

Workshop F1:

Scham – eine tanztherapeutische Exploration nach dem Konzept der Schematherapie

Andrea Du Bois

*Dipl. Pädagogin, Tanztherapeutin
(DGT®/BTD®) Heilpraktikerin für Psychotherapie (HPG), Tänzerin*



Foto ©

Workshopbeschreibung:

In dem Workshop wird Scham mit Hilfe vom Konzept der Schematherapie in Bewegung gebracht und erforscht.

Zum einen hat Scham einen schützenden Faktor, aber hauptsächlich einen stark hemmenden.

Wir wollen spielerisch uns der Scham nähern und rausarbeiten, wie gearbeitet werden kann, wenn Scham in der Therapie als Phänomen auftaucht.

Zunächst heißen wir sie willkommen, denn in der Schematherapie wird immer mit einem inneren aktivierten Schema gearbeitet. Das Schema der Scham beschreibt Young (Begründer der Schematherapie, 2008) mit „dem Gefühl von unzulänglich, schlecht minderwertig oder unerwünscht zu sein und dem Empfinden, dass man es niemals wert sein wird, von anderen Liebe, Aufmerksamkeit oder Respekt zu erhalten, egal wie sehr man sich darum bemüht.“

Mit Hilfe der schematherapeutischen Modus Arbeit kann die Psychodynamik der inneren Anteile verdeutlicht werden. Auf tanztherapeutisch bewegte Art und Weise werden wir diese inneren Anteile verkörpern und miteinander tanzen lassen. Darüber kann ein Umgang mit der Scham in der Gruppen- wie auch in der Einzeltherapie gefunden werden.

Hierbei greifen tanztherapeutisches Explorieren und das theoretische schematherapeutische Konzept von Scham erlebbar ineinander.

Zur Person:

Seit 2000 arbeitet sie als Tanztherapeutin in der Klinik Hohe Mark, Klinik für Psychotherapie und Psychiatrie (Oberursel). In der Klinik hat sie das Konzept der Schematherapie mitentwickelt und ist stellvertretende Leitung der Kreativtherapien. Sie bietet Fortbildungen für „Tanztherapie mit schematherapeutischen Aspekten“ an und hat dazu auch veröffentlicht. In eigener Praxis bietet sie Einzel- und Gruppentanztherapie an sowie tanztherapeutische Supervision für Einzel, wie auch für Teams in Kliniken. Sie engagiert

FaKT 2023: Keine falsche Scham! – Ein besonderes Gefühl in den Künstlerischen Therapien. Am 9. & 10. November 2023 in der LVR-Klinik Viersen

sich für die Tanztherapie mit Vorträgen auf zahlreichen (internationalen) Kongressen und Symposien. Außerdem war sie Lehrbeauftragte für Tanz und Tanztherapie in der Sportuniversität Paderborn und für Tanz und Choreographie an der Hochschule für Musik und Darstellende Kunst Frankfurt a.M.

www.andrea-dubois.de