Psychotherapie

Lösungorientierte Kurzzeittherapie nach de Shazer und Berg – Aufbaukurs

Steve de Shazer und Insoo Kim Berg entwickelten 1982 die 'solutionfocused brief therapy' (SFBT) im Brief Family Therapy Center (BFTC) in Milwaukee, USA.

Dieser Ansatz ist in gewissem Sinne radikal, da er sich noch nicht einmal am Problem orientiert, sondern, wie mit einem Brennglas, auf die Lösung radikal fokussiert ist.

Der/die Klient/in ist Experte/in des eigenen Lebens und wir (die Interviewenden) unterstützen dabei, - im Sinne eines Schrittes dahinter - die passgenaue, individuelle Lösung zu finden.

Dieses erfolgt durch die Konzentration auf die Lösung, anstatt auf das Problem; auf die Ressourcen, anstatt auf die Defizite sowie auf die kreative Entwicklung seiner Möglichkeiten - insbesondere durch die Haltung des 'Nicht-Wissens'.

Dieser strategische, systemisch-lösungsfokussierte Ansatz findet mit seiner vorrangigen Orientierung und Erarbeitung der Lösung ein breites Anwendungsfeld in Psychotherapie, Psychiatrie, Beratung, Coaching, Mediation, Pädagogik und Supervision.

Im Aufbauseminar werden die im Basisseminar erlernten Bausteine in Theorie und Praxis wiederholt, vertieft und erweitert sowie insbesondere die Durchführung eines vollständigen, lösungsfokussierten Interviews trainiert.

Des Weiteren liegt der Schwerpunkt auf der Sensibilisierung für die Lösungssprache, anstatt der Problemsprache und auf dem Unterschied, der einen 'Unterschied' macht.

Nicht zu unterschätzen ist die diffizile Erarbeitung des ersten kleinen, umsetzbaren Schrittes nach der Wunderfrage. Und gerade darin zeigt sich die Herausforderung in dieser kreativen Arbeit hin zur passgenauen Lösung,

Da das Training anhand von persönlichen Themen durchgeführt werden kann, ist dadurch auch die überzeugende Wirkung dieser Methode direkt zu spüren. Voraussetzung zur Teilnahme sind grundlegende Basiskenntnisse.

Dieser lösungsfokussierte Ansatz ist für die Prüfung zum HP-Psychotherapie beim Gesundheitsamt, unter Voraussetzung des theoretischen Wissens und des praktischen Könnens, anerkannt.

Termine

Sa, 20.03.2027
09:00-17:00 Uhr

So, 21.03.2027
09:00-17:00 Uhr

Preis

320,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule Düsseldorf
Hüttenstr. 4
40215 Düsseldorf
Tel. 0211-137 37 41

Seminarnummer

SSH40180327V1

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf unserer Webseite

Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 25.11.2026

Dozentin

Christa Herold

Sie war Jahrzehnte als Chemielaborantin in der Industrie und Uniklinik (Analytik, Produktentwicklung, QM) tätig. Außerdem arbeitete sie als Dozentin im Fachbereich Religion mit mehreren Veröffentlichungen. Ab 1994 absolvierte sie die Ausbildung zur Heilpraktikerin, Psychologischen Beraterin, lösungsfok. Kurztherapeutin, betriebl. Trainerin und Mediatorin. Es folgten Fortbildungen u.a. in systemischer Aufstellungsarbeit. Seit 1998 gibt sie ihr Wissen und ihre Erfahrung als Dozentin an den Paracelsus Schulen weiter. Frau Herold führt eine eigene Praxis mit den Schwerpunkten lösungsfok. Kurztherapie, system. Aufstellungen, Burnout und Persönlichkeitsentwicklung. Sie ist u. a. Autorin des Fachbuches: Lösungsfokussierte Beratung.