UTA Akademie
Aus- und Weiterbildung

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln
Tel. +49-221-57407-0, info@uta-akademie.de

SomatoSensible Psychodynamik – SSP

Begegnung und Berührung in Beziehung

Datum:	**14.10.2026 - 19.09.2027**
Dauer:	20 Tage
Umfang:	160 Unterrichtsstunden
Leitung:	**Michael Mokrus**
Anzahlung	500,00 €
Preis:	**3.850,00 €**

» Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung

Ansprechpartnerin

Bhakti Fink
Tel. 0221-57407-39
j.fink@uta-akademie.de

Montag - Freitag
11:00 - 16:00 Uhr

Prozess- und beziehungsorientiertes Erforschen psychosomatischer Muster im Hier und Jetzt.

Eine Fortbildung für Menschen in psychotherapeutischen, körpertherapeutischen und ärztlichen Berufen.

Seminarbeschreibung

Die Fortbildung "SomatoSensible Psychodynamik (SSP)" vermittelt ein vertieftes Verständnis für die Arbeit an der Schnittstelle von Körper und Psyche. Die oft thematisierte Ganzheitlichkeit, Einheit und Interaktion von Körper und Psyche wird hier konsequent umgesetzt. Das Training vermittelt eine systematische und nachvollziehbare Landkarte, die es Teilnehmenden ermöglicht, die Komplexität auf handhabbare Weise zu erfassen und zu verstehen. Sie lernen, beide Perspektiven zu reflektieren und die sich daraus ergebenden, nützlichen Interventionen zu identifizieren und anzuwenden.

Das entwicklungsorientierte, neurowissenschaftlich fundierte Modell von SSP betont die funktionelle Einheit von biologischer und psychologischer Entwicklung und integriert Aspekte neuroaffektiver Modulation mit prozess- und beziehungsorientierter Berührung. SSP adressiert zentrale Muster von Verbindung und des Sich-Abschneidens von der Verbindung zum eigenen Erleben sowie die entsprechenden Folgen und Symptome. Zudem wird die Entwicklung persönlicher Stärken und die Integration der in abgespaltenen Anteilen gebundenen Lebenskraft gefördert.

Die verwendeten Ansätze umfassen unter anderem die Erforschung früher Bindungserfahrungen, präverbaler Zustände, psychosomatischer Syndrome, osteopathischer Zusammenhänge, körperlicher und seelischer Traumata sowie Zustände von nervöser Anspannung und Dissoziation.

„Ganzheitlich“ impliziert

- einerseits ein Erkunden von Mustern und Umgangsformen im Kontext belastender Erfahrungen, welche sich auf sämtlichen Ebenen des Erlebens manifestieren,
- sowie andererseits den Einbezug und eine Integration körperlicher, emotionaler, kognitiver, energetischer und relationaler Aspekte in den Heilungsprozess mittels differenzierter Interventionen.

Ein Beispiel zur Veranschaulichung

- Ein Reizdarmsyndrom kann mit langanhaltenden Stresszuständen assoziiert sein, die im engen Zusammenhang mit psychodynamischen Konflikten stehen. Es manifestiert sich auf verschiedenen Ebenen.
- Zum einen findet sich eine körperliche Komponente, die sich in Veränderungen verschiedener endokriner Prozesse, der sympathischen Aktivierung, entzündlichen Prozessen sowie einer veränderten Zusammensetzung der Darmflora etc. äußert.
- Zum anderen zeigt sich das Reizdarmsyndrom in einem stressassoziierten Verhalten. Dazu gehört beispielsweise eine hastige Essweise, die Vermeidung von Pausen sowie ein insgesamt wenig achtsamer und ungesunder Lebensstil.
- Schließlich basiert das Reizdarmsyndrom auf psychodynamischen Mustern wie der Abwehr von Emotionen wie Wut oder der Anpassung an die Bedürfnisse anderer, auch auf Kosten der eigenen Bedürfnisse (Verzicht auf Autonomie im Dienste der Bindungssicherung). Begleitend können Glaubenssätze wie „Ich muss es den anderen recht machen, sonst werde ich nicht geliebt“ auftreten.

Die genannten Symptome können sowohl auf körpertherapeutischer als auch auf psychotherapeutischer Ebene adressiert werden. Das Lernangebot von SSP zeichnet sich dadurch aus, dass beide Ansätze auf integrierende, vertiefende und inspirierende Weise miteinander verflochten werden. Im Mittelpunkt steht dabei das Prinzip der Selbstermächtigung und Wiederherstellung von Verbindung, welches als zentraler Aspekt der Heilung betrachtet wird. Der Fokus liegt hierbei auf der Verbindung zum eigenen Selbst, zum Körper, zu den Gefühlen, zur Umwelt sowie zu anderen Menschen.

"Dialogische Berührung fördert Verbindung"

Untersuchungen belegen, dass Berührung eine wesentliche Grundlage für die frühesten Bindungserfahrungen darstellt, noch bevor sich die Fähigkeit zur Sprache entwickelt. Sie stellt den grundlegenden Modus einer eingestimmten Beziehung zwischen Bezugsperson und Kind dar.

Die Berührung ermöglicht die Entwicklung eines Körperbildes, welches sämtliche Erfahrungen auf neurophysiologischer, affektiver, verhaltensbezogener sowie kognitiver Ebene beinhaltet. Unsere Identität entwickelt sich aus der Internalisierung

früher Beziehungsdynamiken mit der Umwelt und basiert ursprünglich auf einer gut oder weniger gut regulierten Physiologie. Basierend auf diesen frühen Erfahrungen lernen wir im weiteren Verlauf bestimmte Anpassungsmuster, welche die Art und Weise beeinflusst, wie wir uns selbst, andere Menschen sowie die Umwelt wahrnehmen und darauf beziehen.

"Dialogische Berührung basiert auf einer reflektierten Herangehensweise, die den Kontext, die Intention und die Umsetzung berücksichtigt. Sie wird nicht zufällig oder aus einem Impuls heraus eingesetzt."

Der Fokus von SSP liegt auf der Gestaltung der zwischenmenschlichen, therapeutischen Beziehung im Hier und Jetzt. Diese stellt die treibende Kraft für Veränderung dar.

Das SSP-Modell basiert auf einem integrativen Wachstumsansatz, der die gleichzeitige Arbeit mit Stärken und Symptomen betont. Es orientiert sich an inneren und äußeren Ressourcen und Fähigkeiten, die Entwicklung von Selbstregulierung, Kontaktfähigkeit und authentischem Selbstausdruck fördern.

Zu den vermittelten Grundprinzipien einer therapeutischen Haltung, die für beide Ansätze gleichermaßen gelten, zählen unter anderem

- eine offene, wohlwollende und auf Augenhöhe basierende Haltung,
- eine verkörperte Präsenz,
- achtsames Begleiten und Erforschen.

Darüber hinaus legt SSP Wert auf

- einen gut verhandelten Kontakt in einer reflektierten (Übertragungs-) Beziehung,
- eine Orientierung zu Gesundheit und Ressourcen anstelle einer rein pathologischen Betrachtung,
- unterstützende Impulse zur Selbstheilung sowie zur Förderung von Selbstorganisation, Flow-Erleben, Authentizität, Flexibilität und Anpassungsfähigkeit (sowohl für somatische als auch psychologische Dynamiken),
- Arbeiten im Hier und Jetzt, auch während der Erforschung von Vergangenem,
- den Erhalt von Leichtigkeit ohne Anstrengung, auch bei der Auseinandersetzung mit schwierigen Themen,
- Einbezug von Achtsamkeit und Stille.

Aufbau & Lernziele

SSP besteht aus 4 Modulen zu jeweils 5 Tagen (insgesamt 160 Stunden). Die Trainingsmodule finden im Abstand von 4-5 Monaten statt, um Zeit für fortlaufendes Selbststudium, Integration in die Praxis, Studien- und Übungsgruppen, individuelle Eigenerfahrung und Supervision zur Unterstützung einer tieferen Integration des Ansatzes zu fördern.

Didaktisches Lehren und Lernen

- Vorträge, Video- und Bildpräsentationen
- Praktische Demonstrationen der Arbeit
- Frage- und Antwortzeiten, Diskussion
- Angeleitete, strukturierte Übungssitzungen
- Live-Coaching in Kleingruppen
- Wahrnehmungs-, Achtsamkeits- und Bewegungsübungen

- Themenbezogene Selbsterkundungsübungen: verbales und nonverbales Erforschen eigener Erfahrungen
- Fortbildungsbegleitende Eigenerfahrung, Supervision

Spirit

- Die eigene Sichtweise erweitern, neue Blickwinkel eröffnen, von Kollegen*innen lernen und mit ihnen teilen, aktuelle Wissensinhalte integrieren
- Leidenschaft für die Vertiefung der eigenen Arbeit und persönliche Weiterentwicklung

Lernziele

- Neue Perspektiven, Haltungen und Interventionen für die Lösung von Bindungs-, affektiven und zwischenmenschlichen Defiziten durch eine bewusste Integration von Körper und Psyche entwickeln
- Zugang zu und Arbeiten mit präverbalen Zuständen in der therapeutischen Begleitung erlernen
- Eine orientierende Landkarte erstellen, wann wir „Top-down“ mit dem Verstand (Gedanken, Überzeugungen und Identifikationen) und wann wir „Bottom-up“ mit dem Körper und Affekten (implizites prozedurales Verhalten, Haltung und Bewegung) arbeiten – und wann gleichzeitig
- Einübung von dialogischer (Selbst-)Berührung für Containing, Stabilisierung und Modulation/Regulation
- Klärung und Vertiefung der eigenen Beziehung zu Berührung, sowohl auf der persönlichen Ebene als auch im beruflichen Kontext

Inhalte

Die Inhalte und der zeitliche Ablauf können vom Kursleiter geändert werden.

1. Verkörperte therapeutische Haltung

- Orientierende Landkarte während therapeutischer Begleitung: Mittellinie, Herz, Knochen, Stille
- Beziehungskompetenzen: annehmend, einladend, stärkend, verbindend, erkundend, reflektierend, klärend, vertiefend
- Verkörperte Präsenz
- Phänomenologischer Ansatz
- Basierend auf Selbstwirksamkeit
- Nicht-pathologisierend
- Auf Augenhöhe
- Beziehungs-, ressourcen-, entwicklungs- und gesundheitsorientiert

2. Containment, Kohärenz und neuroaffektive Modulation

- Das „soziale“ Gehirn und Nervensystem – grundlegend für Entwicklung, soziale Kommunikation, prosoziales Verhalten und Mitgefühl
- Affektentwicklung, -toleranz, -verkörperung und -ausdruck
- Toxischer und chronischer Stress und die psychobiologischen Folgen von Traumata

3. Dialogische Berührung: ein wechselseitiger, sensorischer Dialog

- Modulierende und entwicklungsorientierte Ansätze therapeutischer (Selbst-)Berührung
- Grundbedürfnisse und Berührung: Sicherheit, Wohlwollen, Einstimmung, Gehaltensein, Grenzen
- Differenzierung der Berührung: Intention, Indikation, Setting
- Berührung, subjektive, somatische Resonanz, Interaffektivität und (Gegen-)Übertragungsdynamiken

4. Funktionale Einheit von Biologie und Psychologie

- Das „Körper-Selbst“ als Container für die psychoemotionalen Folgen früherer Strategien der Anpassung an die Umwelt
- Dynamiken des Sich-Anspannens oder Erschlaffens, Taubheitsgefühle, hohes Arousal, autonome Desorganisation etc.
- Berührungs- und andere Interventionen in Bezug auf verschiedene Systeme des Körpers: Muskeln, Gelenke, Diaphragmen, Nervensystem, Organe und Fluida
- Verankerung der Heilungsprozesse in der biologischen Lebenskraft und Ausrichtung auf die Wachstums- und Entwicklungsachse (Mittellinie)

5. Psychodynamisch orientierte Grundhaltung in der Gesprächsführung

- Exploratives, offenes Nachfragen
- Bestärkend, Interesse weckend, das Erwachsenenbewusstsein ansprechend
- Wirkung und Nebenwirkung von Sprache beachtend
- Abstinenz, Deutung und die Bildung von Arbeitshypothesen, Regression vs. Berührbarkeit, Dynamiken im Hier und Jetzt erkunden
- Dekonstruktion des gegenwärtigen Erlebens
- Vorannahmen hinterfragen
- Empathie und Konfrontation

6. Resonanz, Übertragungsdynamiken und Abwehr

- Umgang mit dem eigenen Erleben während des Begleitens, besonders hinsichtlich Anstrengung und Hilflosigkeit
- Übungen und Sitzungen zur fachlichen und persönlichen Selbstreflexion
- Intervision und Supervision

Termine

Modul 1

14.-18.10.2026 (Mi - So, 5 Tage)

Modul 2

03.-07.02.2027 (Mi - So, 5 Tage)

Modul 3

26.-30.05.2027 (Mi - So, 5 Tage)

Modul 4

15.-19.09.2027 (Mi - So, 5 Tage)

Beginn am 1. Tag um 10:00 Uhr, Ende am letzten Tag um 17:00 Uhr

Zielgruppe

Die Fortbildung richtet sich an Menschen, die in privater oder klinischer Praxis psycho-, körpertherapeutisch oder ärztlich tätig und an einer Weiterentwicklung ihrer fachlichen, persönlichen und beziehungsorientierten Fähigkeiten interessiert sind.

Voraussetzungen & Zertifizierung

Teilnahmevoraussetzungen

Abgeschlossene Ausbildung in einem psychotherapeutischen, körpertherapeutischen oder ärztlichen Verfahren/Beruf. Mindestens 2-jährige Berufserfahrung in der jeweiligen therapeutischen Tätigkeit mit regelmäßigem Kontakt mit Klienten*innen.

Voraussetzungen zum Erwerb des Zertifikats

8 Einzelsitzungen zur Selbsterfahrung und 8 Supervisionsstunden, optional eine davon als Feedbacksitzung zur eigenen (Berührungs-)Arbeit; Einzel- und/oder Gruppen-SV mit dem Lehrteam oder dem Trainer (nicht im Preis inbegriffen).

Ratenzahlung

Für diese Ausbildung bieten wir die Möglichkeit der Ratenzahlung an. Die Raten und deren Fälligkeiten entnehmen Sie bitte dem Ratenzahlungsvertrag, den wir Ihnen rechtzeitig vor Fälligkeit der ersten Rate zuschicken.

Gesamtpreis bei Ratenzahlung: 3.900 €
4 Raten à 850 €
zzgl. der Anzahlung von 500 €

Voraussetzung

Abgeschlossene Ausbildung in einem psychotherapeutischen, körpertherapeutischen oder ärztlichen Verfahren/Beruf. Mindestens 2-jährige Berufserfahrung in der jeweiligen therapeutischen Tätigkeit mit regelmäßigem Kontakt mit Klienten*innen.

Bewerbung

Für dieses Angebot ist eine Bewerbung erforderlich. Nach erfolgreicher Zulassung wird Ihnen der Link zur Buchung per E-Mail zugeschickt.

Datum

14.10.2026 - 19.09.2027

Beginn

10:00 Uhr

Dauer

20 Tage

Preis

3.850,00 €

Preis bei Ratenzahlung

3.900,00 €

Anzahlung

500,00 €

Von der MwSt gemäß § 4 Nr. 21 a)bb) UStG befreit.

Online bewerben

Dozent*innen

Michael Mokrus

ist freiberuflich in eigener therapeutischer Praxis tätig und unterrichtet international als Lehrer, Dozent und Supervisor verschiedene achtsamkeitsbasierte körper-, psycho- und traumatherapeutische Weiterbildungen für Fachkräfte in helfenden Berufen.
Ursprünglich aus der von osteopathischer Medizin und dem humanistischen Menschenbild beeinflussten Körperpsychotherapie kommend, lehrt er heute die dem aktuellen neuroaffektivem Wissen entsprechenden Methoden von NARM und SomatoSensibler Psychodynamik (SSP)

- Langjährige kontinuierliche Lehrassistenz und Mitarbeit im Fortbildungs- und Supervisionsteam von Somatic Experiencing (SE) ® nach Dr. P. Levine, Integraler Somatischer Psychologie (ISP) nach R. Selvam PhD und Das NeuroAffektive Beziehungsmodell (NARM) nach L. Heller PhD
- Zertifizierter SE-, ISP-, NARM-Master-Therapeut, Mitglied der NARM-Fakultät und zertifizierter NARM-Lehrer