

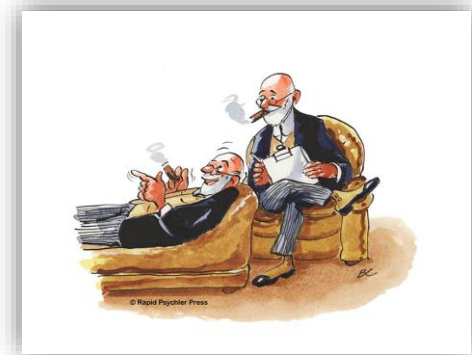
Psychodynamic educational self-discovery

Some reflections on the importance of a semi-structured approach and the techniques of Positive Psychotherapy

психодинамические самосознания в обучении

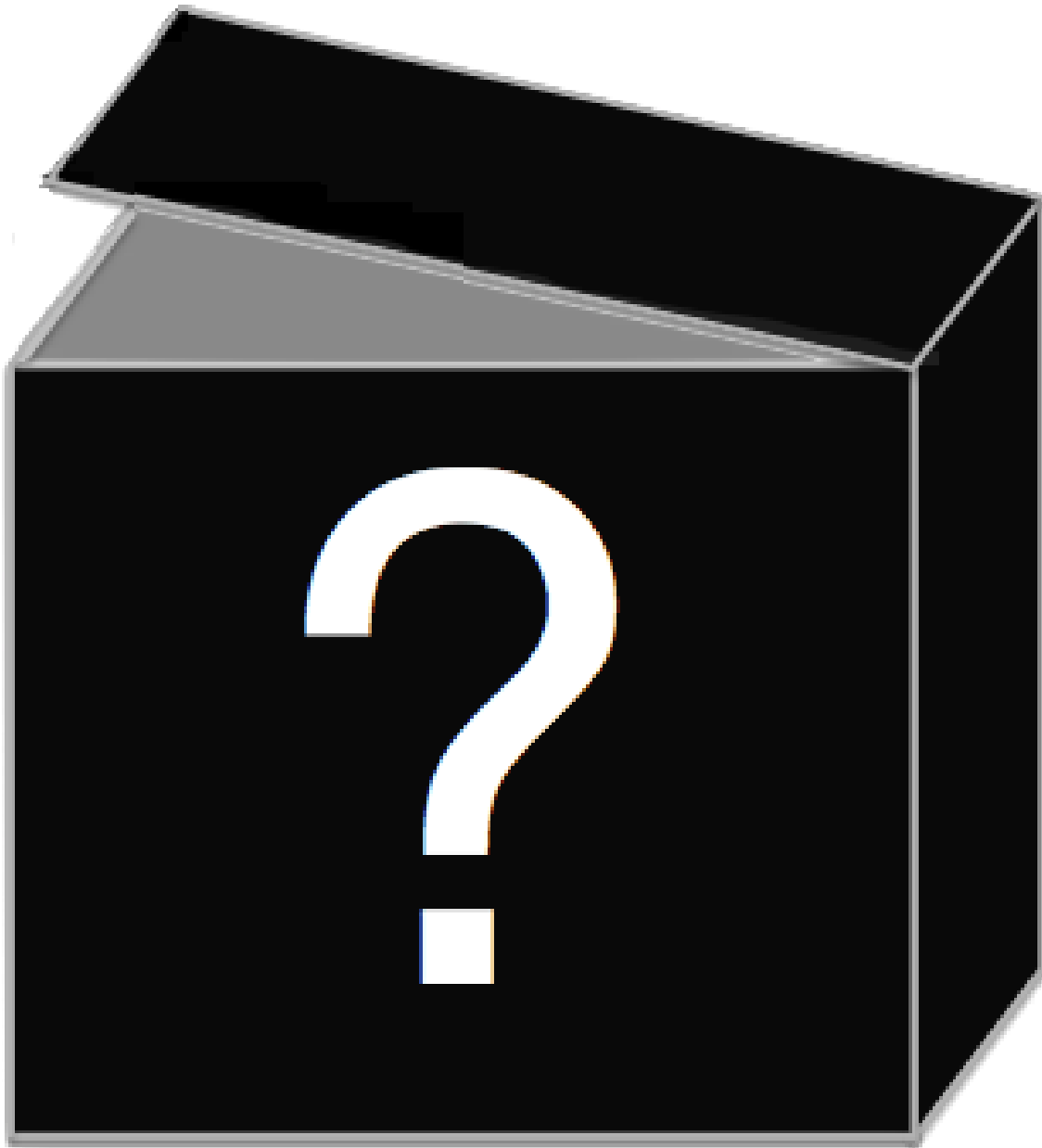
Keynote presentation
1 Nov 2018, ITS Wiesbaden, Germany

Dr. Hamid Peseschkian
hamid@peseschkian.com





(c) Hamid Peseschkian, 2018

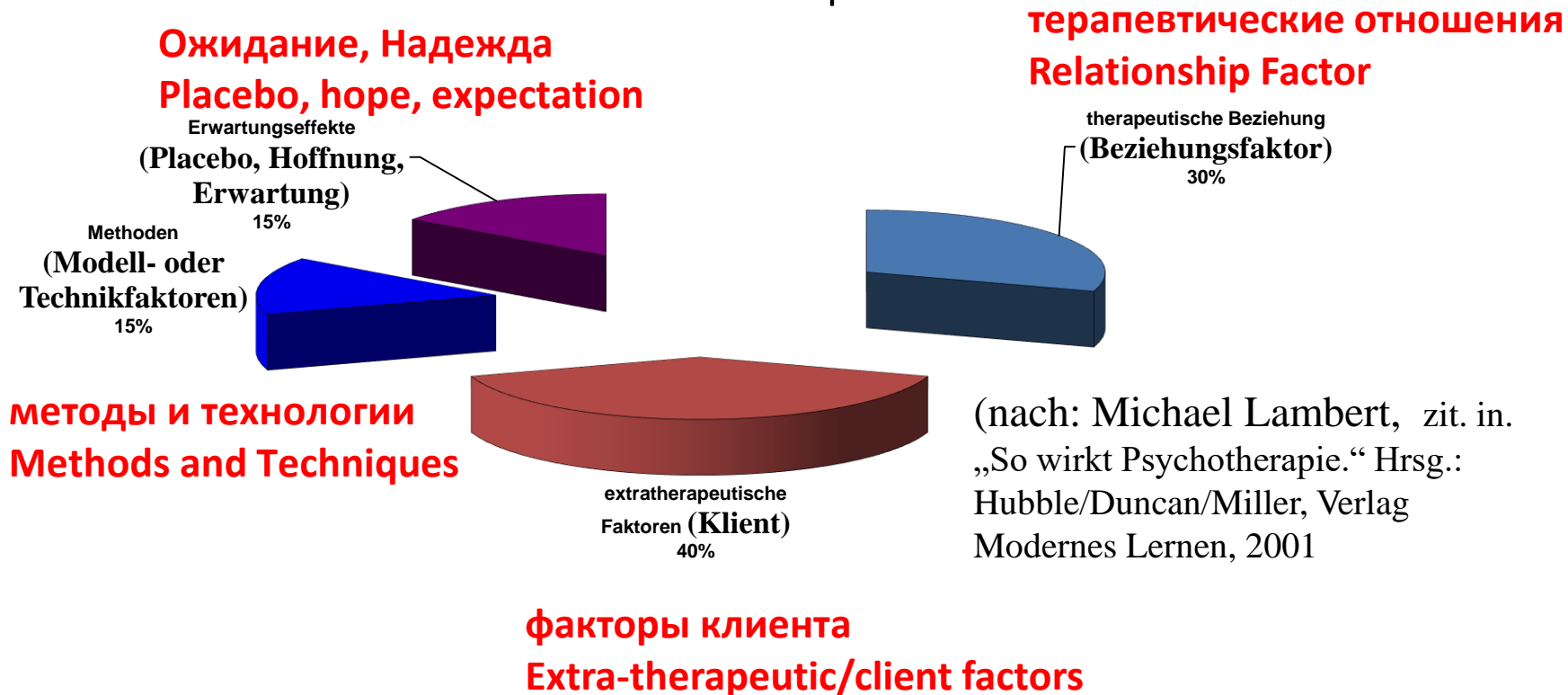


(c) Hamid Peseschkian, 2018

Therapeutic Factors of improvement in psychotherapy – The Big Four

Therapeutische Faktoren der Besserung bei Psychotherapie-Patienten - „Die großen Vier“

Терапевтические факторы улучшения в психотерапии больных «большая четверка»



(nach: Michael Lambert, zit. in. „So wirkt Psychotherapie.“ Hrsg.: Hubble/Duncan/Miller, Verlag Modernes Lernen, 2001)

Variants of Self-discovery

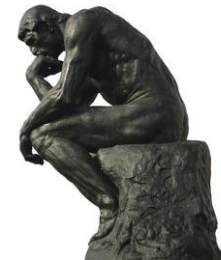
Variationen von Selbsterfahrung

Вариации самосознания

- **Educational Self-Discovery in training**
- Ausbildungsselbsterfahrung
- самосознания в обучении

- **Therapeutic self-discovery**
- therapeutische Selbsterfahrung
- Терапевтическое самоосознание

- **Individual/personal self-discovery**
- individuelle/persönliche Selbsterfahrung
- личное самосознание



Therapeutic self-discovery

This can take place in different settings, e.g. in the context of a psychotherapy by insurance, psychotherapy as a self-payer, therapeutic self-experience group etc.

By its nature, it is voluntary and its processes are more likely to be followed by a patient's therapy with than a primary educational experience

Individual / personal self-discovery

This can be understood as a lifelong process in the sense of "lifelong learning". This can take place in completely different settings (through books, groups, self-help groups, consultation groups, coaching, counseling etc.).

Educational self-discovery

Самосознания в обучении
Ausbildungsselbsterfahrung



Some characteristics of Educational/training self-discovery

- Training module; required by law (hence compulsory, not voluntary)
- Successful completion necessary to be admitted to the (state) exam
- Trainee is not a patient but prospective colleague
- Health insurance does not pay, but the participants themselves through training contributions
- Earlier psychotherapy is not counted
- During the training experience, the need for one's own psychotherapy can become clear
- So far different approaches: structured, semi-structured, process-oriented

According to the requirements of the **German Psychotherapist Law**, three topics play a central role in this:

1. **Reflection and modification of personal prerequisites** for therapeutic experience and action, including biographical aspects.
2. Recognizing meaningful aspects of **experiencing** and acting in the context of a **therapeutic relationship**.
3. To grasp the significant aspects of experiencing and acting in the context of **personal development during the training**.

Selbsterfahrung im Rahmen der Approbationsausbildung nach dem Psychotherapeutengesetz

§ 5 (1)

Gegenstand der Selbsterfahrung sind

- die Reflexion oder Modifikation **persönlicher Voraussetzungen** für das therapeutische Erleben und Handeln unter Einbeziehung biographischer Aspekte sowie
- bedeutsame Aspekte des Erlebens und Handelns im Zusammenhang mit einer **therapeutischen Beziehung** und
- mit der **persönlichen Entwicklung im Ausbildungsverlauf**.

Самосознание в рамках обучения в Германии

§ 5 (1)Psychotherapy Law

являются предметом самоосознания

- отражение или изменение личных условий для терапевтического опыта и действий,
- в том числе и биографические аспекты

значимые аспекты опыта

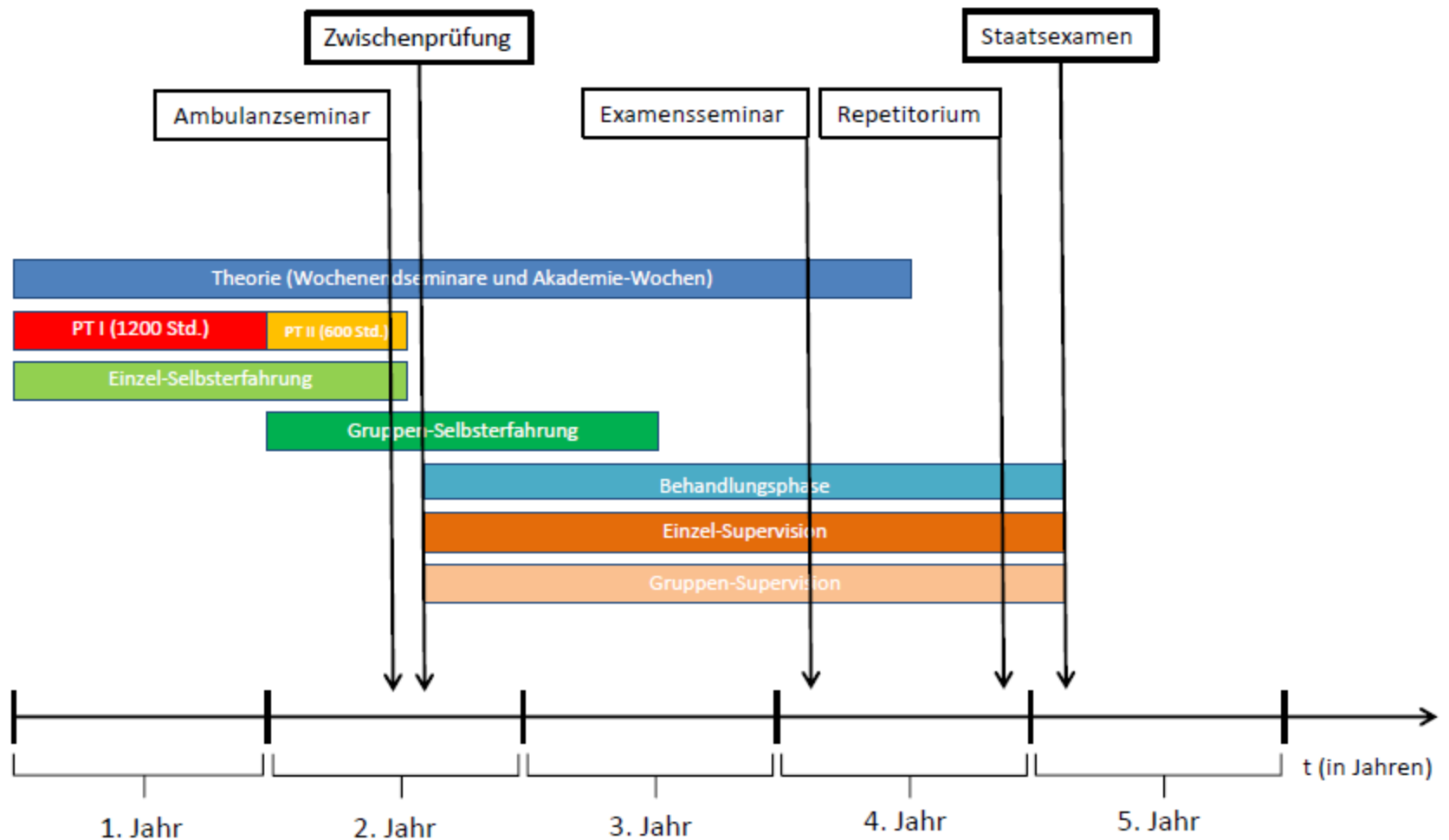
- и действий в контексте терапевтических отношений и развития личности в учебном курсе.

Goals of educational self-discovery

Primarily, self-experience should assist you in developing a psychodynamic identity. You should experience a therapeutic process first-hand, especially the unconscious dynamics. Your self-reflection should be strengthened and developed. You should come into contact with your own central inner conflict and your own personality structure. The personal experience of the unconscious is the central aspect of psychodynamic self-experience. For candidates, the SD trainer can also serve as a role model in his/her therapeutic attitude and approach.



Ausbildungsverlauf (PP / KJP), durchschnittl. Dauer bei Teilzeit



Possible Subjects in educational self-discovery

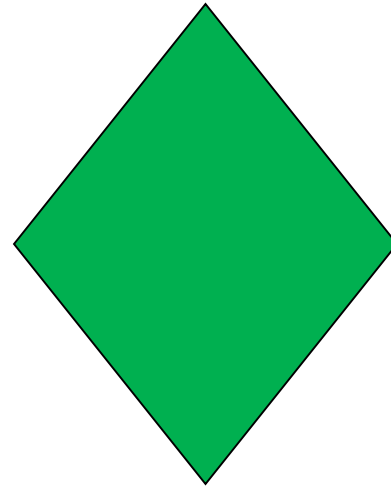
Mögliche Themen in einer Ausbildungsselbsterfahrung
Возможные темы в обучении самосознания

...and not only group games

Life-Balance

- The balance model of Positive Psychotherapy -

Body & Health
(„PHYSICAL“)



Future/Purpose/Goals
(„SPIRITUAL“)



Work/Job/Achievement
(„MENTAL“)



Relationships & Contacts
(„EMOTIONAL“)



Semi-structured approach in order to prevent "blind spots", taboo topics or the unconscious avoidance of certain areas. These are all topics that can be treated or developed in psychotherapies. Please do not look at the following points as a checklist or catalogue, but as a guide to orientation

- Relationships** (relationship ability, experience dealing with others, contacts, friendships, partnership, dealing with authorities, dealing with boundaries, etc.)
- Biography** (development in the family, own family and sibling constellation, deficits / losses / conflicts etc.)
- Body** (body image, impression on others, clothing/appearance, physicality, sexuality, dealing with illness etc.)
- Life goals/sense of life** (image of man, existential questions, value system, religion, dying and death, life planning with reference to these backgrounds, etc.)
- Achievement/career** (dealing with success/failure, dealing with money, importance of recognition, conscious and unconscious motivation for the medical profession, etc.)
- Sharpening of self-reflection** with special consideration of the **self-perception and remote perception** ("What do I trigger in my counterpart?")
- **Group dynamics** (discrepancy between self-perception and perception of others, taking over of perspectives, dealing with criticism and conflicts, empathy, dealing with hierarchies, sense of justice, etc.)
- As well as **other topics** (assuming responsibility for the therapeutic process and the own (therapeutic) acting, recognizing blind spots in one's own biography, recognizing, naming and clarifying own conflict areas, developing a helpful therapeutic attitude, cultural identity etc.)

Development goals

- Experiencing psychotherapeutic interventions, methods and techniques by working on their own conflictual issues.
- The examination of one's own image of man, with own concepts and relationship patterns including biographical aspects.
- Conscious perception and reflection of one's own affects on relevant topics (such as aggression, anger, power, sexuality, money) as they occur later in therapy.
- Work on the introspective ability as well as one's own "blind spots" (for example, beliefs, moments of transference, participation, effect of physical experience).
- The enduring of emotionally charged content (containment), the development of the abilities to clarify the therapeutic fit and the perception of associative patterns in the therapeutic encounter.
- The development of emotional communication skills, as appropriate to the therapeutic task - also for confrontation in established therapeutic relationships.
- Strengthening the ability to provide people with connectedness and stabilizing support, clarification and understanding over a longer period, and finally a constructive detachment in the therapeutic relationship (bonding experience).
- Recognizing and practicing strategies for difficult therapeutic situations (such as dealing with conflicts, unpredictable situations, existential issues, crises, injustices).
- The reflection of personal requirements for therapeutic work.
- The implementation of experience in and from the therapeutic encounter, e.g. in the practical activity ("psychiatric year") and later in outpatient settings.
- The change of perspective from the practitioner to the patient role.
- The work on unconscious motives for the choice of profession and method.
- Establishing an identity as a psychotherapist in a medical context, taking into account own resources and limits (mental hygiene).
- Understanding and respect for the uniqueness of each human being with special regard to cultural similarities and differences (cultural sensitivity).
- Awareness of ethical behavior as a member of a medical profession and future member of a

Mögliche Entwicklungsziele im Rahmen der Selbsterfahrung

- Das Erleben von psychotherapeutischen Interventionen, Methoden und Techniken durch Arbeit an eigenen konflikthaften Themen.
- Die Auseinandersetzung mit dem eigenen Menschenbild, mit eigenen Konzepten und Beziehungsmustern unter Einbeziehung biographischer Aspekte.
- Bewusste Wahrnehmung und Reflexion von eigenen Affekten bei relevanten Themen (z.B. zu Aggression, Ärger, Macht, Sexualität, Geld), wie sie auch später in der Therapie auftreten.
- Die Arbeit an der Introspektionsfähigkeit sowie den eigenen „blinden Flecken“ (z.B. Überzeugungen, Übertragungsgeschehen, Mitagieren, Wirkung körperlichen Erlebens).
- Das Aushalten von emotional besetzten Inhalten (Containment), die Entwicklung der Fähigkeiten zum Abklären der therapeutischen Passung und der Wahrnehmung assoziativer Muster in der therapeutischen Begegnung.
- Die Entfaltung emotionaler Kommunikationsfähigkeit, wie sie der therapeutischen Aufgabe angemessen ist – auch zur Konfrontation bei gefestigter therapeutischer Beziehung.
- Die Stärkung der Fähigkeit, Menschen auch über einen längeren Zeitraum Verbundenheit und stabilisierenden Halt, Klärung und Verstehen, schließlich konstruktive Ablösung in der therapeutischen Beziehung vermitteln zu können (Bindungserfahrung).
- Das Erkennen und Einüben von Strategien bei schwierigen Therapiesituationen (z.B. Umgang mit Konflikten, unvorhersehbaren Situationen, existentiellen Fragen, Krisen, Ungerechtigkeiten).
- Die Reflexion persönlicher Voraussetzungen für das therapeutische Arbeiten.
- Das Einbringen der Erfahrung in und aus der therapeutischen Begegnung, z. B. in der Praktischen Tätigkeit („Psychiatrie-Jahr“) und späterem ambulanten Setting.
- Der Perspektivwechsel von der Behandler- in die Patientenrolle.
- Die Arbeit an unbewussten Motiven der Berufs- und Methodenwahl.
- Aufbau einer Identität als Psychotherapeut im heilberuflichen Kontext unter Berücksichtigung eigener Ressourcen und Grenzen (Psychohygiene).
- Verständnis und Respekt für die Einzigartigkeit eines jeden Menschen unter besonderer Berücksichtigung kultureller Gemeinsamkeiten und Unterschiede (kulturelle Sensibilität)
- Bewusstsein für ethisches Handeln als Angehöriger eines Heilberufes und zukünftigem Mitglied einer Psychotherapeutenkammer.

Возможные цели развития в контексте самосознания

- Опыт психотерапевтических вмешательств, методы и приемы, работая на своих конфликтных вопросах.
- Противостояние с собственной человечностью, со своими понятиями и моделями отношений, в то числе биографических аспектов.
- Сознательное восприятие и отражение их собственных эмоций по соответствующим темам (например, агрессия, гнев, власть, сексуальность, деньги), поскольку они также происходят позже в терапии.
- Работа по способности самоанализа и его собственных «слепых пятен» (например, верования, перенесение, Mitagieren, эффект физического опыта).
- Несокрушимый эмоционально заряженный контент (сдерживание), формирование навыка для уточнения терапевтической подгонки и осуществлять ассоциативные модели в терапевтической встрече.
- Разразившееся эмоциональных навыки общения, в зависимости от ситуации с терапевтической задачей - даже для противостояния с хорошо налаженными терапевтическими отношениями.
- Укрепление способности объединять людей в течение более длительного периода связанности и стабилизации технического обслуживания, уточнения и понимание, наконец, передать конструктивную отряды в терапевтических отношениях (опыт связывания).
- Признание и практика стратегии в сложной терапии ситуаций (например, разрешение конфликтов, непредсказуемые ситуации, экзистенциальные проблемы, кризисы, несправедливости).
- Отражение личных условий для терапевтической работы.
- Внедрение опыта и из практической деятельности терапевтической встречи, г. Б. («Психиатрия-год»), а затем установочные амбулаторный.
- Переход от Behandler- в роли пациента.
- Работа над бессознательными мотивами работы и выбора методов.
- Построение идентичности как психотерапевт в профессиональном медицинском контексте, принимая во внимание своих собственных ресурсов и ограничение (психическое здоровье).
- Понимание и уважение к уникальности каждого человека с особым акцентом на культурные сходства и различия (культурная чувствительность)
- Понимание этического поведения в качестве члена медицинской профессии и будущего члена Палаты психотерапевтов.

Confidentiality in self-discovery

- The training self-experience (group and individual) differs from the rest of the training mainly due to the necessary confidentiality. Only if everyone involved adheres to this, the protected frame can lead to an emotional opening of the participants. Everyone has to trust that everything that has been discussed or that has happened remains in the room.
- On the **candidate side**, insights and knowledge about other group members from theory seminars and group experience must not be passed on or used elsewhere in the training or even externally. Do not talk privately about the contents of the self-experience group - not even to candidates who, for example, were missing at the last session.
- The self-experience trainers are also present in the theoretical training in individual topic-related sections in the institute, but treat the topics discussed within the self-experience strictly confidential. Personal experiences from the self-experience may not and will not be communicated to the institute's management, training council or examiners. According to the Psychotherapists Act, one's own self-experience leader is not a member of the board of examiners of the oral state examination.

Umgang mit Informationen aus der Ausbildungselbsterfahrung in Bezug auf Vertraulichkeit und Verschwiegenheit

- Die Ausbildungselbsterfahrung (Gruppe und Einzel) unterscheidet sich vorwiegend aufgrund der notwendigen Vertraulichkeit von den übrigen Ausbildungsabschnitten. Die Selbsterfahrungsleiter sind in der WIAP auch in der theoretischen Ausbildung in einzelnen themenbezogenen Abschnitten präsent, behandeln jedoch die besprochenen Themen aus der Selbsterfahrung streng vertraulich. Persönliche Erfahrungen aus der Selbsterfahrung dürfen und werden nicht an Institutsleitung, Ausbildungsrat oder Prüfer vermittelt. Nach dem Psychotherapeutengesetz ist der eigene Selbsterfahrungsleiter nicht Mitglied der Prüfungs-kommission des mündlichen Staatsexamens.
- Von Teilnehmerseite dürfen Erkenntnisse und Wissen über andere Gruppenmitglieder aus Theorieseminaren und Gruppenselbsterfahrung nicht an anderer Stelle der Ausbildung oder gar extern weitergegeben oder verwendet werden.

Is there a successful completion of a
educational self-experience and thus
an unsuccessful one?



Есть ли успешное завершение
обучения самоосознания и,
следовательно, не успешное?



Successful self-discovery?

- Degree of self-reflection
- Assessment of suitability for the profession of psychotherapist
- Sharpening of self perception and remote perception
- Be able to talk about your own feelings and problems
- Take responsibility for your own actions
- Be able to get help if needed (for example through supervision)
- Be aware of your own resources
- To name areas where you need help in which you can / should develop
- Dealing with narcissistic hurt
- Dealing with diversity and uniqueness of the other person

Self-perception versus remote perception

Selbst- und Fremdwahrnehmung

Самовосприятие и восприятие других

**It always depends,
how you see yourself.**

**Все зависит от того,
как вы видите себя**



Erfolgreicher Abschluss einer Ausbildungsselbsterfahrung!?

- Grad der Selbstreflexion
- Beurteilung der Eignung für den Beruf des Psychotherapeuten
- Schärfung der Selbst- und Fremdwahrnehmung
- In der Lage sein über eigene Gefühle und Probleme zu sprechen
- Verantwortung für eigene Handlung übernehmen
- In der Lage sein, sich ggf. Unterstützung zu holen (z.B. durch Supervision)
- Der eigenen Ressourcen bewusst sein
- Bereiche nennen können, in denen man Hilfe benötigt, in denen man sich weiterentwickeln kann/sollte
- Umgang mit narzisstischer Kränkung
- Umgang mit Diversität und Einzigartigkeit des Anderen

Успешное завершение обучения самосознания!?

- Степень саморефлексии
- Оценить его пригодность к профессии психотерапевта
- Заточка самовосприятие
- говорить, чтобы быть в состоянии иметь свои собственные чувства и проблемы
- брать на себя ответственность за свои действия
- Для того, чтобы иметь возможность получить необходимую поддержку (например, путем наблюдения)
- быть в курсе своих собственных ресурсов
- можно назвать районы, где нужна помощь, где вы можете развиваться / должны
- Работа с нарциссической обидой
- Имея дело с разнообразием и уникальностью Другого

Conclusions

- Self-discovery is a unique and privileged part of the training of psychotherapists
- The full potential has not been exhausted yet
- Semi-structured approach in the training context
- Active participation in the self-discovery is an important prerequisite for the successful completion of training.
- Combination of individual and group self-discovery is useful, as different focuses

Fazit

- Einzigartiger und privilegierter Ausbildungsbestandteil der Psychotherapie
- Das volle Potenzial noch nicht erschöpft
- Halbstrukturierte Vorgehensweise für den Ausbildungskontext
- Eine aktive Teilnahme an der Ausbildungselbsterfahrung ist eine wichtige Voraussetzung für die erfolgreiche Absolvierung dieses Ausbildungsabschnittes und somit der ganzen Aus- oder Weiterbildung.
- Kombination von Einzel- und Gruppensetting, da unterschiedliche Schwerpunkte

ВЫВОД

- Уникальный и привилегированный компонент образования психотерапии
- Полный потенциал еще не исчерпан
- Пол-структурированный подход к контексту обучения
- Активное участие в обучающем самосознания является важной предпосылкой для успешного завершения данного учебного раздела и, таким образом, всю систему образования или профессиональной подготовки.
- Сочетание индивидуальных и групповых установок, как различные приоритеты



lustich.de

