LEBE DEINE TRÄUME

PAARSYNTHESE
INTEGRATIVE THERAPIE
GESTALTTHERAPIE

KURT FUNK & DAGMAR NIEHAUS

WORKSHOP-TRILOGIE

mit Film-Highlights gesehen durch die Brille psychotherapeutischer Verfahren

Bürgerhaus Stollwerck, Köln
März / Juni / November 2020

Im Herbst unseres Therapeut*Innenlebens haben wir uns gefunden; auf einer Feier anlässlich einer Praxiseröffnung kamen wir ins Gespräch, redeten, redeten ohne Punkt und Komma; nach einer halben Stunde trennten wir uns; mit ein paar Tagen Abstand suchten wir Kontakt, beschlossen, auf dem großen mittleren Grund, dem uns zutiefst vertrautem Gelände, dieses Projekt zu konzipieren.

Die 3 Workshops repräsentieren spezielle Interessengebiete, Themen, mit denen wir uns Jahrzehnte befasst haben, jeder jedoch in anderen professionellen Zusammenhängen. Das Projekt sehen wir als eine Art Session, glauben, gemeinsam viel mehr und Neues im Sinne von „eine Rose ist eine Rose ist eine Rose“ „ihre Blüte, ihr Duft, ihre Symbolkraft“ (Gertrude Stein) kreieren zu können.

Als Cineasten verbinden wir unsere Begeisterung fürs Kino mit unserer therapeutischen Erfahrung und unserem Know-how. Wir laden dazu ein Teil dieses Projekts zu sein, zu partizipieren, es mit zu gestalten, ganz im Sinne der Gestalttheorie „Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile … es beeinflusst die einzelnen Teile und ist größer als deren Summe.“ (Joseph Zinker)

Kurt Funk / Dagmar Niehaus

WORKSHOP I: 12. - 15.03.2020

TRÄUME: ABGESPALTENE PERSÖNLICHKEITSANTEILE UND VISIONEN

Einführung: **INCEPTION**
Christopher Nolan, 2010

Träume symbolisieren Identitätsarbeit

Traumarbeit findet an der Schwelle zwischen Wachen und Traum, Vertrautem und Fremden, Bewussten und Nicht-mehr-Bewussten, schon Erahntem, aber noch nicht Erfasstem, Wunsch und Gebot statt.

Die Identifikation mit den Traumsymbolen setzt emotionale Energie frei; es entfalten sich ganze Dramen aus der inneren Welt im Hier und Jetzt. Wir fühlen unseren Panzer als Festung, die Frau, die sich weigert zurück in die Realität zu kommen, das Kind, das uns den Rücken zuwendet, den alten Mann, der sein Ende kommen sieht.

Wir lassen Armeen und Sicherheitsdienste im Traum auftreten, bauen Brücken zu neuen Ufern, tauchen wieder ein ins Wasser, um neu geboren zu werden. Erbaute Welten brechen zusammen und schwer gesicherte Tresore öffnen sich wie von selbst; das alles sind wir, Projektionen abgespaltener Anteile unserer Persönlichkeit. Wir oszillieren zwischen Gut und Böse, männlich und weiblich, Anfang und Ende, Krieg und Frieden. Identifizieren wir uns mit unserem Schatten, wandelt sich Fremdheit in Vertrautheit. Peinliche, hilflose oder aggressive Anteile erleben wir als uns zugehörig, kontrollierbar und letztlich hilfreich; wir spalten sie nicht mehr ab indem wir sie im Außen bekämpfen.

Der Sinn von Träumen entspringt der szenischen Matrix im Hier und Jetzt, in deren Textur Fragmente alter Szenen eingewoben sind. Das Gewahrsein des Augenblicks, eine Szene folgt der anderen, ein Wort ergibt das andere, ein Gefühl ruft das andere hervor, eine Berührung führt zur nächsten, erfordert nicht nur eine verbal-interpretative Deutung, es braucht das Erfassen und Verstehen des Atmosphärischen, des Szenischen, des Sichtbaren; Bedeutungen schälen sich durch Blicke, Gesten, Distanzen, Worte, Sätze und Erzählungen heraus.

Die digitale Zeit bringt uns um den Schlaf, Reizüberflutung lässt uns nicht mehr träumen. Wir werden auf vielfältige Weise manipuliert, nicht nur persönliche Bedürfnisse durch permanente Werbung, auch Wahlen, gesellschaftliche Umstürze und Kriege werden Interessen geleitet inszeniert, mit verheerenden Folgen für die Menschheit (Klimakatastrophe, Migration aufgrund von Ausbeutung, Artensterben). Viele fühlen sich entfremdet, nicht mehr integriert in familiäre, berufliche und heimatliche Zusammenhänge. Projizieren wir die eigene Entfremdung auf Fremde, das Fremde? Lässt sich auch so Fremdenfeindlichkeit erklären? Bedroht uns die Heimatlosigkeit der Migranten, ihre Notlage, weil wir die eigene Bedrängnis nicht wahrhaben wollen? Steht uns auch das Wasser bis zum Hals? Wer hilft uns, wenn wir in Seenot geraten, unser Schiff zu kentern droht, für uns kein Platz mehr an Bord ist? Wer beruhigt uns, wenn die Wogen hochgehen, die Emotionen durchbrechen, wir in Panik geraten und uns den Dämonen ausgesetzt fühlen?

In diesen stürmischen, chaotischen Zeiten zu navigieren, verlangt einen guten Kompass, eine gute Crew und ein seetaugliches Schiff. Wir ahnen, es reicht nicht sich anzupassen, um den sozialen Status zu erhalten, um Privilegien und Besitzstand zu kämpfen; wir müssen auch verzichten, loslassen, dürfen nicht uns selbst und andere betrügen; es reicht nicht zu bleiben „wie man ist und die Verhältnisse eben sind".

Existentielle Grundbedürfnisse wollen befriedigt, Visionen verfolgt und Träume gelebt werden.

WORKSHOP 2: 18. - 21.6.2020

SEXUALITÄT - EROTIK - LIEBE: INTIMITÄT UND INTUITION

Einführung: **DIE BRÜCKEN AM FLUSS**
Clint Eastwood, 1995

„ES GIBT KEINE NATUR DES MENSCHEN,
DIE DEN MENSCHEN FESTLEGT,
SONDERN DER MENSCH IST DAS,
WOZU ER SICH MACHT."
Jean-Paul Sartre

„DER MENSCH WIRD AM DU ZUM ICH."
Martin Buber

„LIEBESGLÜCK IST LEBENSWERK."
Michael Cöllen

Sexualität, Erotik und Liebe wirken als Antriebskräfte des Lebens. Die emotional-intime Bindung ist der Faktor der Persönlichkeitsentwicklung.

Liebe als Bedürfnis, Lebens- und Sinnorientierung drückt sich in gelungenen, bedeutungsvollen Interaktionen und Dialogen aus. Das Liebes-Ich symbolisiert die archivierten Erlebnisse und Erfahrungen des Liebes-Selbst, repräsentiert das individuelle und auch kollektive Unbewusste, formt Charakter und Identität.

Wie sieht der eigene Liebesentwurf aus? Welche Bedürfnisse, Sehnsüchte, Wünsche, Hoffnungen stehen für meinen Zukunftsentwurf? Wie symbolisieren wir sie im täglichen Agieren und unseren Träumen?

Sich dem Wagnis „Liebe", den eigenen Bedürfnissen, Neigungen und Ängsten, den im Schatten Verborgenen zu stellen, braucht eine vertrauensvolle, offene Atmosphäre, eine gute Zeit und intimen Raum. Die Dynamik der Gruppe spiegelt in der Interaktion untereinander individuelle und kollektive Kontakt-, Begegnungs-, Beziehungs- und Bindungsmuster. Sie schaltet Widerstände und Abwehrmechanismen auf, um frustrierende schmerzliche, traumatische Erlebnisse, Ereignisse und Erfahrungen zu vermeiden.

Wer will sich ewig im Kreis drehen, mit Frust und Langeweile abfinden? Es braucht die Sicht von außen, den Spiegel der Anderen, um den Status Quo zu überwinden. Neue Ansätze, Wege, Ziele und Strategien suchen, finden und entwickeln Menschen, die ihre Sehnsüchte, Bedürfnisse und Wünsche, ihre Träume, ernst nehmen, ihnen vertrauen und der eigenen Intuition folgen; die als Individuum, Paar und Familie um die Liebe ringen und kämpfen, durch Sinnlichkeit Sinn finden und die Ekstase feiern.

Wie steht´s um die Wa(h)re Liebe? Die sexuelle Revolution entlarvte in den 60er und 70er Jahren sexuelle Enthaltsamkeit als Lustfeindlichkeit und Prüderie. Partnersuche und Sexualität werden seit dem Millennium zunehmend geprägt von Online-Speed-Dating und Cybersex. Zärtliche Liebe droht in der entsinnlichten Welt des Internets verloren zu gehen.

Geschlechtliche Identitäten und sexuelle Orientierungen symbolisieren sich heute im Regenbogen; es gibt in Deutschland kaum noch Bildungsunterschiede zwischen Frauen und Männern, dennoch prägen Ungerechtigkeit, fehlende Chancengleichheit die Arbeitswelt und das Familienleben: Diskriminierung sexueller Minderheiten und die Machtverhältnisse zwischen den Geschlechtern wirken teilweise immer noch wie fixiert.

Dem setzen wir entgegen:
„Liebe ist der Sinn,
Dialog der Weg,
Würde das Prinzip".
(Michael Cöllen)

WORKSHOP 3: 19. - 22.11.2020

FREUNDSCHAFTEN UND WAHLVERWANDTSCHAFTEN

Einführung: **ZIEMLICH BESTE FREUNDE**
Filmkomödie, Olivier Nakache und Éric Toledano 2011

WIRKLICH GUTE FREUNDE SIND MENSCHEN, DIE UNS GANZ GENAU KENNEN, UND TROTZDEM ZU UNS HALTEN.

MARIE VON EBNER-ESCHENBACH,
ÖSTERREICHISCHE SCHRIFTSTELLERIN, 1830 - 1916

Menschen brauchen Freundinnen und Freunde, Paare befreundete Paare und Familien andere Familien, mit denen sie sich freundschaftlich verbunden wissen. Wechselseitige Bestätigung und Wertschätzung, ein ausgewogenes Verhältnis von Geben und Nehmen, gemeinsame Aktivitäten, Erfahrungen von Solidarität bereichern das Leben, fördern Gesundheit, stabilisieren, kräftigen das Identitätserleben und erhöhen die Widerstandskraft, die Resilienz.

Freundschaften kennzeichnen klare Grenzen in der Interaktion, eine ausgewogene Gleichwertigkeitsbalance und ein empfundenes Wir-Gefühl; in ihrer jeweils spezifischen Art sind sie von außen zu erkennen. Man ist füreinander da, unterstützt und fördert sich, kann sich aufeinander verlassen; Raum und Zeit werden zusammen geteilt und gestaltet.

Werden die Grenzen aufgrund von Kontaktstörungen diffus oder starr, verlieren Freundschaften ihren Reiz. Freundschaften verändern sich wie alle Systeme aufgrund innerer Entwicklungen und äußerer Einwirkungen permanent; sie bedürfen der gegenseitigen Empathie und Bereitschaft, sich mit Konflikten ernsthaft auseinzusetzen. In Krisen geraten Freundschaften aufgrund zeit-extendierter Belastungen, mangelndem Engagement füreinander, einschneidender Veränderungen wie Umzüge, Krankheit, Trennungen und Verlusten sowie dem Ignorieren von individuellen und kollektiven Veränderungen.

Freundschaften verlangen nach kreativer Anpassung, gelungenen, befriedigenden Interaktionen und guter Kommunikation. Verdrängte Verletzungen, Kränkungen, das Ignorieren von Veränderungen und den damit einhergehenden Empfindungen, Gefühlen, Gedanken und Emotionen höhlen Freundschaften aus, gefährden sie und können sie auch zerstören.

In unserer digitalen Zeit, in der scheinbar alles miteinander geteilt wird, fehlen Nähe, Ernsthaftigkeit und Sinnlichkeit, das Wahrnehmen mit allen Sinnen, das zwischenleibliche Ich und Du, das Erleben von Wir, Zugehörigkeit und Zusammenhalt, das zusammen durchs Feuer, dick und dünn gehen, an einem Strang ziehen. Wir brauchen die Beste Freundin, den „Blutsbruder“, den Buddy, die Clique, die befreundeten Mitschülerinnen, Kommilitonen, Kolleginnen, Nachbarn und auch den väterlichen Freund.

Singularität ist ein riskanter Lebensstil; Einsamkeit und Depressionen sind der Preis für überzogene Individualität, Autarkie, unbegrenzte Wahlfreiheit, exzessiv zur Schau gestellten Körper- und Bewegungskult und grenzenlosen Konsum. Cybermobbing, gravierende Kränkungen und Verletzungen bei der Partnersuche auf Dating Portalen, verantwortungsloses Agieren bei Facebook, auf Instagram, in Whats App Gruppen, hemmungsloses Ausleben niederer Beweggründe unter Verwendung von Nicknamen untergräbt und zerstört Zwischenmenschlichkeit und dies umso mehr als „American First“ via Twitter Egoismus zur Leitkultur erhoben hat.

In „ziemlich beste Freunde“ wird Freundschaft in ihrer Vielfalt und Mannigfaltigkeit erlebt, scheinbar unüberbrückbare Gegensätze werden überwunden, integriert und münden in politischen Aktionen; die Akteure empfinden den Freund als guten inneren Gefährten und erleben sich selbst als besten Freund.

Lasst uns um Freundschaft und Solidarität kämpfen!

Die **GESTALTTHERAPIE** wurde von den Psychoanalytikern Fritz und Lore Perls sowie dem Sozialwissenschaftler Paul Goodman in den 50er Jahren begründet. Der Name geht auf die Gestalt-Psychologie zurück, von der die Gründer wesentliche Konzepte nutzten, wie Kontakterleben im „Hier und Jetzt", Figur/Grund, die unerledigte Situation (offene Gestalt), die ganzheitliche Betrachtung einer Erscheinung in ihrem Kontext. Die Gestalttherapie wendet sich dem Menschen in seiner ganzheitlichen körperlichen, seelischen, geistigen Erscheinungsweise zu. Sie sieht ihn mit seiner Lebensgeschichte in Interaktion mit seinem sozialen Feld unter gesellschaftlichen Bedingungen. Ziele sind die Wiederherstellung, Stärkung und Entwicklung der Kontaktfunktionen, der Fähigkeiten zur kreativen Anpassung und damit die organismische Selbstregulation. Die bewusste Wahrnehmung, Achtsamkeit, das Kontakterleben im „Hier und Jetzt" an der Kontaktgrenze, die sowohl trennt als auch verbindet, sind Weg und Ziel zugleich. Das Credo der Gestalttherapie: Das Ganze ist mehr und etwas anderes als die Summe der Teile; was zu einem Teil eines Ganzen wird, nimmt selbst neue Eigenschaften an.

Die **INTEGRATIVE THERAPIE** wurde von Hilarion Petzold seit den 70er Jahren entwickelt. Sie bezieht sich auf phänomenologische, hermeneutische, systemisch ökologische, evolutionstheoretische, tiefenpsychologische und sozialwissenschaftliche Konzepte. Der Mensch wird als Körper-Seele-Geist Subjekt im sozialen und ökologischen Umfeld verstanden. Berücksichtigt werden speziell die Forschung zur klinischen Entwicklungspsychologie (Baby- und Kleinkindforschung, Entwicklung über die Lebensspanne), Konflikt- und Traumaforschung sowie Erkenntnisse der Neurobiologie. Die IT versteht sich auch als Integrationsmodell, das u.a. Theorien, Konzepte, Methoden und Techniken der Gestalttherapie, des Psychodramas und Verfahren der Körper-/Leibtherapie einbezieht. Sie zielt sowohl auf die Behandlung von Krankheiten und Störungen als auch auf einen gesundheitsbewussten Lebensstil (Ressourcenaktivierung, Entwicklung von Potentialen, Selbstverwirklichung und Souveränität). Im Fokus stehen Erkenntnisgewinn, Nachsozialisation von Grundvertrauen, Aktivierung und Förderung des kreativen Potentials sowie soziales Engagement und ökologisches Bewusstsein. Das Credo der IT: Mensch wird man durch Mitmenschen; Person wird man durch Interaktionsprozesse über die „Lebensspanne" hinweg.

Die **PAARSYNTHESE** wurde 1975 von Michael Cöllen begründet und seit 1992 mit Ulla Holm zusammen weiterentwickelt und ausdifferenziert. Sie ist eine liebevolle Konfrontation, ein Ringen um die Liebe und um die Herzen der Partner auf der Basis eines psychologisch therapeutischen Verfahrens. Drei Eckpfeiler dieser methodenübergreifenden Paartherapie sind die Geschichte der Partnerwerdung, der intime Dialog und die Sinnsuche der Liebenden. Ziele der Paarsynthese: Abbau von blockierenden Altlasten und Streitmustern, Aufbau von Resonanzenergie, Intimer Dialog im Austausch von Körper, Geist und Seele, durch Sinnlichkeit zum Sinn, Feiern der Ekstase. Die Psychologie der Liebe, paartherapeutische Praxis und spirituelles Lernen verbinden sich zu einem lebendigen Modell von Partnerschaft und Liebe, im weiteren Sinn zu einer Liebes- und Beziehungslehre. Sie lehrt ein paarbezogenes Menschenbild. Sinn der Paarsynthese ist das Zusammenwirken weiblicher und männlicher Anteile und Potenziale, Friedensarbeit zwischen Frau und Mann, die Versöhnung der Geschlechter und damit auch der Menschen untereinander.

Integrative Therapie, Paarsynthese und Gestalttherapie arbeiten mit einem breiten Spektrum an Methoden, Techniken und kreativen Medien: Körper-, Tanz-, Bewegungs-, Musik-, Poesie- und Kreativitätstherapie; spezifisch sind Erlebnis nahe Übungen und Experimente, u.a. Arbeit mit dem „leeren Stuhl".

FOTOGRAFIE UND LAYOUT: ©WWW.RENDEL-FREUDE.DE

ANMELDUNG ZU DEN WORKSHOPS

Ich melde mich verbindlich zum Workshop (bitte ankreuzen) an:

- o **Workshop 1 / 12. - 15.03.2020**
  TRÄUME: ABGESPALTENE PERSÖNLICHKEITSANTEILE UND VISIONEN
  Einführung: **Inception / Christopher Nolan, 2010**

- o **Workshop 2 / 18. - 21.06.2020**
  SEXUALITÄT - EROTIK - LIEBE: INTIMITÄT UND INTUITION
  Einführung: **Die Brücken am Fluss / Clint Eastwood, 1995**

- o **Workshop 3 / 19. - 22.11.2020**
  FREUNDSCHAFTEN UND WAHLVERWANDTSCHAFTEN
  Einführung: **Ziemlich beste Freunde / Oliver Nakache, Éric Toledano, 2011**

TAGUNGSORT:	Bürgerhaus Stollwerck, Dreikönigenstr. 23, 50678 Köln
SEMINARZEITEN:	die Seminare beginnen donnerstags um 18.30 Uhr und enden sonntags um 13.00 Uhr
VERSORGUNG:	Unterbringung und Verpflegung werden nicht angeboten; im Umfeld des Stollwerck gibt es eine große Vielfalt an Bistros und Restaurants
KOSTEN:	390 € pro Workshop
BANKVERBINDUNG:	Dagmar Niehaus, apo Bank IBAN DE24 3006 0601 0007 2778 30 Als Betreff angeben: Vorname Name / Workshopnummer Verbindlich wird die Anmeldung bei Eingang der Gebühren.
INFOS & ANMELDUNG:	Kurt.Funk@t-online.de oder paartherapieniehaus@gmail.com Oder schriftlich bei: Dagmar Niehaus, Lübecker Str. 8, 50668 Köln

BEI ANMELDUNG BITTE ANGEBEN (DIE ROT UMRANDETEN FELDER MÜSSEN AUSGEFÜLLT WERDEN):

Name, Vorname

Geburtsdatum

Beruf

Straße, Hausnummer

PLZ Ort

- o Ich akzeptiere die **AGB**
  Datenschutzerklärung (siehe AGB's)

.....

Bitte hier Datum und Namen eintragen, wir definieren das als Ihre Unterschrift.

LEBE DEINE TRÄUME KURT FUNK & DAGMAR NIEHAUS

DAGMAR NIEHAUS & KURT FUNK

Praxis für Paartherapie, Sexualtherapie, Psychotherapie
Lübecker Str. 8, 50668 Köln
Fon 0171-5243722
Mail paartherapieniehaus@gmail.com
Web www.paartherapie-koeln-niehaus.de
www.integrativepraxiskoeln.de

Dipl. Gesundheitswissenschaftlerin (MPH)

Dipl. Sozialarbeiterin

Psychotherapeutin
für Kinder und Jugendliche

Ausbildungen:
Integrative Paar- und Sexualtherapie (GIPP)
Rational Emotive Therapie (IkS)
Traumatherapie EMDR (IT Berlin)
Kontemplative Psychologie (Karuna Training)

Lehrtherapeutin für Paar- und Sexualtherapie
am Odenwald- und Osterberg-Institut und der
deutschen Gesellschaft für Integrative Paartherapie
und Paarsynthese (GIPP eV)

Supervisorin (GIPP)

Freie Praxis in Köln

Psychotherapie:
Einzel-, Paar- und Sexualtherapie

Ausbildungsgruppen, Seminare und Workshops
„Paar- und Sexualtherapie“

Mail Funk.Kurt@t-online.de

Dipl. Sozialarbeiter

Industriekaufmann

Psychotherapie (HPG)

Lehrtherapeut für Integrative
Gestalttherapie am IGW Würzburg

Lehrtherapeut für Integrative Therapie
von 1979 bis 2003 am Fritz Perls Institut

Psycho-/ Sozio- und Suchttherapie
(35 Jahre Klinikleiter)

Freie Praxis in Köln seit 1980:
Lehrtherapie, Weiterbildung in
Gestalt- und Integrativer Therapie

Supervision:
Einzel-, Gruppen- und Teams

Psychotherapie:
Einzel-, Gruppen-, Paartherapie, Suchttherapie

Coaching von Führungskräften
im Profit- und Non-Profit-Bereich

LEBE DEINE TRÄUME