

Neuro-Linguistisches Programmieren in der Suchthilfe und -prävention

Beim Neuro-Linguistischen Programmieren (NLP) wurden wirksame Interventionen aus der Systemischen Therapie, der Hypnose und der Gestalttherapie zu neuen effektiven Methoden zusammengefügt. NLP geht von der Annahme aus, dass unser Verhalten durch neuronale Prozesse gesteuert wird („Neuro“). Über die 5 Sinne werden die Informationen gefiltert und sprachlich codiert („Linguistisch“). Gelernte Verhaltens- und Denkweisen können durch gezielte Interventionen verändert und in erwünschtes Denken, Fühlen und Verhalten umgewandelt werden („Programmieren“).

In zwei Seminartagen werden Zusammenhänge zwischen NLP und Sucht bewertet. Dabei steht die Frage im Vordergrund, ob es möglich ist, durch NLP-basierte Formate gewohnheitsmässige, süchtige Verhaltensweisen zu verändern, das Verlangen nach der Droge zu reduzieren bzw. aufzulösen und die Kontrolle über das eigene Verhalten zu erhalten bzw. wiederzuerlangen.

Zielgruppe: Die Fortbildung richtet sich an Fachpersonen aus Suchtberatung, der ambulanten und stationären Suchttherapie, der psychiatrischen Spitex und den Bereichen Prävention und Gesundheitsförderung sowie an alle Interessierte zu diesem Thema. Vorerfahrungen mit NLP sind für dieses Seminar nicht nötig.

Lernziele: Am ersten Fortbildungstag werden in praktischen Übungen Grundlagen von Wahrnehmung, Filterung und Steuerung vermittelt. Zusammenhänge von Sprache, Körperhaltung, Gefühlen und Verhaltensweisen (Reframing) werden als Grundlage für Veränderungen verstanden. Sie erleben, wie mittels innerer Bilder Vorstellungen verändert werden (Submodalitäten) und erlernen die grundlegende Formatstruktur im NLP.

Am zweiten Fortbildungstag werden spezifische NLP-Formate, z.B. 6-Step-Reframing („ich will nicht mehr...“), Swish-Format (Umwandlung der suchtauslösenden Situation) oder New Behavior Generator (unliebsame Verhaltensweisen durch Erwünschte ersetzen) vorgestellt. Sie üben diese an eigenen Beispielen in Kleingruppen und erhalten so die Gelegenheit, im Austausch mit anderen Fachpersonen die Anwendbarkeit der NLP-Formate in der Suchtarbeit und Prävention zu prüfen und zu diskutieren.

Referentin: PD Dr. med. Monika Ridinger, Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie FMH, NLP Lehr-Trainerin, Lehrdozentin für Hypnose, Systemische Paar- und Familientherapeutin, Co-Autorin der S3-Leitlinien Alkohol und Tabak der AWMF, Vorstandsmitglied Swiss Society of addiction medicine (SSAM), 2011-2018 Vorstandsmitglied Fachverband Sucht, Gründungsvorstand des Forums Tabakprävention in Gesundheitsinstitutionen in der Schweiz (FTGS), 2008-2016 Chefarztin in Suchtfacheinrichtungen, seit 2017 in eigener Praxis in Baden

Donnerstag, 9. Mai und Donnerstag, 23. Mai 2019

Zeit: jeweils 09.15 bis 17.00 Uhr

Ort: Katholische Hochschulgemeinde aki
Hirschengraben 86, 8001 Zürich, Tel. 044 254 54 60, www.aki-zh.ch

Kosten: Fr. 350.- für Mitglieder des Fachverbands Sucht, Fr. 530.- für Nicht-Mitglieder

Anmeldungen: www.fachverbandsucht.ch/de/fachwissen/fortbildungen
Die Platzzahl ist beschränkt. Anmeldungen werden nach Eingangsdatum berücksichtigt.