



Martin Pritzel

Staatlich anerkannter Erzieher und Körpertherapeut

Hertinger Str. 48

59423 Unna

Tel. : 02303/29 19 20 1

Fax. : 02303/29 19 21 1

Mobil : 0163 /25 04 42 5

Mail : info@martin-pritzel.de

„Über den Körper die Seele berühren“

Tiefenpsychologische

Körpertherapie

- Konzeption -



Zu meiner Person

Mein Name ist Martin Pritzel, geboren 1967 in Berlin. Seit 1990 lebe und arbeite ich in Unna. Ich bin staatlich anerkannter Erzieher und Tiefenpsychologischer Körpertherapeut. Bereits seit 1991 arbeite ich mit Kindern und Jugendlichen aus den stationären und ambulanten Erziehungshilfen. Um besonders jene zu erreichen, die auf sozialpädagogische Angebote und/ oder traditionelle Therapieverfahren nicht ansprechen, konzentriere ich mich seit 2003 ganz auf die körpertherapeutische Zugangsweise. Es gibt viele Hintergründe für Verhaltensauffälligkeiten oder gar Störungen. Diese werden begleitet von Defiziten in der eigenen Körperwahrnehmung, der Wahrnehmung Anderer und den Gefühlen. Sehr häufig geht dem auffälligen Verhalten der Kinder eine leidvolle Geschichte mit ihren Eltern bzw. anderen Bezugspersonen voraus. Viele haben im Verlauf ihres Lebens körperlichen und/oder emotionalen Missbrauch erlebt. Diese Kinder erhalten in der psychotherapeutischen Begleitung einen Schutzraum, erfahren dort Sicherheit und Respekt für ihre Grenzen. Diese Grenzen können sich emotional, kognitiv oder auch körperlich zeigen. Da ich, im Unterschied zu nur verbal ausgerichteten Therapien, als Tiefenpsychologischer Körpertherapeut auch mit dem Körper arbeite, beginne ich deshalb oft zunächst spielerisch die Aufmerksamkeit auf den Körper zu lenken.

Mein Angebot reicht von Einzeltherapien mit Kindern, Jugendlichen und ihren Eltern sowie jungen Erwachsenen bis zur Arbeit mit Gruppen (auch in Einrichtungen).

Daneben biete ich Supervision an für Teams aus der stationären Kinder- und Jugendhilfe und -psychiatrie.

Die Ausbildung zum Tiefenpsychologischen Körpertherapeuten absolvierte ich an der International Academy for Prevention and Psychotherapy (IAP) in Molenhoek/ Niederlanden. Die neunjährige Ausbildung ist derzeit in Deutschland von den Krankenkassen noch nicht anerkannt.



Was ist Tiefenpsychologische Körpertherapie?

Die in der IAP entwickelte Tiefenpsychologische Körpertherapie basiert auf einem integrierten Ansatz psychotherapeutischer, körperorientierter und energetischer Methoden. Sie stellt eine Kombination von tiefer Regressionsarbeit, körperlich-energetischer Arbeit, Beziehungsarbeit und der Auseinandersetzung mit konkreten Lebensfragen dar.

Dabei steht das Kind, der Jugendliche oder junge Erwachsene mit seinen aktuellen Themen und auch mit seinen früheren Beziehungen im Mittelpunkt. Erlebnisse mit wichtigen Bezugspersonen, die unbewusst weiterwirken, sind oft der Ausgangspunkt für psychische, somatische oder emotionale Probleme.

In der Tiefenpsychologischen Körpertherapie wird vorwiegend mit Bewegungs- und Ausdrucksübungen gearbeitet. Dahinter steht der Gedanke, dass sich verdrängte Inhalte aus sehr frühen Entwicklungsstufen über Körpersignale und Gefühlsregungen zeigen.

Die Arbeit mit therapeutisch intendierter körperlicher Berührung ist ein wichtiger Bestandteil dieser Therapieform. Berührung hat schon zu Beginn des menschlichen Lebens eine existentielle Bedeutung. Therapeutische Berührung ist auf den therapeutischen Prozess ausgerichtet. So kann es zum Beispiel sein, dass ich die Hand auf den oberen Rücken des Kindes/Jugendlichen lege, damit er diesen Teil des Körpers besser fühlen kann. Über therapeutische Berührung können auch Erinnerungen an wichtige Ereignisse im Leben stimuliert und der psychotherapeutischen Bearbeitung zugänglich gemacht werden. Wichtig dabei ist: körperliche Berührung als psychotherapeutische Intervention wende ich nur dann an, wenn das Kind/der Jugendliche ausdrücklich zustimmt.



Leitgedanken meiner Arbeit

Die Grundlage meiner therapeutischen Arbeit ist eine ganzheitliche Sicht auf den Menschen. Die Einheit und Zusammengehörigkeit von seelischem, körperlichem und geistigem Geschehen wirkt von Lebensbeginn an. Alle Methoden, die ich in der Tiefenpsychologischen Körpertherapie anwende, zielen auf die Aktivierung und Förderung des bewussten und unbewussten Heilungspotentials des Organismus als psychosomatische Einheit von Körper, Geist und Seele.

Jeder Organismus will wachsen und sich bestmöglich entfalten. Die kindliche Entwicklung kennt neben Phasen des Wachsens und der Reifung auch Schübe und Durchbrüche.

Um zu einer heilenden Erfahrung bei frühkindlichen Störungen dieses Wachstums- und Reifungsprozesses zu gelangen, braucht es den Aufbau einer verlässlichen Bindung. Sie bietet den Raum, in dem sich der Klient in behutsamen Schritten neu entdecken kann.

Die Methode der Tiefenpsychologischen Körpertherapie dient der Wiederherstellung des psychovegetativen Gleichgewichts und bietet die Möglichkeit auf psychischer und physischer Ebene Erfahrungen zu machen, die ein differenziertes Gefühlsleben und deren Ausdruck initiativ fördert. Ich begleite die Kinder darin, ihre Aufmerksamkeit auf den Körper zu richten, dessen Impulse besser wahrzunehmen, seine Signale kennen zu lernen und darauf zu vertrauen. Ziel ist unter anderem die Verbesserung des psycho-physischen Gleichgewichts im Allgemeinen und die Wechselwirkung von Spannung und Entspannung und den (körperlichen) Umgang mit Stress im Besonderen.



Was heißt das in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen?

Typisch für die Tiefenpsychologische Körpertherapie ist die grundsätzliche Möglichkeit *unterschiedlicher Settings in der Einzelarbeit*: man kann im Sitzen arbeiten, im Liegen oder Stehen. Gerade Kinder öffnen sich anfangs häufig über das Spiel und die Bewegung. Über gemeinsames Fußballspielen, Toben oder Ringen versuche ich die Aufmerksamkeit des Kindes auf seinen Körper zu richten. *Aktivitäts- und Entspannungsphasen* wechseln sich dabei ab. Hilfreich können dann auch *imaginative Methoden* sein (*Phantasiearbeit*), bei denen sich die Kinder mit ihrer inneren Bilderwelt beschäftigen, wobei sich manchmal neue Zugänge zu ihren emotionalen Ressourcen öffnen können. Dabei erkenne ich, wo das Kind/der Jugendliche steht.

Grundlegend für die weitere therapeutische Arbeit ist der *Aufbau einer positiven Bindung*. Der empathische Kontakt zum Kind/Jugendlichen ist dabei besonders wichtig. Er ist dann gegeben, wenn das Kind/ der Jugendliche sich nicht nur verstanden, sondern sich auch emotional begleitet fühlt und sicher aufgehoben weiß. In dieser Phase erhalte ich auch wichtige Informationen über die *Bindungsfähigkeit und -qualität* der Kinder und Jugendlichen in Bezug auf ihre primären Bezugspersonen.

Körperorientierte Methoden trainieren die *Wahrnehmungsfähigkeit* und helfen beim *Aufbau einer inneren Instanz*, um die eigene Gefühlswelt wahrzunehmen. Ein emotionales Nachreifen wird dadurch möglich.

Mit Hilfe von therapeutisch intendierter Berührung, Atemübungen, Massage und Stimmarbeit aktiviere und befreie ich von blockierten körperlichen und psychischen Funktionen. Gefühle wie Angst, Scham, Trauer und Enttäuschung genau so wie negativ besetzte Gefühle wie z. B. Wut, Neid und Trotz können dabei frei werden und mit meiner Unterstützung benannt, akzeptiert und positiv integriert werden. Nun besteht die Möglichkeit, sich von fixierten Vorstellungen zu lösen, traumatisierende Erfahrungen aus früheren Entwicklungsphasen



aufzuarbeiten und sich Verhaltensweisen zu erschließen, mit denen es sich in seiner aktuellen Lebenswelt besser zurechtfindet.

Qualitätsentwicklung

Zur kontinuierlichen Sicherung und Verbesserung der Qualität meiner therapeutischen Leistung tragen bei:

- Ausführliche Dokumentation der therapeutischen Arbeit
- Regelmäßige externe Supervision
- Regelmäßige externe Fortbildungen

Die therapeutische Leistung wird, unter Wahrung des Vertrauensstatus, in enger Abstimmung mit dem zuständigen Jugendamt und der Einrichtung oder den Eltern erbracht. Bei Bedarf nehme ich am Hilfeplanverfahren teil.

Kosten

Die Dauer einer Therapiesitzung ist abhängig vom Einzelfall und umfasst zwischen 60 und 120 min. Die Kosten je 60 min liegen aktuell bei 85,00 Euro brutto.



Impressionen aus meiner Praxis

Bilder sagen manchmal mehr als Worte



Ein Raum für Besprechungen, Supervision oder Arbeiten am Tisch



... oder eine gemütliche Ecke für persönliche Gespräche





Raum zum Toben ...



Entspannen und Fühlen

