

Lösungsfokussierte Kurztherapie



SFBT ist ein einfacher und hocheffektiver Therapie- bzw. Gesprächsansatz für Therapeuten, Trainer, Coachs, Berater, Mediatoren usw.

SFBT wurde von Steve de Shazer und Insoo Kim Berg am Brief Family Therapy Center in Milwaukee, USA entwickelt. Auf der Suche nach den entscheidenden Faktoren in Therapie – und Beratungsgesprächen stellte sich heraus, dass Klienten ihre Lösungen völlig unabhängig von einer ausführlichen Beschreibung ihrer Probleme entwickeln können. Auf der Basis dieser Entdeckung entstand ein sehr kompakter und strukturierter Ablauf, der bei nahezu jeder Art von Problemstellung angewandt werden kann.

Mit Hilfe der gefundenen Elemente kann der Fokus innerhalb eines Gespräches immer wieder auf den Lösungsraum gelenkt werden. In überraschend kurzer Zeit beginnen die angestrebten Veränderungen sich im Leben zu realisieren.

In detaillierten Langzeitstudien wurde die anhaltende Wirksamkeit dieser kompakten Methode nachgewiesen, bei Lernschwierigkeiten, Motivations- und Autoritätsproblemen ebenso wie in der Einzel-, Paar- und Familientherapie, bei „schwierigen Diagnosen“ wie z.B. Depressionen und Suchterkrankungen, Ängsten und Zwängen sowie bei den Folgen traumatisierender Lebensumstände oder Ereignisse.

->

PSYCHOTHERAPEUTISCHE FACHAUSBILDUNGEN

Lösungsfokussierte Kurztherapie - Lösungsfokussierte Kurztherapie

Es ist viel leichter, etwas Einfaches kompliziert zu machen, als etwas Kompliziertes einfach zu machen.

Die Anwendung erfolgt inzwischen weltweit überall dort, wo in Gesprächen nach Lösungen gesucht wird: das heißt, neben dem Einsatz in Therapie- und Beratungspraxen in den unterschiedlichsten Arbeitsfeldern, wie Schulen und Unternehmensberatungen sowie bei Mediation, Supervision, Schmerztherapie, psychosomatischer Therapie usw.

Our vision and goal: finding the most effective and efficient ways to help people achieve their desired state of being...

(Steve de Shazer, Insoo)

- Einzig und allein die Sicht der Klienten ist entscheidend
- Tragfähige Lösungen können vollkommen unabhängig vom Problem und seiner Entstehungsgeschichte entwickelt werden
- Menschen tragen alle Fähigkeiten und Ressourcen in sich, um ihre Probleme lösen zu können
- Probleme werden durch Konzentration auf die Lösung gelöst – nicht durch Konzentration auf das Problem

Lösungsfokussierte Gesprächsführung ist eine sehr direkte Methode zur Bearbeitung von seelischem Ungleichgewicht und psychischen Belastungen, die eine Heilung auf allen Ebenen ermöglicht. Blockaden und Traumata verlieren ihre (zer-)störende Wirkung und bestimmen nicht länger das Leben der Klienten. Hilfreich ist sie auch für die Kommunikation in vielen alltäglichen Konstellationen, in denen wir uns einen konstruktiven und kreativen Umgang wünschen. Sie ist der Schlüssel zur Entwicklung einer positiven Perspektive und zur Einleitung von realisierbaren Lösungsschritten.

Inhalte und

Konditionen: An den drei Terminen wird der von Steve de Shazer entwickelte Ablauf komplett vorgestellt und eingeübt.

Termine 2011: 22. 10. & 12. 11. & 10. 12. 2011

Termine Frühjahr 2012: 21.04. & 19.05. & 16.06.2012

Termine Herbst 2012: 27.10. & 17.1. & 08.12.2012

Zeit: Samstags 10.00 – 18.00 Uhr

Investition: € 345,-

Im Anschluss ist weitere Fortbildung und Supervision möglich

Dozent: Christoph Frieling, Homöopath und Psychotherapeut (HP), Ausbildung bei Steve de Shazer

Homepage

SFBT: www.brief-therapy.org

Informationsabend: 19.03.2012 um 19.00 Uhr
24.09.2012 um 19.00 Uhr

