**Offene Gestalten**“ (unfinished business), z.B. unbewältigte Erlebnisse, behindern die weitere Entwicklung. Bei starker Ausprägung dieser Hemmung (Blockade) verliert der Mensch den **Kontakt** zu sich selbst und zu anderen.
- Gestalttherapie fördert diesen Kontakt und setzt damit die **Selbstregulation** wieder in Gang.

# Gestalttherapie

## Gestalttherapie

- gehört zu den **humanistischen** Psychotherapieverfahren
- ist ein **erfahrungsorientiertes** Psychotherapieverfahren
- betrachtet psychische Störungen als **kreative Leistung** der Seele, überfordernde oder unerträgliche Lebenssituationen zu meistern
- unterstützt die **Bewusstwerdung** von inneren Prozessen
- beruht auf einem **ganzheitlich-integrativen** Ansatz
- fördert Wachstumsmöglichkeiten im **Hier und Jetzt**

# Gestalttherapie

## Konzepte (1)

- **Prinzip der Ganzheitlichkeit**
  - Körper, Seele und Geist sind eine Einheit, deren „Teile“ nicht isoliert voneinander betrachtet, sondern in ihrem Zusammenwirken gesehen werden. Das soziale, gesellschaftliche, kulturelle Umfeld, in dem ein Mensch lebt, gehört ebenfalls zur ganzheitlichen Betrachtung und wird berücksichtigt.
- **Hier-und-Jetzt-Prinzip**
  - Unmittelbar erlebbar ist nur die Gegenwart. Nur in diesem Augenblick - Hier und Jetzt - kann Veränderung stattfinden.
- **Awareness**
  - Das Prinzip der inneren Achtsamkeit steht für „sich etwas bewusst machen“, „sich gewahr sein“, „etwas bemerken“, „etwas erkennen“ und „sich für etwas öffnen und bewusst Aufmerksamkeit schenken“.
- **Prinzip der Selbstregulation**
  - Jeder Organismus strebt danach, im Gleichgewicht zu sein. Fehlt etwas, so entsteht ein Bedürfnis nach dem Fehlenden.
- **Prinzip der Selbstverantwortung**
  - Es kann Einfluss genommen werden. Menschen tragen das, was für Selbstverwirklichung, für emotionales, körperliches und soziales Gleichgewicht nötig ist, bereits in sich.
- **Figur-Grund-Prinzip**
  - Die menschliche Wahrnehmung ordnet in Figur und Grund bzw. in Vordergrund und Hintergrund. Die „Figur“ ist dabei das, was sich als möglichst begrenzter und geordneter Bereich von einem ungeordneten Hintergrund abgebt und sichtbar wird.

# Gestalttherapie

## Konzepte (2)

### Offene und geschlossenen Gestalten

- Eine **Gestalt ist offen**, wenn noch etwas fehlt, noch etwas erledigt werden muss, damit es einem Menschen gut gehen kann.
  - Wenn etwas schmerzhaft oder angstbesetzt ist, scheuen sich Menschen davor, genau hinzusehen und Erlebtes bewusst zu verarbeiten.
  - Unerledigtes drängt aber darauf, erledigt zu werden.
- „Offene Gestalten“ (**unfinished business**) stören den Menschen dabei, persönliche Fähigkeiten und Potentiale zu entfalten, selbstbestimmt bestmögliche Entscheidungen zu treffen und sein Leben eigenverantwortlich zu gestalten.
- Eine **Gestalt ist geschlossen**, wenn Unangenehmes, das stört und behindert, bzw. verarbeitet und somit erledigt ist.

# Gestalttherapie

## Methoden

- Szenisch-dialogische Arbeit (Kissenarbeit, Stuhlarbeit, Telearbeit, Aufstellungen)
- Körperorientierte Methoden
- Kreative Methoden
- Imaginative Methoden
- Arbeit mit inneren Bildern
- Arbeit mit Träumen

# Körperorientierte Gestalttherapie

## Die Sprache des Körpers

- Unerfüllte (unbewusste) Bedürfnisse, seelischer Mangel und Folgen psychischer Verletzungen drücken sich auch durch körperliche Phänomene aus; ebenso wie das (unbewusste) Wissen darüber, was nötig ist, um Heilung auf den Weg bringen zu können.
- Körperorientierte Gestalttherapie widmet der "Sprache des Körpers" besondere Aufmerksamkeit, um besser verstehen zu lernen, was einem "auf dem Herzen liegt" oder "über die Leber gelaufen ist".
- „Da ist mir was auf den Magen geschlagen. Das sitzt mir im Nacken. Zähne zusammenbeißen.“
  - Unser Körper „spricht“ mit uns.
  - Gestalt „übersetzt“ die Sprache des Körpers.

# Traumatherapie



Definition Trauma

Potenziell traumatisierende Ereignisse

Traumabezogene Dissoziation

Das 3-Phasen-Model der Traumatherapie

# Trauma

## Definition

- Ein Trauma ist eine **Verletzung**, die durch ein **Ereignis** verursacht wurde.
- Ein psychisches **Trauma** ist ein vitales **Diskrepanz-Erlebnis** zwischen bedrohlichen **Situationsfaktoren** und individuellen **Bewältigungsmöglichkeiten**.
- Ein Trauma-Ereignis geht einher mit **Kontrollverlust** und maximaler **Hilflosigkeit** im Zustand des **Ausgeliefertseins** und ist verbunden mit Gefühlen von **Ohnmacht** und **(Todes-)Angst**.

# Trauma

## Traumatisierende Ereignisse (1)

- **Naturkatastrophen**
  - Flutkatastrophen, Erdbeben oder Wirbelstürme
- **Technische Unglücke**
  - Unfälle, Gasexplosionen, Flugzeugabstürze
- **Life Events** (biografische Übergänge, Veränderungen)
  - Schulwechsel, Verlassen des Elternhauses, Heirat, Geburt, Trennungen, Verluste, Arbeitsplatzwechsel, Umzug, Erkrankungen mit (dauerhaften) körperlichen Einschränkungen, altersbedingte Veränderungen
- **Man made Disaster** (von Menschenhand verursachtes Unheil)
  - kriminelle Überfälle, Geiselnahme, Kriegserlebnisse, Folter
  - emotionale, körperliche, sexualisierte Gewalt
  - emotionale Vernachlässigung, unsichere Bindungsangebote im Kleinkindalter

# Trauma

## Traumatisierende Ereignisse (2)

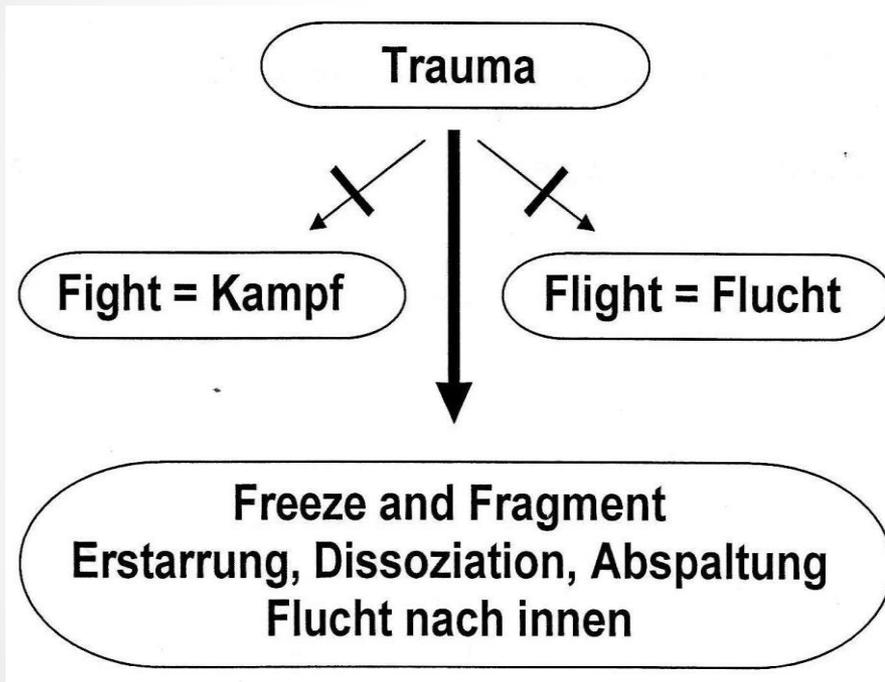
- **Monotrauma**
  - einzelnes traumatisierendes Ereignis
- **Komplextrauma**
  - lang anhaltende oder Serien wiederholter traumatischer Einzelereignisse
  - über Jahre andauernde Traumatisierungen in Kindheit und Jugend
- **Bindungstrauma**
  - das Verhalten von nahen Bezugspersonen wird vom Kind als ängstlich, angstmachend, hilflos, unvorhersehbar, unberechenbar erlebt
  - unsichere Bindungsangebote
- **Gewalttrauma**
  - einmalige oder wiederholte sowie über einen längeren Zeitraum andauernde traumatisierende Ereignisse
  - durch emotionale, körperliche, sexualisierte Gewalt

# Trauma

## Trauma & Traumafolgestörungen

- Nicht jedes potenziell traumatisierende Ereignis führt zur Entwicklung von Traumafolgestörungen.
- Die Ausbildung einer Traumafolgestörung hängt ab
  - von den **Situationsfaktoren** des traumatisierenden Ereignisses
    - Was
    - Wie oft bzw. wie lange
    - Durch wen oder was
  - vom **Grad**
    - der Verstehbarkeit
    - der Handhabbarkeit
    - der Vorhersehbarkeit
    - der Bedeutsamkeit des Ereignisses
  - sowie von vorhandenen **Ressourcen** und weiteren **Resilienzfaktoren**.

# Trauma



## Stress-Systeme

Fight or Flight

Freeze and Fragment

## Dissoziation

Fragmentierte Speicherung  
von Gefühlen,  
Körperempfindungen,  
Sinneswahrnehmungen

# Trauma

## Traumabezogene strukturelle Dissoziation

- bio-psycho-soziales Überlebenssystem
- Unterbrechung der normalerweise integrativen Funktionen von Bewusstsein, Gedächtnis, Identität, Wahrnehmung
  - überwältigende Erlebensqualitäten (Schmerz, Ohnmacht, Todesangst, etc.) werden vom Bewusstsein getrennt gehalten
- Dissoziation der Persönlichkeit in
  - Anscheinend normaler Persönlichkeitsanteil (ANP)
    - Alltagsbewältigung
  - Emotionaler Persönlichkeitsanteil (EP)
    - Trauma-Erleben

# Traumatherapie

## Traumatherapie

- ist kein eigenständiges Therapieverfahren
  - Grundlage sollte eine fundierte Psychotherapieausbildung sein
  - Traumatherapeutische Fort- und Weiterbildungen

## 3-Phasen-Model der Traumatherapie

- Stabilisierung und Symptomreduzierung
- Traumabearbeitung
- Integration in die Lebensgeschichte

## Traumatherapeutische Methoden

- Re-Orientierung
- Distanzierung und Containment
- Prozesstechniken

# Psychotherapie HeilprG Gestalttherapie Traumatherapie

...

Möglichkeiten und Chancen

# Psychotherapie

## Wartezeiten auf einen Psychotherapieplatz (Richtlinienpsychotherapie)

- Psychotherapie (allgemein)
  - Durchschnittlich 5-6 Monate
- Traumatherapie
  - Komplexe Traumafolgestörungen: bis zu 1 Jahr und mehr
  - Dissoziative Identitätsstörung: bis zu 10 Jahren und mehr

# Psychotherapie HeilprG

## Wartezeiten auf einen Psychotherapieplatz

- i.d.R. kurzfristig möglich (innerhalb von 1-3 Wochen)

## Psychotherapiestunden

- Anzahl der Therapiestunden kann an den tatsächlichen Bedarf angepasst werden

## Psychotherapieverfahren

- mehr als 20 in Europa anerkannte Psychotherapieverfahren

# Psychotherapieverfahren

(von Krankenkassen anerkannte Verfahren)

- **Deutschland (3)**
  - Verhaltenstherapie
  - Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie
  - Psychoanalyse
- **Schweiz (28)**
  - Gestalttherapie
  - Psychodrama
  - Systemische Familientherapie
- **Österreich (23)**
  - Gestalttherapie
  - Körperpsychotherapie
  - Ausdrucksorientierte Psychotherapie (z.B. Kunsttherapie)
- **Europäisches Zertifikat für Psychotherapie (21)**
  - Gestalttherapie
  - Körperpsychotherapie

# Gestalttherapie

## Anwendung

- Einzel-, Gruppen-, Paartherapie (ambulante Praxen, Kliniken)
- Pädagogik, Beratung, Supervision, Coaching, Seelsorge
- Persönlichkeitsentwicklung (Einzel- oder Gruppenselbsterfahrungen)

## Gestalttherapeutische Methoden in anderen Therapieverfahren

- Systemische Therapie
- Ego-State-Therapie
- Schematherapie
- Traumatherapie

# Traumatherapie

## Prävalenz für PTBS

- Frauen: 10-12 Prozent
- Männer: 5-6 Prozent
- Flüchtlinge: 50 Prozent

## Vergewaltigung

- Jährlich 160.000 Frauen

## Sexueller Kindesmissbrauch

- Jedes 2.-4. Mädchen
- Jeder 5.-7. Junge

## Vernachlässigung, Misshandlung und Missbrauch von Kindern

- 90% der Fälle werden in Institutionen, auch im Gesundheitswesen, nicht erkannt

# Gestalttherapie

## Zitate

- „Von der Psychotherapie erwartet man, dass sie Menschen anpasst und sie wieder in das gesellschaftliche Joch einspannt. Gestalt versucht, angepasste Menschen, die in ihrem Joch nicht zufrieden sind, wieder auf eigene freie Füße zu stellen.“  
(Bruno-Paul De Roeck)
- „Don't push the river. It flows by itself.“  
(Barry Stevens)