



Curriculum Systemische Psychotherapie

20. September 2021

MODUL 1: Setting und Psychotherapeutische Grundprinzipien

Block 1

Behandlungsplanung und therapeutische Beziehung im Einzelsetting

Therapeutische Haltung und Setting im Einzelgespräch. Individuelle Problemdefinition und Entwicklung eines Störungsmodells. Erstellen einer Behandlungsplanung. Einüben grundlegender psychotherapeutischer Fertigkeiten, wie offener therapeutischen Haltung, psychoedukativer Strategien, usw. Spezifische Gegebenheiten der Psychotherapie in unterschiedlichen Settings. Allgemeine und spezifische Wirkfaktoren. Erkennen der Gemeinsamkeiten und Unterschiede in den drei Fachrichtungen.

Block 2

Besonderheiten der Psychotherapie in der Gruppe

Formen von Gruppen im stationären und ambulanten Rahmen: Gruppentherapie, Therapien in der Gruppe, Gruppen für die Milieuthérapie. Die Instrumente des Leiters- Input, Setting und Prozessinterventionen. Praktische Übung als Leiter oder Teilnehmer einer Gruppe. Wirkfaktoren der Gruppenpsychotherapie. Organisieren und Leiten von Arbeitsgruppen. Erfahrung mit typischen Prozessen in der Klein- und Grossgruppe.

Block 3

Mehrpersonensetting, Umgang mit Grenzen und den Systemen

Möglichkeiten und Grenzen des Einbezugs von Angehörigen, insbesondere im stationären Rahmen. Einführung in die unterschiedlichen Settings, die nötigen Inhalte, die Gesprächsgestaltung und die Aufgabe der Therapeutin/des Therapeuten. Praktisches Erarbeiten der Techniken und Prozesse im Mehrpersonensetting.
Sensibilisierung für Grenzen und für die Gefahr von Grenzverletzungen in Therapien.

Block 4

Jenseits der Worte: Psychotherapeutische Arbeit mit dem nonverbalen Bereich

Übersicht über die klinisch wichtigsten Bereiche der Erfahrung und Interaktionen nonverbaler Art. Praktische Erfahrung im Beobachten und Ansprechen dieser Bereiche in Therapien. Training von Achtsamkeit, der Fähigkeit nonverbale Vorgänge bei sich und beim Patienten wahrzunehmen. Entspannungstechniken. Sinnvoller therapeutischer Umgang mit nonverbalen Elementen. Die Bedeutung der nonverbalen Therapien in klinischen Alltag. Klarheit über Grenzen in der Psychotherapie, besonders im nonverbalen Bereich.



MODUL 2: Grundlagen systemischer Psychotherapie

(fachspezifisch)

Block 5

Grundlagen der systemischen Therapie

Grundlegende Konzepte der Systemtheorie. Von der Familientherapie zur systemischen Psychotherapie. Fokus auf Beziehungen, auf zirkulären Prozessen und auf der Wirklichkeitskonstruktion.

Block 6

Grundhaltungen systemischer Therapie

Vermittlung und Reflexion wichtiger Grundhaltungen der systemischen Psychotherapie. Umsetzung in den klinischen Alltag. Stellenwert und Umgang mit psychiatrischen Diagnosen im systemischen Kontext.

Block 7

Basic Skills der systemischen Therapie

Fundamente systemischer Interventionen: Auftragsorientierung und Prozesssteuerung. Joining-Phase, Wirklichkeitskonstruktion und Möglichkeitskonstruktion. Zirkuläre Fragen als zentrale Methode der Prozessgestaltung. Basic-Skills wie das visuelle Erfassen von Systemen über Genogramme, Reframing, Positive Konnotation etc.

Block 8

Spezielle familiäre Konstellationen und Probleme

Vorstellen bestimmter Familien-Konstellationen, die besonders häufig mit psychischen Krisen bei mindestens einem der Betroffenen einhergehen und deren Schwere stark bestimmen. Vermittlung von spezifischem Wissen und von Interventionen für die Behandlung.

Block 9

Phasen / Ebenen der Veränderung

Die Relevanz von Zeitbezügen in Psychiatrie und Psychotherapie, Kohärenzsinn, Therapiephasen. Unterschiede zwischen einer pathogenetischen und einer salutogenetischen Sichtweise. Strategien zur Erarbeitung von Therapiezielen, Motivational Interviewing. Einübung geeigneter klinischer Herangehensweisen mit Hilfe des Visualisierungsinstrumentes PRISM.

Block 10

Advanced Skills der systemischen Therapie

Wissen um die Bedeutung und die Schwierigkeit einer Auftragsklärung im Einzel- und im Mehrpersonensetting und deren Gestaltung. Erarbeiten von Ideen, wie mit Patienten sinnvolle Ziele formuliert werden können. Vermittlung von hilfreichen Interventionen im Umgang mit schwierigen Therapiesituationen und erste Anwendungsversuche.



Block 11

Rollen / Settingwechsel

Definition von und Auseinandersetzung mit verschiedenen professionellen Rollen unter der Prämisse der Kybernetik 2. Ordnung: der Beobachter beeinflusst das zu Beobachtende. Einfluss der Rolle des Therapeuten / der Therapeutin auf die therapeutische Beziehung und das Problemsystem.

Verschiedene Settings, Settingvariablen, Variation des Settings. Einfluss der Settinggestaltung auf den Therapieprozess. Mögliche und sinnvolle Settings in psychiatrischen Kontexten.

Block 12

Schwierige Situationen im Therapieprozess

Kennenlernen wesentlicher Konzepte zum Begriff „Widerstand“, sowie damit verbundener Fallstricke. Inhaltliche sowie settingbedingte Schwierigkeiten im Therapieprozess. Reflexion über die Komplexität, die eigene Authentizität und über eigenes Involviertsein.

Vermittlung von Wissen und Handlungskompetenz im Umgang mit allgemein als schwierig angesehenen Themen (Umgang mit Geheimnissen, Widerstand, Gewalt, Drohungen).

MODUL 3: störungsspezifische Freitage mit Integration und Transfer am Samstag

(fachspezifisch und fachübergreifend)

Block 13

Depression

Verstehen von Depression als interaktionelles Phänomen: Zirkuläre Kausalität. Einflüsse der Paarforschung. Vermittlung spezifischen Wissens über den engen Zusammenhang zwischen Depression und Paarbeziehung, sowie über Kinder depressiver Eltern.

Behandlung depressiver Störungen in systemischer Einzel-, Paar- und Familientherapie: systemische Interventionen, setting-angepasste Techniken wie hypnosystemische Methoden, ressourcen- und lösungsorientierte Fragen. Veränderungen von Interaktionen in Paar- und Familienbeziehungen.

Block 14

Angst, Zwang; sog. Neurotische Störungen

Auswirkungen von Angst- und Zwangsstörungen auf Familie und Umfeld, Zirkularität zwischen Störung/Symptomen und Beziehungskonflikten. Fragetechniken der systemischen Therapie am Beispiel von Angst- und Zwangsstörungen

Verständnis vom Verhältnis von systemischer Therapie und störungsspezifischer Therapie.

Block 15

Psychose

Reflexion von Begriffen wie Realität, Wahrheit und Wahn. Die Bedeutung eines multimodalen Zugangs zur Psychose. Auseinandersetzung mit den psychischen, familiären und sozialen Aspekten dieser Erkrankungen. Bedeutung der Familie als Ort von Belastungen, aber auch von Ressourcen.

Einbezug der Angehörigen/des Umfelds in den therapeutischen Prozess. Zeitgemässe Therapieansätze. (z.B. Assertive Community Treatment (ACT), Hometeamten, Open-Dialogue).



Block 16

Persönlichkeitsstörung I

Verständnis von Persönlichkeitsstörungen auf dem Hintergrund der Entwicklungspsychologie, insbesondere der Entwicklung von Bindung und Mentalisierung. Im Zentrum stehen die Auswirkungen auf die Beziehungsgestaltung. Spezifisch systemische Interventionen, insbesondere bei der Boderlinepersönlichkeitsstörung.

Block 17

Persönlichkeitsstörung II

Einführung in die Grundelemente der ökologischen systemischen Therapie: die persönliche Nische, ko-evolutive und kollusive Entwicklungen, positives und negatives Coping. Die Praxis der ökologischen systemischen Therapie bei Persönlichkeitsstörung Cluster A und C.

Block 18

Sucht

Kennenlernen Systemischer Thesen und Arbeitsgrundlagen zum Thema Sucht. Praktisches Umsetzen von systemischem Handeln im Suchtkontext. Anwenden von systemischen/ motivationalen Interventionen. Bewusstsein für den eigenen Stellenwert als Glied in einer Behandlungskette.

Block 19

Trauma, Posttraumatische Belastung

Verständnis von Traumafolgestörungen als Störung der intra- und interpersonellen Systemebene. Systemisches Denken dient der Integration der Traumabehandlung in den Kontext und ergänzt den Einsatz spezifischer konfrontativer Verfahren.

Erarbeitet werden eine differenzierte Haltung gegenüber der Arbeit mit traumatisierten Menschen, Kenntnisse um die Einteilung der Traumafolgestörungen, ihre klinischen Erscheinungsbilder und über die Besonderheiten einer systemischen Sichtweise sowie über den Ablauf eines etablierten Verfahrens.

Block 20

Schmerzstörung

Der Kurs vermittelt Wissen über die differentielle Diagnostik chronischer Schmerzen, Wissen und Verständnis von der ICF-Diagnostik chronischer Störungen, insbes. der Dimension der Partizipation. Im Weiteren vermittelt der Kurs ein Verständnis für die Bedeutung der Akzeptanz und der Ressourcenaktivierung in der Therapie chronischer Schmerzen.

Block 21

Essstörungen

Vermittelt werden Kenntnisse der Hauptziele der Behandlung von Essstörungen und die Anwendung der wichtigsten störungsspezifischen systemischen Ansätze. Die systemische Therapie führt zur Klärung der Rollen und Beziehungsmuster und verbessert die Kommunikation. Aufrechterhaltende Muster können dadurch verändert werden und die Essstörung kann dadurch an Bedeutung verlieren.

Integration und Transfer (Block 13-21)



Die Unterrichtseinheiten 'Integration und Transfer' haben die Konsolidierung des Gelernten, das Einordnen des modellspezifisch Gelernten ins Feld der Psychotherapiemethoden sowie die Überbrückung des Theorie-Praxis Gap zum Ziel. Immer auf eine Störung bezogen, wird das modellspezifisch Gelernte in modellgemischten Gruppen ausgetauscht. Anhand von Fallskizzen werden Interventionen konkret eingeübt.

MODUL 4: Vertiefungsthemen am Freitag mit Integration und Transfer am Samstag

(fachspezifisch und fachübergreifend)

Block 22

Alter und Demenz

Bewusstwerden eigener Altersbilder und ihrer Relevanz für die therapeutische Arbeit. Altersspezifischer Diagnostik, Differentialdiagnostik Demenz und Depression, Sucht und Suizidalität. Die spezifische Situation von Paaren im Alter, Nutzens und Besonderheit systemischer Psychotherapie für ältere Menschen.

Block 23

Migration/Kultur

Verständnis von Migration in der Dynamik der Gestaltung von Übergängen. Kulturdifferenz als Faktum oder als Konstruktion. Methoden und Strategien zur Steigerung der transkulturellen Kompetenz.

Erarbeiten des Anliegens und Auftrags trotz kultureller oder sprachlicher Verständigungsprobleme. Verstehen von und Umgang mit Widerstandssituationen. Erschliessen der fallspezifischen, nicht nur transkulturellen Ressourcen und Stressoren. Arbeit mit kulturellen Übersetzerinnen.

Block 24

Therapie bei Suizidgefährdung

Umgang mit Suizidalität im systemischen Kontext. Einschätzung von Suizidalität, Kennen entsprechender Fragetechniken. Erfassen von Suizidalität nicht nur als „psychopathologisches Phänomen“, sondern auch im kommunikativen Kontext. Kennen der Auswirkungen von Suiziddrohungen, Suizidversuchen und Suiziden auf Familie und Umfeld. Kennen von Prinzipien der Postvention.

Block 25

Grenzen der Psychotherapie / Beenden einer Therapie, bestehend aus 3 Themenblöcken

- A. Schwierige Situationen im Verlaufe einer Psychotherapie und Strategien für den Umgang damit. Konzept der psychotherapeutischen Haltung.
- B. Grenzverletzungen in psychotherapeutischen Behandlungen. Deren Vorkommen, Häufigkeit und Ausprägung, deren Bedingungen und Dynamik. Richtlinien der ärztlichen Standesorganisation und Hilfsangebote für Mediziner/-innen.
- C. Elemente der Abschlussphase einer Therapie. Rückfälle, unerwartete Reaktionen, Abschied. Optimales Gestalten des Therapieendes, Entlassung aus der Klinik, etc.



Integration und Transfer (Block 22-24)

Die Unterrichtseinheiten 'Integration und Transfer' haben die Konsolidierung des Gelernten, das Einordnen des modellspezifisch Gelernten ins Feld der Psychotherapiemethoden sowie die Überbrückung des Theorie-Praxis Gap zum Ziel. Bezogen auf Therapien unter erschwerten Umständen wird das modellspezifisch Gelernte in modellgemischten Gruppen ausgetauscht. Anhand von Fallskizzen werden Interventionen konkret eingeübt.

Kontakt

Patricia Bachmann, MAS und DAS Ärztliche Psychotherapie, Universität Zürich

Tel. +41 44 634 61 63

E-Mail: patricia.bachmann2@uzh.ch

www.mas-das-aep.uzh.ch