



„Wenn du siebenmal hinfällst, musst du achtmal aufstehen“ BODHIDHARMA

Kampfkünste (Budō) in der Behandlung suchtkranker Menschen

Asiatische Kampfkünste (Budō) und ihre Achtsamkeitsübungen haben als *komplexe Budōerfahrung* in der Lehre und Praxis der Integrativen Therapie von je her einen besonderen Stellenwert und finden Eingang in die Erlebnispädagogik, Leib-, Psycho- und Soziotherapie und in die integrativ-therapeutische klinische Arbeit. Die Budōtherapie, als spezifische Form der Integrativen Bewegungstherapie, ist somit eine bewegungstherapeutische Methode, die im klinischen Feld als Einzel- und Gruppenpsychotherapie zur Anwendung kommt. Sie ist darauf ausgelegt, emotionale und kognitive Umstrukturierungsprozesse durch Körperübungen und Bewegungserfahrungen in Gang zu setzen, um neue Verhaltensmuster neuronal zu bahnen und nachhaltig zu verankern.

Der Workshop vermittelt einen allgemeinen Einblick in den budōtherapeutischen Ansatz, der sich weniger als „Techniklehre“ sondern vielmehr als „Weglehre und Haltungsschule“ begreift und der geprägt ist von Achtsamkeit, Wertschätzung, Bescheidenheit, Fürsorge und Neugier auf die eigenen Ressourcen und Potentiale. Am Beispiel der „Arbeit am Rückfall“ werden spezielle budōtherapeutische Techniken und Interventionen aufgezeigt, durchgearbeitet und geübt. Die damit einhergehenden Themen sind: Stand, Kampf, Grenze, Schutz, Mut, Achtsamkeit, Prävention.

Eigene Erfahrungen in Kampfkunst sind nicht erforderlich. Bitte bequeme (Sport-)Kleidung mitbringen.

Leitung:

Susanne Rebholz, MSc

- Integrative Psychotherapeutin, Tänzerin, Musik- und Tanzpädagogin
- Bewegungs- und Budōtherapeutin
- Lehrtätigkeit am Orff-Institut der Universität Mozarteum Salzburg, sowie an der Donau-Universität Krems
- Freiberuflich tätig in eigener Praxis
- Mitglied der Performancegruppe *DasCollectif*
- Regelmäßige Praxis in Aikido (3. Dan)

Frank Siegele, MSc

- Integrativer Psychotherapeut, approbierter Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut
- Dipl.-Sozialpädagoge, Dipl.-Supervisor
- Budōtherapeut, Lauftherapeut
- Freiberuflich tätig in eigener Praxis
- Begründer und Leiter des Instituts für Budōtherapie in Hannover
- Lehrtherapeut, Lehrsupervisor und Fachbereichsleiter an der Europäischen Akademie für bio-psycho-sozial-ökologische Gesundheit / Fritz Perls Institut (EAG/FPI)
- Regelmäßige Praxis in Zenki-Ryu-Karate-Dō (1. Dan) und Judo (7. Kyu)