

## Bereicherung der therapeutischen Arbeit

Akzeptanz- und Commitment-Therapie und japanische Kampfkunst	
Kurzbeschreibung	<p><b>ACT Orientierung und Haltung mit Ninjutsu* erlebbar machen</b>  <i>*(Ninjutsu = japanische Kampfkunst, wörtlich: 'die Kunst des ausdauernden Herzens')</i></p> <p>Die Akzeptanz- und Commitment-Therapie will Klient*innen und Therapeut*innen dabei unterstützen, eine Haltung zu entwickeln, die flexibel gegenüber Kontexten und deren Veränderung ist. Um diese Haltung anerkennen und aneignen zu können, bedarf es Bereitschaft. Die Bereitschaft Schmerzen und Leid anzunehmen, Perspektiven zu wechseln sowie Werte und Ziele in der Gegenwart wirksam vorwegnehmen zu können. (Nicht-)Kampfstellungen und Bewegungsmuster aus dem japanischen Ninjutsu, selbst entstanden aus jahrtausendaltem Bewegungs- und Wahrnehmungstraining, machen diese Haltung erlebbar und dadurch einübbar. Sie fördern die Prozesse der Distanzierung von Gedanken, intensivieren die Gegenwartswahrnehmung und lösen problematische Kampfhaltungen. (Nicht-)Kampfstellungen (Kamae) sind nur anfangs körperliche Stellungen. Später sind es innere Stellungen oder Haltungen. Kamae sind in ständiger Bewegung des Körpers und Geistes. Jede Stellung wird nur solange beibehalten, wie es nötig ist. Sie sind Ausdruck des inneren Zustandes und umgekehrt auch Wege ins Innere. Ziel ist es, sie in den alltäglichen Bewegungsablauf zu übernehmen.</p> <p><u>Voraussetzungen:</u> ACT und bewegungsorientierte Ninjahlehre widerstreiten scheinbar dem gesunden Menschenverstand konventioneller Therapieansätze. Daher ist es notwendig, neben einer praktischen Bereitschaft zum Ausführen und Üben kleinerer Bewegungsabläufe, Körperstellungen und Angriffs- wie Verteidigungshaltungen eine Bereitschaft mitzubringen, konventionelle therapeutische Haltung im Therapieprozess aktiv einzusetzen. Kampferfahrung ist nicht erforderlich jedoch Grundkenntnisse und -erfahrungen von ACT und dem Konzept der „Kreativen Hoffnungslosigkeit.“</p>
Zielgruppe	Psychotherapeut*innen, PiAs, Fachkräfte und Therapeut*innen aus psychosozialen und gesundheitlichen Berufen
Lernziele	Die ACT Haltungen der Offenheit (Akzeptanz), Zentriertheit (Gegenwartsorientierung) und Engagiertheit (Werteorientierung) sinnesorientiert zugänglich, in ihrer Funktion begreifbar und für den Arbeitskontext abrufbar werden lassen. In der therapeutischen Arbeit und im Selbstumgang dadurch flexibler, wirksamer und umsichtiger werden. Einzelne Übungen und Metaphern für Klient*innen bereitstellen können.

### Information und Anmeldung

Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie (DGVT) e. V. - Fort- und Weiterbildung  
 Postfach 13 43, 72003 Tübingen; ☎ 07071 94 34-34 📠 07071 94 34-35  
 Email: [fortbildung@dgvt.de](mailto:fortbildung@dgvt.de); Internet: [www.dgvt-fortbildung.de](http://www.dgvt-fortbildung.de)  
 Sprechzeiten: Di und Do: 09:00 – 12:00 Uhr; Di und Mi: 14:00 – 15:30 Uhr

<b>Wesentliche Inhalte/Themen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anknüpfungspunkte: ACT und Ninjutsu</li> <li>• Kreative Hoffnungslosigkeit als Ressource: Schmerz und Bereitschaft</li> <li>• Die drei Grundhaltungen als therapeutische Grundorientierungen (die drei Säulen des Hexaflex)</li> <li>• Prozess- und erlebensorientierte ACT-Übungen (Imagination, Externalisierung, Metapher, Erleben evozierender (protagonistischer) Dialog)</li> <li>• Nichtkampfstellungen und Haltungen im Ninjutsu</li> <li>• Nutzung und Anwendung der Stellungen in der therapeutischen und beraterischen Arbeit</li> </ul>
<b>Methoden</b>	<p>Einzel- und Gruppenübungen, Gruppen-, AG- und Modell-Rollenspiele, Ninjutsu Bewegungs- und Wahrnehmungsabläufe, kürzere theoretische Inputs. Bitte bringen Sie lockere Kleidung und Strümpfe/Schläppchen mit, wenn Sie sich nicht barfuß auf der Matte bewegen wollen.</p>
<b>Referent*innen</b>	<p>Elisabeth Biering, Ninjutsu Meisterin, Stunt-Choreographin für Film- und Fernsehen; Berlin Frank Mutterlose, Dipl.- Psych., Philosophie und Sozialwissenschaften, Psychologischer Psychotherapeut, Psychologische Praxis; Potsdam</p>
<b>Kursnummer</b>	65064
<b>Veranstaltungsort</b>	Potsdam
<b>Termin</b>	08. – 09. Mai 2021
<b>Umfang</b>	Das Themenseminar umfasst 16 Unterrichtseinheiten (UE).
<b>Zeiten</b>	<p>Samstag: 10:00 Uhr – 19:00 Uhr Sonntag: 09:00 Uhr – 16:00 Uhr</p>
<b>Teilnahmegebühren</b>	<p>292,- Euro DGVT-Mitglied Frühbucherpreis bis 10. April 2021: 277,- Euro 330,- Euro (Nicht-Mitglied) Frühbucherpreis bis 10. April 2021: 310,- Euro</p>
<b>Stichwort</b>	ACT und japanische Kampfkunst Potsdam 21

#### Information und Anmeldung

Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie (DGVT) e. V. - Fort- und Weiterbildung  
Postfach 13 43, 72003 Tübingen; ☎ 07071 94 34-34 📠 07071 94 34-35  
Email: [fortbildung@dgvt.de](mailto:fortbildung@dgvt.de); Internet: [www.dgvt-fortbildung.de](http://www.dgvt-fortbildung.de)  
Sprechzeiten: Di und Do: 09:00 – 12:00 Uhr; Di und Mi: 14:00 – 15:30 Uhr