

1. Entwicklung der Methode

Die Funktionelle Entspannung (FE) ist eine körperbezogene Psychotherapiemethode. Die Entwicklung der Methode ist eng mit dem Namen ihrer Begründerin, Marianne Fuchs, verbunden. Sie schreibt dazu: *„Im Mittelpunkt der Funktionellen Entspannung steht der Leib, mit dem der Mensch sich und die Welt erlebt und mit dem er sich in der Welt verhält. Am Atemrhythmus, in seinem Bewegtsein und Sich – Bewegen – Lassen stellt sich der Leib am deutlichsten dar. Dementsprechend ist die Entspannung des Zwerchfells, mit dem Ziel, den Eigenrhythmus zu finden, zu entwickeln und zu stärken, das zentrale Anliegen der Methode.“* (9). Die Wurzeln dieser Methode liegen u.a. in der Jugend- und Reformbewegung der zwanziger Jahre. Fuchs: *„Unser Menschenbild war früh bestimmt von der Suche nach Wahrheit im Sinne der Entsprechung von Gegensätzlichem.“* (5)

1926 entschied sich Marianne Fuchs für eine Ausbildung zur Gymnastiklehrerin, heute am ehesten gleichzusetzen mit dem Beruf einer Bewegungstherapeutin mit heilpädagogischer Zusatzausbildung. Sie begann an der Güntherschule in München, die 1924 von der Gymnastiklehrerin Dorothee Günther gemeinsam mit Carl Orff gegründet worden war. Gelehrt wurde eine physiologisch - funktionelle

Gymnastik mit rhythmischen Elementen, wobei die Lehrerin von Marianne Fuchs, Thekla Malmberg, ebenso wie die Leiterin der Schule zu den Pionierinnen körperorientierter Ansätze gehörten, die eine Verbindung von physiologischer Funktion und körperlichem Ausdruck mit musikalischen Elementen bis hin zur sprachlichen Symbolisierung suchten. Einflüsse kamen auch aus der psychoanalytischen Bewegung. Fuchs: *„Das Unbewusste gehörte zum stimmenden Ansatz der Bewegung. Wir wollten aus der Tiefendimension gestalten, wie Mary Wigman im Tanz.“* (5)

Nach Abschluss ihrer Ausbildung ging Marianne Fuchs 1928 nach Marburg und arbeitete dort in eigener Praxis und als freie Mitarbeiterin der dortigen Universitätsklinik. 1936 zog Marianne Fuchs mit ihrem Mann nach Heidelberg um, wo sie, nach der Geburt von drei Kindern, von 1946 an als Mitarbeiterin der Medizinischen Universitätsklinik (Leiter Prof. Siebeck) tätig war. Dort entwickelte sie, in enger Zusammenarbeit mit ihm und Viktor von Weizsäcker, einem der Begründer der psychosomatischen Medizin in Deutschland, auf dem Hintergrund der dortigen anthropologischen Medizin, die Methode der Funktionellen Entspannung.

Der Beginn war jedoch eine Erfahrung mit ihrem eigenen Kind. Fuchs: *„Unser 2. Sohn bekam, als er ½ Jahr alt war, eine Bronchopneumonie, die sich zweimal wiederholte. Eine therapieresistente spastische Bronchitis blieb zurück. Ich hatte nur die Wahl, mich mit einem beginnenden Asthma abzufinden oder einen Weg zu suchen, wie der gestörte Atemrhythmus des Kindes in Ordnung zu bringen war. Wille und Verstand waren bei einem ½jährigen nicht anzusprechen. Eben das wurde die Chance, auf emotionalem, spielerischem Wege, aber gezielt, etwas zu erreichen, was die unbewußten, vegetativen Bereiche traf. Das gelang durch einfühlende, auch taktile, minimale, nicht bedrängende Veränderungen seines Brustkorbes, und durch Töne, die sich seinem kurzen Ausatmen anpassten. Darauf reagierte das Kind positiv, man durfte es nur zu nichts zwingen. Wenn es ihm nicht gut ging, rief es: ‚Mama, puh machen!‘ ... Nicht nur die Angst konnte*

in kleinen Schritten abgebaut werden, wir erreichten auch Abhusten, konnten Anfälle auflösen oder abfangen, oder es gelang, ihn zum Einschlafen zu bringen. (...) Deshalb berichtete ich Siebeck von meinen Erfolgen bei unserem Sohn und sagte: ‚Ich glaube, ich habe den Einschlupf in das vegetative Unbewußte gefunden.‘ Darauf Siebeck: ‚Wenn Sie über die unbewußte Atmung Einfluß auf das Vegetativum nehmen können, wäre das ja ein Weg, unsere funktionell Gestörten ins Gleichgewicht zu bringen. Das interessiert mich. Wir können bisher nur sedieren oder anregen!‘ Das war die Geburtsstunde der FE. Da 1946 auch V. v. Weizsäcker nach Heidelberg zurückkam, gab es besonders mit seiner Abteilung regen Austausch.“ (9)

2. Theoretischer Hintergrund

Der theoretische Hintergrund des therapeutischen Zugangsweges der FE kann wie folgt beschrieben werden: Die

„Ich hatte nur die Wahl, mich mit einem beginnenden Asthma abzufinden oder einen Weg zu suchen, wie der gestörte Atemrhythmus des Kindes in Ordnung zu bringen war.“

Funktionelle Entspannung (FE) gehört zu den tiefenpsychologisch fundierten körperbezogenen Psychotherapiemethoden, d.h. sie bezieht das unbewusste körperlich – seelische Erleben ein. Sie bezieht sich dabei auf die anthropologische Medizin V. v. Weizsäckers, die Tiefenpsychologie, die psychoanalytische Säuglingsforschung und die Ergebnisse der Arbeitsgruppe „Subjektive Anatomie“ (v. Uexküll, et al., 1997).

In der anthropologischen Medizin wird in der Lehre vom Gestaltkreis die Einheit von Wahrnehmen und Bewegen betont, das bipersonale Prinzip und das Kohärenzprinzip, was kompatibel ist zum Begriff der Übertragung und Gegenübertragung des tiefenpsychologischen Beziehungsmodells. Dies umfasst auch die Vorstellung vom Leib als der tiefsten Schicht des Unbewussten.

Die frühen, vorsprachlichen Lebenserfahrungen des Menschen, wie sie von den empirischen Säuglingsforschern beschrieben werden, können nach der Erfahrung der FE im Körpererleben wiederbelebt werden. Durch die therapeutische Arbeit an der körperlichen (propriozeptiven) Eigenwahrnehmung werden frühe Motivationssysteme (Lichtenberg, 1991) anhand der Erlebnisse mit den verschiedenen Körpersystemen (s.u.) neu entdeckt und

weiterentwickelt. Im Sinne von korrigierenden basalen Körpererfahrungen können frühe Selbstgefühle des Kernselbst (Stern, 1985) wieder auftauchen und für die weitere Selbstentwicklung des Patienten genutzt werden.

3. Behandlungsablauf

Die Methode fokussiert die körperliche Eigenwahrnehmung des Patienten durch sog. „verbale Angebote“ innerhalb des therapeutischen Dialogs, die sich auf verschiedene körperliche Bezugssysteme erstrecken. Diese Systeme sind:

- den Bezug zum Boden als „äußeren Halt“,
- das Skelettsystem als „Gerüst“ oder „inneren Halt“,
- die Haut als „Grenze“,
- die Körperhöhlen als „innere Räume“.

Als weiteres System ist der körpereigene Rhythmus zu sehen, der besonders am autonomen Atemrhythmus beim Vorgang des sog. „Loslassens“, d.h. eines begrenzten Entspannungsvorganges, wahrnehmbar ist.

Diese Körpersysteme und -vorgänge werden in der FE als wieder zu entdeckende Ressourcen verstanden, die die vorherige ausschließliche Bezogenheit dieser Patienten auf ihre Beschwerden abmildern

und neue Wahrnehmungsmöglichkeiten entwickeln helfen. Das Vorgehen in der FE ist lösungszentriert und ermöglicht in ständigem Wechsel zwischen Unbewusstem und Bewusstem ein individuelles und situationsspezifisches Zusammenwirken der somatischen, psychischen und sozialen Ebene.

Dazu tragen als zentrales methodisches Element die „Spielregeln der FE“ bei, die den körperbezogenen Dialog des Patienten an den unbewussten Atemrhythmus koppeln helfen. Sie dienen außerdem der Ermöglichung eines kreativen „Spielraums“ (Winnicott), in dem der Patient im Sinne von „Alleinsein in Anwesenheit eines anderen“ mit sich umgehen lernt und das basale Selbstempfinden (Stern) eines „Körperselbst“ gefördert wird.

4. Wirkungsweise

Die Methode wurde bereits in mehreren empirischen Therapiestudien an der Universität Erlangen mit Erfolg auf ihre

Wirksamkeit hin überprüft. Generelle Wirksamkeitsnachweise eher physiologischer Art finden sich in den Untersuchungen (Loew e.a., 1993) an der Universität Erlangen bzgl. der Änderung von mit arbeitsunabhängigen Lungenfunktions-Parametern bei der Behandlung von Asthmapatienten mit Funktioneller Entspannung.

5. Anwendungsbereiche

sind alle Krankheitsbilder, die mit körperlichen Beschwerden einhergehen, z.B. funktionelle Störungen, psychosomatische Erkrankungen mit Organschädigung, aber auch Angst und Depression. Darüber hinaus ist die FE auch in der Prävention, z.B. in der Beratungstätigkeit und im pädagogischen Bereich, anwendbar.

6. Ausbildung

Informationen hierzu erteilt die Geschäftsstelle der A.F.E.

Verbreitung der Methode

Seit 1958 ist die Funktionelle Entspannung auf fast allen internationalen Psychotherapie-Fortbildungsveranstaltungen vertreten, (divergierend) wie z.B.

- Lindauer Psychotherapiewochen,
- Norddeutsche Psychotherapietage in Lübeck,
- Tagungen des „Wildunger Arbeitskreises für Psychotherapie“ in Bad Wildungen,
- Psychotherapietage Nordrhein-Westfalen in Bad Salzuflen,
- Jahrestagung des Bundesverbandes Katholischer Ehe-, Familien- und Lebensberaterinnen und -berater e.V. in Suhl / Thüringen,
- Erfurter Psychotherapiewoche,
- „Internationales Seminar für körperbezogene Psychotherapiemethoden“ in Bad Gleichenberg.

Heute arbeiten im deutschsprachigen Raum etwa 130 FE-Therapeuten.

In einer Meinungsumfrage zur Leibtherapie an klinischen psychotherapeutischen Einrichtungen in Deutschland (vergl. Dietrich, Bonn 1993) kommt die FE in 25% der befragten Einrichtungen zur Anwendung.

Literatur

Gerd Biermann (Hrsg.)

Handbuch der Kinderpsychotherapie

darin M. Fuchs, G. Elschenbroich, G. Janz, 4 Beiträge in Bd. I und IV
Reinhardt Verlag München 1970

Karl Robert Rosa / Lotte Rosa-Wolff

Psychosomatische Selbstregulation - Grundlagen und Technik der Funktionellen Entspannung

Hippokrates Verlag Stuttgart 1976

Willi Bepperling / Marion Klotz

Analytische Psychotherapie und Funktionelle Entspannung als kombinierte Behandlungsmethode

Hippokrates Verlag Stuttgart 1978

Marion Klotz-Wiesenhütter (Vorwort von Wolfgang Wesiack)

Selbstfindung über den Leib

Hippokrates Verlag Stuttgart 1982

Gabriele Elschenbroich

Du machst uns verrückt - Hilfen für unruhige Kinder und ihre Eltern

Vorwort von Kinderarzt Prof. Dr. med. Gerd Biermann
Herder Taschenbuch Bd. 1010 Freiburg 1983

Gabriele Elschenbroich

Im Augenblick sich selbst begegnen - Erfahrungen mit spontaner Meditation

Herder Taschenbuch Bd. 1205 Freiburg 1985

Marianne Fuchs und Gabriele Elschenbroich

Funktionelle Entspannung in der Kinderpsychotherapie

Reinhardt Verlag München, 1. Auflage 1985, 2. Auflage 1996

Toni Reinelt und Wilfried Datler (Hrsg.)

Beziehung und Deutung im psychotherapeutischen Prozeß

Springer Verlag Berlin Heidelberg 1988

Gabriele Elschenbroich

Zum inneren Gleichgewicht finden

Kreuz Verlag Zürich 1990

Marianne Fuchs, mit Beiträgen von E. Wiesenhütter, R. Johnen, H. Müller-Braunschweig

Funktionelle Entspannung

Hippokrates Verlag, 6. Auflage 1997

Thure von Uexküll, Marianne Fuchs, H. Müller-Braunschweig, Rolf Johnen

Subjektive Anatomie

Schattauer Verlag Stuttgart, 2. Auflage 1997

Sophie Krietsch

Schritte zur Ganzheit - Bewegungstherapie mit schizophrenen Kranken

Gustav Fischer Verlag Lübeck Stuttgart Jena Ulm 1997

F. Lamprecht / R. Johnen (Hrsg.)

Salutogenese - Ein neues Konzept in der Psychosomatik

VAS - Verlag für Akademische Schriften Frankfurt 1997

Franz Sedlak, Gisela Gerber

Dimensionen integrativer Psychotherapie

Vom Gefangensein in Erkenntnisgrenzen (Käfigdenken) zur wahrheitssuchenden

Begegnung (Brückendenken)

Facultas Universitätsverlag Wien 1998

Frank Röhrich

Körperorientierte Psychotherapie psychischer Störungen

Hogrefe-Verlag Göttingen Bern Toronto Seattle 2000

Hans-Christian Deter (Hrsg.)

Psychosomatik am Beginn des 21. Jahrhunderts

darin: M. Fuchs: Die Entstehung der Funktionellen Entspannung

Verlag Hans Huber Bern Göttingen Toronto Seattle 2001

Reinhard Plassmann, Michael Schütz, Thure von Uexküll (Hrsg.)

Integrierte Medizin: Neue Modelle für Psychosomatik und Psychiatrie

darin: Aufsätze von M. Fuchs, A. von Arnim, S. Krietsch

Psychosozial-Verlag Gießen 2002

Ingrid Herholz, Rolf Johnen, Dorothee Schweitzer (Hrsg.)

Funktionelle Entspannung - Das Praxisbuch

Schattauer Verlag Stuttgart 2009

Marianne Fuchs

Funktionelle Entspannung - Theorie und Praxis eines körperbezogenen

Psychotherapieverfahrens

7. überarbeitete Auflage 2013

Verlag book-on-demand, Berlin, www.book-on-demand.de

Petra Saltuari

Kunsttherapie in der Schwangerschaft: Qualitativ-empirische Untersuchung von kunst-

therapeutischen Interventionen bei Risikoschwangeren im Klinikum Frankfurt Höchst

Shaker Verlag Herzogenrath 2015

Thomas Harms (Hg.)

Körperpsychotherapie mit Säuglingen und Eltern

(darin: Aufsätze von Doris Lange, Petra Salturai)

Psychosozial-Verlag Gießen 2016

**Eine ausführliche Literaturliste kann über die
Geschäftsstelle der A.F.E. angefragt werden.**

Struktur der A.F.E.

Stand: Oktober 2016

Präsidium

Vorsitzende	Gabriele Martin Hauptstr. 36 23738 Riepsdorf	G.F.Martin@t-online.de
1. Stellvertreterin	Doris Lange Badborngasse 1a 35510 Butzbach	mail@dorislange.de
2. Stellvertreterin	Ulrike Quitmann Bredeneschredder 4a 22395 Hamburg	u.quitmann@gmx.de
Schatzmeisterin	Sabine Wurzbacher Joseph-Lutz-Weg 13 81371 München	sabine.wurzbacher@gmx.de
Beisitzerin	Dr. Angela von Arnim Viktoria-Luise-Platz 8 10777 Berlin	psychosomatik-dr.a.v.arnim@web.de

Weiterbildungsausschuss

Koordination	Roswitha Mauer-Bittlinger Kantstr. 21a 64668 Rimbach	mbittlinger@web.de
Mitglieder	Irene Bucheli-Zemp Eschenbachstr. 13 CH - 6023 Rothenburg	irene@buchelly.ch
	Gerd Erbslöh Am Mittelfeld 1 86554 Pöttmes-Wiesenbach	nfo@gerd-erbsloeh.de
Für das Präsidium	Doris Lange Badborngasse 1a 35510 Butzbach	mail@dorislange.de

Statusgruppen

ZertifikatsinhaberInnen	Dr. Ruth Sonnenberg Ludwig-Sievers-Ring 4 30659 Hannover	ruth.sonnenberg@t-online.de
	Dr. med. Andrea Nawka Albrechtstr. 16 10117 Berlin	andrea.nawka@web.de
WeiterbildungskandidatInnen	Dr. med. Gertrud Dick Schumacherring 123 90552 Röthenbach	gertrud_dick@gmx.net
Schlichtungsstelle	Dr. Richard Sohn Haydnstr. 21 90768 Fürth	richard.sohn@arcor.de
	Barbara Dembowski 17, rue des Blés d'Or F-31300 Toulouse	Barbaradembowski@gmx.de
	Dr. med. Christian Meier Quellenweg 1a 90617 Puschendorf	christian.meier@web.de

Redaktion

Funktionelle Entspannung in Theorie und Praxis	Dr. Petra Saltuari Legienstr. 42 65929 Frankfurt	petra@saltuari.de
	Johann Matthes Am Schloßpark 1 17111 Siedenbrünzow	joru72@gmx.de
Newsletter	Ulrike Quitmann Bredeneschredder 4a 22395 Hamburg	u.quitmann@gmx.de
Weiterbildungsprogramm	Geschäftsstelle der A.F.E. Regine Wosnitza Bülowstr. 52 / A6 10783 Berlin	info@afe-deutschland.de

Auszug aus der Satzung

Fassung vom 01.01.2015

§ 1 Name des Vereins

Der Verein führt den Namen A.F.E., Arbeitsgemeinschaft für Funktionelle Entspannung, im folgenden „A.F.E.“ genannt.

§ 2 Sitz und Rechtsform

(1) Die A.F.E. hat ihren Sitz in Erlangen.

(2) Die A.F.E. führt durch ihre Eintragung in das Vereinsregister den Zusatz „e.V.“. Eingetragen beim Amtsgericht Erlangen - Vereinsregister - unter der Nummer: VR 505 am 20.4.1978.

§ 3 Ziele und Aufgaben

(1) Die A.F.E. befaßt sich mit der Methode „Funktionelle Entspannung (FE) nach M. FUCHS“. Sie widmet sich der Forschung, Praxis, Lehre und der Öffentlichkeitsarbeit der Funktionellen Entspannung in Therapie, Pädagogik und Beratung.

(2) Die Vermittlung der Methode der Funktionellen Entspannung im Sinne des Absatzes (1) führt die A.F.E. mit Fachkräften durch, die von ihr (der A.F.E.) beauftragt werden.

(3) Die A.F.E. unterhält zum Gedanken- und Erfahrungsaustausch Verbindungen mit wissenschaftlichen Gesellschaften des In- und Auslandes.

A.F.E. - Mitgliedschaft Zulassung zur Weiterbildung

Der Antrag auf Mitgliedschaft in der A.F.E. wird an die Geschäftsstelle geschickt mit der Empfehlung von einem Mitglied der A.F.E.

Für den Antrag zur Zulassung zur Weiterbildung ist die Mitgliedschaft in der A.F.E. Voraussetzung. Zusätzlich sind ein Lebenslauf, eine Motivationsbeschreibung und die Empfehlung eines Lehrbeauftragten erforderlich. Die Unterlagen werden an die Geschäftsstelle geschickt.

Die Geschäftsstelle prüft die formale Vollständigkeit der Unterlagen. Über den Aufnahmeantrag entscheidet das Präsidium. Die Geschäftsstelle teilt dann dem / der AntragsstellerIn die Aufnahme in die A.F.E. und die Zulassung zur Weiterbildung mit.

Ab der Aufnahme ist der jährliche Mitgliedsbeitrag zu bezahlen.

Ein Mitglied bekommt alle Informationen laufend zugeschickt, kann sich bei der Geschäftsstelle vorliegende Informationen schicken lassen und sich mit Fragen an Präsidium, Weiterbildungsausschuss und Lehrbeauftragte wenden.

Bei besonderen Schwierigkeiten ist die 2. stellvertretende Vorsitzende zuständig, da sie die internen Belange des Vereins verwaltet.

Bei Konflikten kann das Mitglied die Schlichtungsstelle kontaktieren.

Beschluss des Präsidiums 28.7.2014

Mitgliedsbeiträge pro Jahr:

WeiterbildungskandidatInnen / fördernde Mitglieder	130 €
ZertifikatsinhaberInnen	160 €
Lehrbeauftragte	190 €

Die Mitgliedsbeiträge werden im Einzugsverfahren erhoben.

Liste der Lehrbeauftragte

Lehrbeauftragte		
Bartholomew, Ursula Dr. med.	Zionskirchstr. 25 10119 Berlin	030-46605266 praxis@ dr-bartholomew.de
Bucheli-Zemp, Irène	Eschenbachstr. 13 CH - 6023 Rothenburg	+41-41-2806665 irene@buchelly.ch
Eberspächer, Barbara Dipl.-Psych.	Birkenhain 7 83355 Grabenstätt	08661-982694 info@ebers-sys-sal.de
Eberspächer, H. Eberhard Dipl.-Psych.	Birkenhain 7 83355 Grabenstätt	08661-982694 info@ebers-sys-sal.de
Gudden, Cornelia Dipl.-Psych.	Buckenhofer Str. 13c 91080 Spardorf	09131-55862 cornelia.gudden@gmx.de
Herholz, Ingrid, Dr. med.	Schlehdornweg 15 50858 Köln	0221-488463 Ingrid.Herholz@web.de
Janz, Gabriele,	Burgunderstr. 8 14129 Berlin	030-8035124 janz@catlinafilm.de
Klotz-Wiesenhütter, Marion	Sparzer Weg 21 83313 Siegsdorf	08662-7908 wiesenhuetter@web.de
Lange, Doris Dipl.-Psych.	Badborngasse 1a 35510 Butzbach	06033-73232 mail@dorislange.de
Lauffer, Verena	Hafenstr. 32b 17489 Greifswald	03834-502323 verena.lauffer@web.de
Leye, Monika Dr. phil.	Weitoldstr. 15 93047 Regensburg	0941-5862725 dr.leye@web.de
Loew, Thomas Prof. Dr. med.	Klinikum Universität Regensburg Franz-Josef-Strauß-Allee 11 93053 Regensburg	0941-9447241 thomas.loew@ klinik.uni-regensburg.de

Lehrbeauftragte		
Loew, Thomas Prof. Dr. med.	Klinikum Universität Regensburg Franz-Josef-Strauß-Allee 11 93053 Regensburg	0941-9447241 thomas.loew@ klinik.uni-regensburg.de
Martin, Gabriele Dipl.-Psych.	Hauptstr. 36 23738 Riepsdorf	04363-2563 G.F.Martin@t-online.de
Mauer-Bittlinger, Roswitha Dipl.-Psych.	Kantstr. 21a 64668 Rimbach	06253-808867 mbittlinger@web.de
Pachner-Knoll, Irma Dr. med.	Am Wildbann 9 87616 Marktoberdorf	08342-4896 irmapachner@t-online.de
Pokorny, Erika	Ebrardstr. 4 91054 Erlangen	09131-23360 g.pokorny@t-online.de
Schweitzer, Dorothee Dr. med.	Pferdmengesstr. 14a 50968 Köln	0221-3463900 schweitzer.dorothee@ gmail.com
Schwibach, Dieter	Kirchenplatz 2 84347 Pfarrkirchen	08561-5858 dieter.schwibach@ gmx.de
Sorge, Dorothee	Nassauische Str. 56 10717 Berlin	030-8022609 dorothee.sorge@web.de
von Arnim, Angela Dr. med.	Viktoria-Luise-Platz 8 10777 Berlin	030-69544122 psychosomatik-dr.a.v. arnim@web.de
Wurzbacher, Sabine Dipl.-Psych.	Josef-Lutz-Weg 13 81371 München	089-7241191 sabine.wurzbacher@ gmx.de

Struktur der Weiterbildung

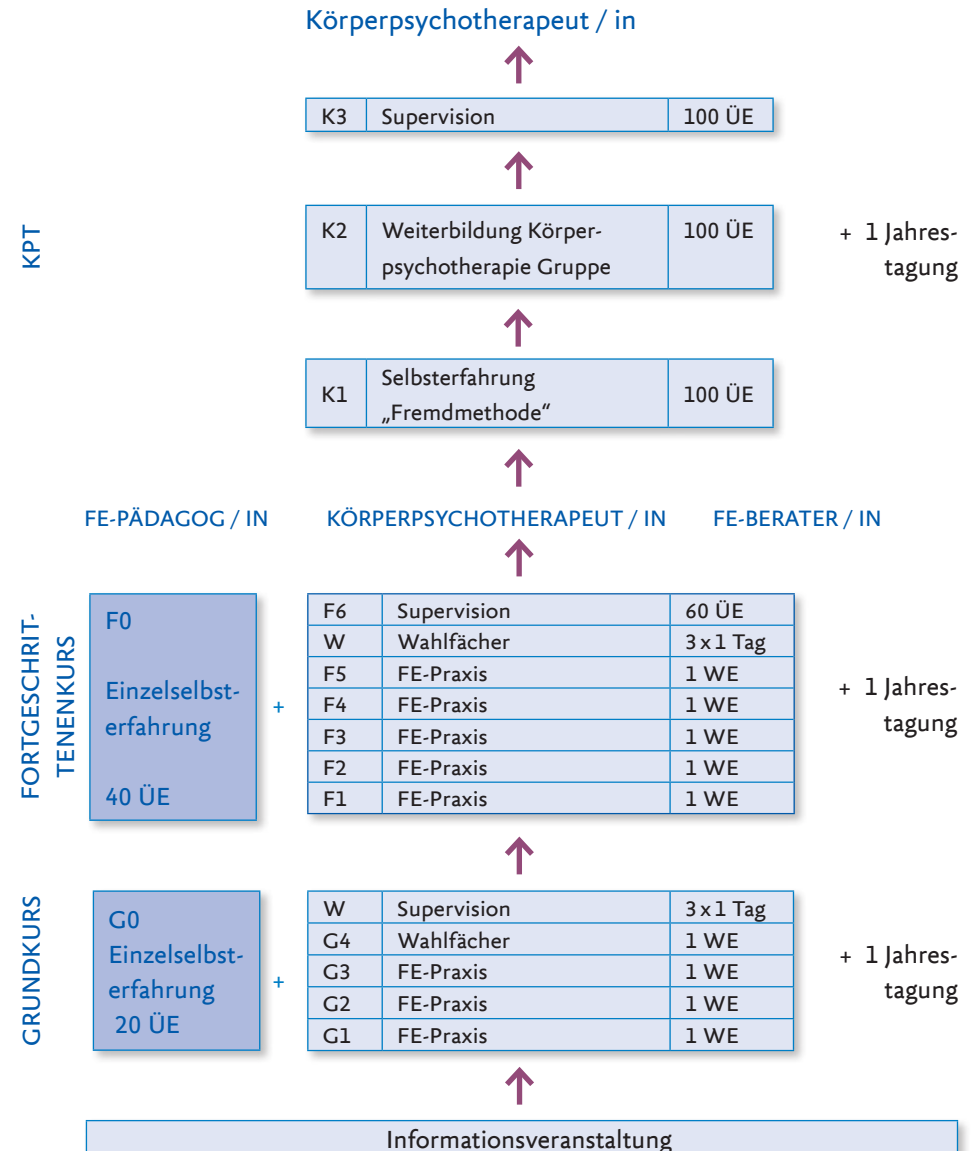
Stand: April 2015

Lehrbeauftragten - AnwärterInnen

Buntfuss, Sabine Dipl.-Psych.	Beim Steinbruch 43 90518 Altdorf	09187-95470 s.buntfuss@gmx.de
Kirchmayr, Fridoline	Döderleinstr. 2 91054 Erlangen	09131-123305 seminare@fridoline.de
Nebgen, Thomas	Nachtigallenweg 5 47441 Moers	02841-26668 thomas-nebgen@t-online.de
Ott, Beatrix Dipl.-Psych.	Schorenstr. 1 CH - 9000 St. Gallen	beatrix.ott@bluewin.ch
Röder, Harald Dipl.-Psych.	Hallplatz 23 - 25 90402 Nürnberg	0911-364390 harald.roeder@t-online.de
Schneider, Dagmar	Harfenstr. 19 91054 Erlangen	danamaris@freenet.de
Staehe, Inge Dr. med. dent.	In der Reuth 41 91056 Erlangen	inge.staehe@gmx.de
Witt-Wulf, Silke Dr. med.	Forststr. 11 14163 Berlin	030-80585833 silkeelisawitt@yahoo.de

Lehrbeauftragte im Ruhestand

Hahn, Barbara	Strahlenbergerstr. 11 69198 Schriesheim	06203-61530 bp.hahn@t-online.de
Ottensmeier, Gerlind Dr. phil.	Poppensiek 39 32584 Löhne	05732-16536 GerlindO@t-online.de



Curriculum für die Weiterbildung

Stand: April 2015

Die Funktionelle Entspannung (nach M. Fuchs) ist eine körperzentrierte psychodynamische Methode, die in pädagogischen, beratenden und therapeutischen Berufsfeldern ihre Anwendung findet. Die Weiterbildungsordnung bietet den Rahmen für eine fachlich qualifizierte berufsbegleitende Weiterbildung in der Funktionellen Entspannung. Einzelne Bausteine, vor allem die Wahlfächer, werden auch als Fortbildung angeboten. Die Weiterbildung ersetzt keine Psychotherapie.

1 Voraussetzungen für die Weiterbildung zum FE-Zertifikat

1. Empfohlenes Mindestalter: 25 Jahre
- 1.2 Grundberuf aus den Bereichen Medizin, Psychologie, Psychotherapie, Gesundheitswesen, Pädagogik, Beratung, Coaching und verwandte Berufe.
- 1.3 Teilnahme an einer Informationsveranstaltung und / oder Schnuppereiheit (mindestens 2 ÜE).

2 Voraussetzungen für die Weiterbildung zum Zertifikat FE-Körperpsychotherapie

- Psychotherapeutisch Tätige im Rahmen der gesetzliche Bestimmungen
- FE-Zertifikat
- 100 ÜE Selbsterfahrung in einer Fremdmethode

3 Anmeldung / Kontakt / Information

Geschäftsstelle der A.F.E.
Bülowstr. 52 / A6, 10783 Berlin
030-38 10 65 56, info@afe-deutschland.de

4 Weiterbildung

Die Weiterbildung besteht aus I (Informationsveranstaltung, siehe 1.3) und G 0 - G 4 + W (Grundkurse), F 0 - F 6 + W (Fortgeschrittenenkurse), K 1 Selbsterfahrung Fremdmethode, K 2 - K 3 Körperpsychotherapiekurse.

Im Verlauf der Weiterbildung müssen 3 Jahrestagungen besucht werden. Die Weiterbildung zum / zur FE-TherapeutIn beinhaltet mindestens 300 Übungseinheiten + 2 Jahrestagungen. Die KPT-Weiterbildung in FE umfasst 100 ÜE KPT-Kurs in der Gruppe und 100 ÜE Supervision + 1 Jahrestagung.

Die im F-Kurs erworbene Anwendung der FE in psychotherapeutischen Behandlungen soll in diesem Weiterbildungsabschnitt vertieft und erweitert werden zu Körperpsychotherapie mit FE in unterschiedlichen Settings.

Die Einzelselbsterfahrung, die Blockveranstaltungen, die Supervision und die W-Kurse werden bei den Lehrenden direkt bezahlt und von diesen quittiert und bescheinigt.

Die Einzelselbsterfahrung bieten in der Regel die jeweiligen Dozenten in ihren eigenen Praxisräumen an.

Die Weiterbildungsblöcke G 1 - einschließlich K 3 werden an verschiedenen Orten angeboten. Diese sind aus dem jeweiligen Weiterbildungsprogramm, aus dem Internet oder durch Anruf bei der Geschäftsstelle zu entnehmen.

4.1 Grundkurse:

- | | |
|--------|---|
| G0 | Körperzentrierte Selbsterfahrung in Einzelarbeit (mindestens 20 ÜE) |
| G1- G4 | Selbsterfahrung mit FE in fortlaufender Gruppe (56 ÜE = 4 Wochenenden mit verschiedenen Themen) |
| W | Wahlfächer, Themenspezifische Workshops, (3 x 8 ÜE = 24 ÜE = 3 Tage).
Es werden eine große Anzahl von verschiedenen Themen angeboten, wovon drei Themen gewählt werden können. Eine Jahrestagung kann als themenspezifischer Workshop anerkannt werden.
Diese Seminare werden auch als Fortbildung angeboten. |

Für die Weiterbildung ist eine Motivationsbeschreibung, ein Lebenslauf und eine Empfehlung zur Weiterbildung bei der Geschäftsstelle einzureichen.

4.2 Fortgeschrittenenkurse:

- F0 Fortführung der Einzelselbsterfahrung (40 ÜE)
- F1- F5 Vertiefung der FE in Theorie und Praxis (unter berufsspezifischen Schwerpunkten) (70 ÜE = 5 Wochenenden) für Pädagogen, Erwachsenenbilder, Lehrer und Erzieher, Berater, Seelsorger, Coaches und für Therapeuten / Heilberufe
- W Die Wahlfächer aus dem Grundkurs werden vertieft und differenziert (24 ÜE = 3 Tage)
Es können drei Themen gewählt werden.
Eine Jahrestagung kann als themenspezifischer Workshop anerkannt werden.
Diese Seminare werden auch als Fortbildung angeboten.
- F6 Berufs- und anwendungsspezifische Supervision (60 ÜE)
Zu F 6 gehören schriftliche Darstellungen der berufsfeldspezifischen Projekte oder klinischen Probleme.
- K1 Selbsterfahrung in einer Fremdmethode (mindestens 100 ÜE) ist grundsätzlich erwünscht, ist jedoch zwingend notwendig für den Abschluss
„FE-Körperpsychotherapie“ (KPT).
- K2 – K3 Für die Weiterbildung zum FE-Körperpsychotherapeuten sind weitere Aufbaukurse und Supervision notwendig. Für diese Weiterbildung können nur psychotherapeutisch Tätige im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen zugelassen werden.

5 Abschluss der Weiterbildung zum / zur FE-TherapeutIn, FE-PädagogIn, FE-BeraterIn

- 5.1 Antrag
- 5.1.0 Voraussetzungen
- 5.1.1 4 Projekte / Fälle aus den laufend supervisierten Arbeiten
- 5.1.2 Selbstdarstellung der eigenen derzeitigen beruflichen Identität im Umgang mit der FE

- 5.1.3 Schriftliche Abschlussbefürwortung von einem Lehrbeauftragten (unter Einbezug der Stellungnahme des Fachsupervisors)
- 5.1.4 Nachweis über den Weiterbildungsgang im Testatheft
- 5.1.5 Zahlungsbeleg der Abschlussgebühr
- 5.1.6 Einsenden der Abschlussunterlagen an die Geschäftsstelle
- 5.1.7 Der WBA sichtet und liest die Arbeiten, es besteht die Möglichkeit der persönlichen Rückmeldung nach Absprache
- 5.2 Abschlussgespräch der KandidatInnen mit zwei Lehrbeauftragten im Rahmen der Jahrestagung.
- 5.3 Verleihung des Zertifikats durch die / den Vorsitzende / n im Rahmen der Jahrestagung der Arbeitsgemeinschaft Funktionelle Entspannung.

6 Abschluss der Weiterbildung zum / zur FE-KörperpsychotherapeutIn

- 6.1 Voraussetzungen
- 6.1.0 Antrag
- 6.1.1 Thematische Abschlussarbeit und eine Falldarstellung aus den laufend supervidierten Arbeiten
- 6.1.2 Selbstdarstellung der beruflichen Identität mit FE-Körperpsychotherapie
- 6.1.3 Schriftliche Abschlussbefürwortung von einem Lehrbeauftragten (unter Einbezug der Stellungnahme des Supervisors)
- 6.1.4 Nachweis über den Weiterbildungsgang im Weiterbildungsheft
- 6.1.5 Zahlungsbeleg der Abschlussgebühr
- 6.1.6 Einsenden der Abschlussunterlagen an die Geschäftsstelle.
- 6.2 Abschlussgespräch der KandidatInnen mit zwei Lehrbeauftragten im Rahmen der Jahrestagung.

- 6.3 Verleihung des Zertifikats durch die / den Vorsitzende / n im Rahmen der Jahrestagung der Arbeitsgemeinschaft Funktionelle Entspannung.

7 Der Lehrkörper

Alle Lehrbeauftragten und LehrbeauftragtenanwärterInnen haben einen Vertrag mit der A.F.E. und vertreten die Arbeitsgemeinschaft in der Weiterbildung. Der Lehrkörper wird ergänzt durch akkreditierte Zertifizierte. Das Hinzuziehen von Gastdozenten ist möglich.

Für das Curriculum Körperpsychotherapie sind die Dozenten Lehrbeauftragte der A.F.E. aus dem psychotherapeutischen Berufsfeld im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen.

Die Lehrenden und DozentInnen werden aus Gründen der Qualitätssicherung durch eine Feedback-Erhebung von den TeilnehmerInnen bewertet.

Die akkreditierten Zertifizierten sind befugt zur Durchführung von W-Kursen innerhalb der Weiterbildung.

Leitfaden zum Zertifikat der A.F.E.

Stand: April 2015

In der Endphase der Weiterbildung erstellt der / die WeiterbildungskandidatIn die Zertifikatsarbeiten (Falldarstellungen / Projekte>>siehe Deckblatt „Falldarstellung / Projekt“) in Zusammenarbeit mit dem / der supervisierenden Lehrbeauftragten, der / die dies in seiner / ihrer Abschlussbefürwortung bestätigt.

Der / Die WeiterbildungskandidatIn sendet folgende Unterlagen an die Geschäftsstelle:

- Antrag
- Selbstdarstellung der derzeitigen beruflichen Identität im Umgang mit der FE (1 - 2 Seiten)
- Weiterbildungsheft als formalem Nachweis der geleisteten Weiterbildung
- schriftliche Abschlussbefürwortung von einem / einer Lehrbeauftragten der AFE (unter Einbezug der Stellungnahme des Fachsupervisors)
- vier Fälle / Projekte aus den laufend supervidierten Arbeiten (je 4 - 10 Seiten)
- Kopie der Überweisung der Abschlussgebühr (z. Zt. 100 €)

ENDGÜLTIGER EINREICHUNGSTERMIN IST DER 1. JULI DES JAHRES.

Die Geschäftsstelle bestätigt den Eingang und leitet die Unterlagen an den / die Vorsitzende(n) des Weiterbildungsausschusses weiter. Diese(r) überprüft auf Vollständigkeit und leitet die Unterlagen wiederum weiter an die Lehrbeauftragten (-anwärterInnen), die von der vorangegangenen Lehrbeauftragtenkonferenz als Moderatoren des Zertifikatsgesprächs bestimmt wurden. (Diese wurden unter dem Aspekt ausgewählt, dass sie keinen Weiterbildungsbezug zu den ZertifikatsanwärterInnen haben.)

Nach Annahme der Unterlagen lädt die Geschäftsstelle im Namen des Weiterbildungsausschusses im September d. J. zum Abschlussgespräch ein. Dieses findet am Freitag vor der Mitgliederversammlung im Rahmen der Jahrestagung im November d. J. statt.

Die Teilnahme am Gespräch ist verpflichtend (Ausnahmen bedürfen der Genehmigung).

Das „Zertifikatsgespräch“ (ca. 90 Min.) findet mit allen ZertifikatsanwärterInnen gemeinsam statt. Es hat keinen „Prüfungscharakter“, sondern dient der Selbstdarstellung und dem Austausch und wird von den beiden Lehrbeauftragten moderiert. Die KandidatInnen erhalten Gelegenheit, im Rahmen der sich anschließenden Mitgliederversammlung sich und ihre Arbeiten vorzustellen und während der Jahrestagung als Poster auszuhängen. Auf Wunsch erhalten sie Gelegenheit zur Rückmeldung durch die Moderatoren im weiteren Verlauf der Jahrestagung.

Das Zertifikat wird durch den / die VorsitzendeN der A.F.E. im Rahmen der Jahrestagung feierlich überreicht. Die ZertifikatsinhaberInnen erhalten ihre Unterlagen zurück.

Es besteht darüber hinaus die Möglichkeit, die Fall- / Projektdarstellungen in digitaler Form (siehe Merkblatt „Archivierung der Zertifikatsarbeiten“) archivieren zu lassen. Diese Archivierung dient dem kollegialen Austausch, der wissenschaftlichen Weiterentwicklung der Methode und als Grundlage für Publikationen und Fachvorträge. Es ist das Anliegen der Arbeitsgemeinschaft, dieses einmalige und lebendige Fallmaterial zu erhalten und weiterzugeben. Es bleibt dem / der einzelnen ZertifikatsinhaberIn überlassen, ob er / sie dazu beiträgt. Auf Einhaltung der Datenschutzbestimmungen wird geachtet.

Inhalte der Weiterbildung des FE-Zertifikats

	Grundlagenkurs (4 Wochenenden à 14 ÜE)	Fortgeschrittenenkurs (5 Wochenenden à 14 ÜE)	Supervisionskurs (4 Wochenenden à 14 ÜE + 4 ÜE Einzel)
Lernziele	<ul style="list-style-type: none"> • FE-Selbsterfahrung „Ich mit mir“ • FE in Theorie und Praxis im Grundverständnis der Methode 	<ul style="list-style-type: none"> • Erweiterung der FE-Arbeit vom „Ich mit mir“ zum „Ich im Umgang mit den Anderen“ • Vertiefung der FE-Theorie und FE-Praxis • Anwendungsbegleitung und Supervision • Verortung des FE-Therapeuten / FE-Pädagogen / FE-Beraters in seinem beruflichen Umfeld; berufsspezifische Schwerpunkte • Entwicklung eines persönlichen Stils in der Arbeit mit FE 	<ul style="list-style-type: none"> • Erweiterung der Kompetenz für den therapeutischen, pädagogischen und beraterischen Bereich • Burnout-Prophylaxe: Entlastung von Problemen • Persönlichkeitsbildung
Themen der Theorie	<ul style="list-style-type: none"> • Geschichte der FE (leibpädagogische Wurzel, Biographie M. Fuchs) • Einführung in die Methode der FE • Zentrale Begrifflichkeiten der FE (z.B. Funktion, dialogisches Prinzip, Ebenenwechsel) • Gestaltkreis: „Theorie der Einheit von Wahrnehmen und Bewegen“ • FE als tiefenpsychologische Methode 1 • Grundkenntnisse in Anatomie und Physiologie <p>Fakultative Themen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einführung in Begriffe der Leibphänomenologie • Das Konzept der „subjektiven Anatomie“ 1 • Theorie der Wahrnehmung 	<ul style="list-style-type: none"> • FE als tiefenpsychologische Methode 2 • Einführung in die Psychosomatik • Konzepte der Entwicklungspsychologie, Verortung der F.E. in der Kleinkindforschung • Das Menschenbild und die therapeutische Haltung in der F.E. • Phänomenologische Diagnostik: z.B. Rhythmusdiagnose, Einbeziehen des Resonanzgeschehens • Arbeit in der Gruppe (theoretische Grundlagen) <p>Fakultative Themen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bindungstheorie und Neurobiologie in ihrer Relevanz für die FE • Das Konzept der „subjektiven Anatomie“ 2 • Die pathischen Kategorien bei Viktor von Weizsäcker 	<ul style="list-style-type: none"> • Das Menschenbild und die therapeutische Haltung in der FE (Fortsetzung) • Übertragung – Gegenübertragung; leibliche Resonanzphänomene und leibliche • Abwehrmechanismen • Unterscheidung zwischen Anleitung, Supervision und Intervention
Themen der Praxis	<ul style="list-style-type: none"> • Die „Spielregeln“ der FE • Der äußere Halt: Boden / Unterlage • Der innere Halt: Skelett / Gerüst, Gelenke, Becken, Brustkorb, Kopf, die • „drei Kreuze“ • Räume / Höhlen und deren Verbindungen: Kopf-, Mund-, Brust-, Bauchraum • Grenzen / Kontakt: Haut • Rhythmus erleben: erfahrbare Bewegungsrichtungen, innere Durchlässigkeit • Das dialogische Prinzip: subjektive Bedeutung von Wahrgenommenem erkennen und Sprache dafür finden 	<ul style="list-style-type: none"> • FE eine biographische Methode • Lebensgeschichte, Körpergeschichte und Körperbild • Leiblicher Umgang mit Berührung und Grenze • Beziehung und Resonanz • Verknüpfung und Regulation von Spüren, Fühlen, Denken, Handeln, Affektregulation, Ebenenwechsel, Versprachlichung, Umgang mit Impulsen • Arbeit mit dem Rhythmus (Fortsetzung) • FE und Stimme • Entwicklung und Ausarbeitung von FE-Interventionen und Interventionstechniken • Bedeutung der Symbolik der Sprache 	<p>Gearbeitet wird an mitgebrachten dokumentierten Fällen.</p>
Gruppendynamischer Prozess	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppenprozesse ermöglichen • Ressourcen der Gruppe zum miteinander Lernen nutzen 	<ul style="list-style-type: none"> • Begegnungs- und Konfliktfähigkeit 	

Inhalte der Weiterbildung zum Zertifikat Körperpsychotherapie

FE kann in unterschiedlichster Form in psychotherapeutische Behandlungen integriert werden. Die Methode kann dabei umfassend vermittelt werden oder in Form von FE-Interventionen, FE-Angeboten oder einer FE-gemäßen Haltung eingebracht werden. Die leibliche Selbstwahrnehmung des Therapeuten als wesentliche Orientierung in der Behandlung bedeutet nicht, dass durchgängig körperpsychotherapeutisch gearbeitet wird; die leibliche Ebene kann auch nur phasenweise, z. B. bei ungeklärten Affekten fokussiert werden. Eine körperpsychotherapeutische Identität muss erst entwickelt und der passende Rahmen für die Arbeit mit FE gefunden werden. Diese Prozesse hin zu einem körperpsychotherapeutischen Arbeiten dauern erfahrungsgemäß mehrere Jahre.

Lernziele	<ul style="list-style-type: none"> • körperpsychotherapeutische Diagnostik, Indikationsstellung und Behandlungstechnik mit Integration der kognitiv- sprachlichen, emotionalen und somatischen Ebene • Vertiefung von Körperempathie, Resonanz und Passung in der therapeutischen Beziehung • ein Verständnis für Zwischenleiblichkeit, szenischem Verstehen und Handlungsdialog bei Einbeziehung der leiblichen Ebene • Gestaltung des körperpsychotherapeutischen Prozesses mit FE bei den wichtigsten psychosomatischen Krankheitsbildern • Körperpsychotherapeutische Identität und Selbstfürsorge • Vertiefung der Selbsterfahrung mit besonderer Beachtung früh verletzter Anteile, Bindungserfahrungen und leiblich- implizit gespeicherten Beziehungswissens
Themen der Theorie	<ul style="list-style-type: none"> • Gemeinsamkeiten und Abgrenzung der FE zu anderen körperpsychotherapeutischen Verfahren • Theorie der körperpsychotherapeutischen Beziehung und des Prozesses • Relevante Ergebnisse der Neurobiologie, der Trauma- und Emotionsforschung

Themen der Praxis	<ul style="list-style-type: none"> • Besonderheiten des körperpsychotherapeutischen Settings • Besonderheiten von körperpsychotherapeutischer Kurz- und Langzeittherapie sowie Gruppentherapie • Körperpsychotherapeutische Diagnostik von Verhaltens- und Beziehungsmustern sowie Ressourcen • Zugang zu einverlebten Persönlichkeitsanteilen, Körperausdruck und Körperbild • Arbeit mit dem impliziten Körpergedächtnis: Umgang mit den minimalen Zeichen des leiblichen Unbewußten, Begleiten der verschiedenen Phasen eines krisenhaft-kreativen Veränderungsprozesses, subtiler Umgang mit dem Ebenenwechsel und Resonanzphänomenen. • körperpsychotherapeutische Handhabung von Übertragung, Abwehr und Widerstand • leibliche Kommunikation, Handlungsdialog und szenisches Verstehen • körperpsychotherapeutische Förderung der Selbstentwicklung • Zugang zu Affekten, Förderung von Affektdifferenzierung und -regulation • Umgang mit spezifischen psychosomatischen Krankheitsbildern • Spezifische körperpsychotherapeutischen Traumabearbeitung und Umgang mit Krisen • Körperpsychotherapeutische Identität und persönlicher Stil • Arbeit mit Kindern und Jugendlichen, mit Paaren, Mutter-Kind-Behandlung
--------------------------	--

Erläuterungen zu den Veranstaltungen, Kursen und der Weiterbildung

I - Informationsveranstaltungen

Allgemeine Einführung in die Methode der FE und Erläuterungen der Weiter- und Fortbildungsmöglichkeiten.
Einschlägige Veranstaltungen werden angerechnet, wo immer sie abgeleistet werden.

G - Grundkurse

- G 0** Einzelarbeit
siehe Liste der Lehrbeauftragten und Lehrbeauftragtenanwärter (20 ÜE).
- G-Kurs** Der G-Kurs umfasst in 100 Übungseinheiten in Blockveranstaltungen alle Inhalte (Theorie und Gruppenselbsterfahrung), die gemäß der neuen Weiterbildungsordnung für den Grundlagenteil vorgeschrieben sind. Die Dozenten sind Lehrbeauftragte und Lehrbeauftragtenanwärter der AFE aus dem therapeutischen, pädagogischen und beraterischen Bereich. Die Teilnehmer sind anschließend berechtigt, an den Fortgeschrittenenkursen teilzunehmen, die zum Erwerb des Zertifikats führen.

F - Fortgeschrittenenkurse

- F 0** Einzelarbeit: siehe Liste der Lehrbeauftragten (40 ÜE)
- Der F-Kurs umfasst in etwa 200 Übungseinheiten alle Inhalte (Theorie, Praxis und Supervision), die gemäß der neuen Weiterbildungsordnung für den Fortgeschrittenenteil vorgeschrieben sind. Die Dozenten sind Lehrbeauftragte der AFE aus dem therapeutischen, pädagogischen und beraterischen Bereich. Die Teilnehmer erhalten ihr Zertifikat als FE-TherapeutIn, FE-PädagogIn oder FE-BeraterIn.

W - Wahlkurse

- Wahlkurse** Die Wahlkurse sind themenspezifische Workshops, im Grundkurs und im Fortgeschrittenenkurs jeweils 3 x 1 Tag (3 x 8 ÜE) möglichst verschiedenen Inhalts. Diese Seminare können auch als Fortbildungskurse von Interessierten besucht werden, siehe Angebote unter der Rubrik Wochenendtagungen / Workshops, Seite 45.

KPT - Körperpsychotherapiekurse

- K 1** Selbsterfahrung in einer Fremdmethode (mindestens 100 ÜE) ist grundsätzlich erwünscht, ist jedoch zwingend notwendig für den Abschluss „FE-Körperpsychotherapie“ (KPT).
- K 2** Für die Weiterbildung zum FE-Körperpsychotherapeuten sind weitere Aufbaukurse und Supervision notwendig. Für diese Weiterbildung
- K 3** können nur psychotherapeutisch Tätige im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen zugelassen werden.
- KPT-Kurs** Der KPT-Kurs umfasst in 200 ÜE alle Inhalte (Theorie, Praxis und Supervision). Die Dozenten sind Lehrbeauftragte der A.F.E. Die Teilnehmer erhalten ihr Zertifikat als FE-Körperpsychotherapeuten.

**Alle Kurse werden an unterschiedlichen Orten in der
Bundesrepublik und in der Schweiz angeboten**