

Datum: 27. bis 29. Juni und 4. bis 5. Juli 2020 (45 Unterrichtseinheiten)

Ort: Hamburg Altona

## Psychosoziale Kompetenzen in der Bewegungs- und Sporttherapie

In den letzten Jahren ist in der Prävention und Rehabilitation eine zunehmende Sensibilisierung für psychosomatische und somatopsychische Zusammenhänge zu beobachten. Insgesamt gilt, dass sich viele therapeutische Methoden künftig stärker an psychosomatischen Verständnismodellen orientieren werden.

Aktuelle Forschungsergebnisse – insbesondere aus den Neurowissenschaften – zeigen, dass für eine gelingende therapeutische Veränderung neben biologischen Faktoren vor allem auch störungs- und indikationsübergreifende psychologische Wirkmechanismen relevant sind, welche sich in der Sport- und Bewegungstherapie in besonderer Form realisieren lassen.

Diese Veranstaltung vermittelt grundlegende psychosoziale Kenntnisse und Kompetenzen, die auf die bewegungs- und sporttherapeutische Praxis bezogen sind und die erfahrungsgemäß über die Möglichkeiten des Kompetenzerwerbs an Fachschulen und an Hochschulen hinausgehen. Es werden Schlüsselkompetenzen für die Bewegungs- und Sporttherapie in Richtung psychosoziale Selbst- und PatientInnenwahrnehmung, Copingstrategien, sporttherapeutische Gestaltung von Einzelkontakten, als auch gruppenspezifischer Prozesse, Kommunikation und Verhaltensmodifikation gefördert.

Alle Inhalte werden intermedial vermittelt durch Vorträge, Filmbeiträge, Diskussionen, Kleingruppenarbeit, Wahrnehmungsübungen, Selbsterfahrungen und Praxisbeispiele der Teilnehmenden.

### Inhaltsübersicht:

- Konsistenz und Inkonsistenz der vier Grundbedürfnisse – Neurobiologische Regulation der Grundbedürfnisse – Schlussfolgerungen für die Bewegungs- und Sporttherapie
- Neurobiologie des Erlebens und Verhaltens – Neurobiologie, Psychosomatik und Verhaltensmodifikation
- Neurobiologie der Stress-Entwicklung und der Stress-Regulation – Entstehung und Bedeutung von chronischem Stress – Zusammenhänge mit der Regulation der Grundbedürfnisse

**Peter Holona**

Beratung · Begleitung · Stärkung  
Telefon: 0163 - 910 91 69  
E-Mail: peter.holona@hamburg.de

**family/lab.de**  
Seminarleiter und Berater  
ausgebildet durch Jesper Juul

Weitere Informationen und Angebote  
finden Sie auf meiner Webseite: [www.sich-zeit-nehmen-für-Entwicklung.de](http://www.sich-zeit-nehmen-für-Entwicklung.de)

- Erschöpfungszustände, depressive Verstimmungen, Angst und chronische Schmerzen als die am häufigsten auftretenden Begleiterscheinungen im therapeutischen Kontext – Coping-Strategien zur Anwendung in der Bewegungs- und Sporttherapie und zur eigenen Stabilisierung der Bewegungs- und SporttherapeutInnen
- Kommunikation und Gesprächsführung in der Bewegungs- und Sporttherapie – Reflexionen und Übungen zur Wahrnehmung und Gestaltung der kommunikativen Bezugsebene (Hör- und Sprachstile, Klientenzentrierte Grundhaltung und Strukturen der Transaktionsanalyse)
- Einordnung des psychosozialen Kompetenzen für die Anwendung von Entspannungsverfahren
- Fallbesprechungen und Umgang mit schwierigen Situationen: Konkretes Anwenden des Erlernten auf Praxiserfahrungen der Teilnehmenden

### **HINWEIS:**

Dieser Lehrgang...

- kann von **allen** interessierten Bewegungsfachkräften besucht werden
- ist als **Refresherkurs** zur Verlängerung aller bestehenden Lizenzen anrechenbar
- richtet sich im Besonderen an AbsolventInnen von Fachschulen und Universitäten, die vor dem Jahr 2018 ihre Ausbildung begonnen haben und dementsprechend als Anerkennungsvoraussetzung für das Zertifikat zum „Sport-/Bewegungstherapeut DVGS“, das Psychosoziale Modul obligat belegt haben müssen. Nähere und verbindliche Aussagen hierüber erhalten Sie von der DVGS-Geschäftsstelle.
- Bei entsprechenden Nachweisen über fundierte Kenntnisse in Entspannungsverfahren (insb. PME) ist ein Erwerb der **DVGS-Entspannungslizenz** möglich.

Veranstaltungsort	<b>Elternschule Altona</b>
Adresse	Max-Brauer-Allee 134,
PLZ Ort	22765 Hamburg
Anmeldung und nähere Informationen bei:	
eMail	<a href="mailto:peter.holona@hamburg.de">peter.holona@hamburg.de</a>
Homepage	<a href="http://www.Sich-Zeit-nehmen-für-Entwicklung.de">www.Sich-Zeit-nehmen-für-Entwicklung.de</a>
Tel	0163 – 9109169
Kosten	540 € für DVGS-Mitglieder 720 € für Nichtmitglieder

### **Peter Holona**

Beratung · Begleitung · Stärkung  
Telefon: 0163 - 910 91 69  
E-Mail: [peter.holona@hamburg.de](mailto:peter.holona@hamburg.de)

**family/lab.de**  
Seminarleiter und Berater  
ausgebildet durch Jesper Juul

Weitere Informationen und Angebote  
finden Sie auf meiner Webseite: [www.sich-zeit-nehmen-für-entwicklung.de](http://www.sich-zeit-nehmen-für-entwicklung.de)