

ZIST MENSCHLICHES POTENTIAL ENTFALTEN

ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE WISSEN DURCH ERFAHRUNG



© Eckhart Muthius

INHALT

ZIST	● Editorial	3
	● Über ZIST	4
	● Veranstaltungskalender	8
	● ZIST Förderverein e. V.	11
SELBSTERFAHRUNG	● Persönliches Wachstum	14
	● Männer, Frauen, Kinder – Beziehungen	18
	● Gesundheit, Vorsorge, Selbstheilung	21
	● Kreativität	24
	● Spiritualität	28
	● Onlineworkshops	30
FORT-, WEITER- UND AUSBILDUNG	● Fortbildung – Workshops	36
	● Fortbildung – Serien	46
	● Längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen	49
ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE	● ZIST Akademie für Psychotherapie	68
	● Institutsambulanz	73
ZUSATZQUALIFIKATIONEN	● Workshops im Rahmen der Zusatzqualifikationen für Psychologische Psychotherapeuten (m/w/d)	54
WEITERE ANGEBOTE	● Einführungen	64
	● Vortrag	65
REFERENTEN (m/w/d)	● A – Z	76
ZIST	● Hintergrund	90
	● Potentialorientierte Selbsterfahrung – wozu? Vortrag von Wolf Bütig	94
	● Aufenthalt in ZIST	96
	● In eigener Sache	97
	● Wegbeschreibung	99
	● Impressum	102
LEGENDE	● ZIST	
	● Selbsterfahrung	
	● Fort-, Weiter- und Ausbildung	
	● ZIST Akademie für Psychotherapie	
	● Zusatzqualifikationen	
	● Weitere Angebote	
	● ZIST Förderverein e. V.	



Wir sollten herausfinden, vom wem wir sprechen, wenn wir *ich* sagen.

Wolf Büntig



Silke Watermeier

Liebe Leser (m/w/d),

2023 ist ZIST 50 Jahre alt geworden. Über 50 Jahre sind eine lange Zeit für ein unabhängiges Institut, das sich der Entwicklung menschlichen Potentials vor dem Hintergrund der Humanistischen Psychologie verschrieben hat.

Unter dem Eindruck der Erlebnisse, die Wolf Büntig und Christa Büntig in Esalen (Kalifornien), der Wiege der Human Potential Bewegung, gemacht hatten und die sie dazu bewogen, ihre Erfahrungen nach Deutschland zu bringen, fanden die beiden 1970 das Anwesen Zist in Penzberg. Es wurde gebaut und entwickelt, der Seminarbetrieb mit Selbsterfahrungsgruppen begann. Was als Verein begann, hat sich im Laufe der Zeit zu einer gemeinnützigen GmbH gewandelt. Die Workshops zur Selbsterfahrung – häufig geleitet von Pionieren der Humanistischen Haltung von Weltrang – haben einen wunderschönen Platz im bayerischen Voralpenland gefunden. 2011 wurde die *ZIST Akademie für Psychotherapie* gegründet und staatlich anerkannt. Derzeit befinden sich knapp 300 Psychologen in der Approbationsausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten (jeweils m/w/d) in ZIST.

Wolf Büntig verstarb im August 2021 nach einem Leben, das er der Entwicklung menschlichen Potentials und ZIST gewidmet hatte. Seine Haltung kumuliert vielleicht in seinem obigen Zitat: "Wir sollten herausfinden, vom wem wir sprechen, wenn wir *ich* sagen."

Das impliziert, dass wir uns dessen bewusst werden, wer wir sind. Wir möchten in diesem Sinne auch in den kommenden Jahren Menschen mit unserem Programmangebot dazu ermuntern, sich selbst zu erkunden, den Spiegel der anderen zu nutzen und sich Step by Step immer ein bisschen mehr bewusst zu werden. Wir bieten dazu den schützenden Rahmen und auf der Humanistischen Psychologie fußende Verfahren und Ansätze an. Selbsterfahrung für Jedermann und Selbsterfahrung als maßgebliches Lern-

moment in unseren Fort-, Weiter- und Ausbildungen für therapeutisch Tätige ist unser Weg. In der *ZIST Akademie für Psychotherapie* ist Wissen durch Erfahrung zur Devise geworden.

Wir möchten weiter darin gehen, unseren Gästen (m/w/d) Raum für das Spüren und Fühlen zu bieten, sie darin zu unterstützen, sich von hemmenden Mustern zu befreien, sich selbst Raum für Entwicklung und fürs Staunen und Lernen zu geben, kurz: sich selbst Raum für Bewusstheit zu ermöglichen. Dabei sind die ZIST Angebote – Wolf Büntig hat von Potentialorientierter Psychotherapie und Selbsterfahrung geredet – selbstverständlich nicht defizitorientiert, sondern bemühen sich um die Entwicklung unseres Potentials.

Wir schauen – auch in einer Zeit, in der es im Außen sehr viel Bedrohliches gibt – zuversichtlich in die Zukunft.

Vor allem aber gedenken wir immer wieder mit ganzem Herzen Wolf Büntig, der sich, seiner Idee, seinem Lebenswerk ZIST, immer treu geblieben war, der sich getraut hat, eigene Wege zu gehen, dabei auch Fehler zu machen und in all den Jahren ZIST durch seine humor- und liebevolle Präsenz, seine Beharrlichkeit und seine außergewöhnlichen Begabungen und seine Gelassenheit geprägt hat.

Wir freuen uns darauf, Sie als Teilnehmer (m/w/d) in unseren Selbsterfahrungs- sowie Fort-, Weiter- und Ausbildungsveranstaltungen begrüßen zu dürfen.

Mit herzlichen Grüßen
Silke Bunda Watermeier



Es gibt
zweierlei Wissen,

Wissen durch

Beweisführung und

Wissen aus Erfahrung.

Die Beweisführung
führt zu Schlussfolge-
rungen und zwingt uns,
dieselben anzuerkennen.

Sie beseitigt aber
weder den Zweifel noch
führt sie zu jener
Gewissheit, in der der
Geist in Frieden ruhen
könnte, es sei denn,
diese (Gewissheit) käme
durch Erfahrung
zustande.

Roger Bacon,
ca. 1214–1292

ZIST ist ein Institut für persönliche und berufliche Fortbildung zur Entwicklung menschlicher Kompetenz.

Ziel der Arbeit von ZIST ist die Entfaltung des menschlichen Potentials zu erfüllttem Menschsein von Individuen und Gruppen in ihren sozialen Bezügen.

ZIST ist ein Institut für persönliche und berufliche Fortbildung zur Entwicklung menschlicher Kompetenz.

Ziel der Arbeit von ZIST ist die Entfaltung des menschlichen Potentials zu erfüllttem Menschsein von Individuen und Gruppen in ihren sozialen Bezügen.

Theoretischer Hintergrund der Arbeit von ZIST ist die *Humanistische Psychologie*, wie sie als *Dritte Kraft* in den 1960er-Jahren – neben Psychoanalyse und Verhaltensforschung – entwickelt wurde.

ERFAHRUNG

52 Jahre ZIST
Seit seiner Gründung durch Dr. Wolf Bütig und Christa Bütig 1973 ist ZIST ein unabhängiges und überkonfessionelles Institut mit eigenem Programmangebot, das im Laufe seines Bestehens wesentlichen Entwicklungen der Humanistischen Psychologie Raum für Erforschung und Verbreitung geboten hat.

Inspiration und Tradition
Methoden wie Gestalttherapie, Körperpsychotherapie, Feldenkrais, Hypnotherapie, Psychoonkologie, Systemisches Familienstellen, Traumatherapie und TaKeTiNa sind heute in der Psychotherapie- und Selbsterfahrungsszene weit verbreitet. Wolf Bütig und seine Teams holten Persönlichkeiten wie Gerda Boyesen, Willi Butollo, Fritjof Capra, Ruth Cohn, Moshé Feldenkrais, Reinhard Flatischler, Stanislav Grof, Laurence Heller, Bert Hellinger, Stanley Keleman, Frédéric Leboyer, Lawrence LeShan, Peter Levine, Alexander Lowen, Erving und Miriam Polster, Luise Reddemann, Ernest Rossi, Charlotte Selver, Carl Simonton, Alan Watts, Paul Watzlawick und viele andere mit internationalem Renommee und Weltrang nach ZIST.

Dieser Tradition und ihrer Weiterentwicklung fühlen wir uns bis heute verpflichtet.

Der in ZIST praktizierte Ansatz integriert unterschiedliche westliche und östliche Quellen und Traditionen der Menschenkunde.

Transzendenz – die Fähigkeit und Möglichkeit, über sich hinauszuwachsen – wird als ein wesentlich menschliches Potential gesehen.

Deshalb umfasst das Programm auch Angebote zur konfessionsübergreifenden spirituellen Praxis und bietet Unterstützung an auf dem Weg der Selbsterkundung für diejenigen, die lernen wollen, die vertraute, gesellschaftlich geprägte Realität unterscheiden zu lernen von jener umfassenden Wirklichkeit, die nur durch persönliche Erfahrung wahrgenommen werden kann.

Unsere Veranstaltungen heute bieten ganz allgemein: **Wegbegleitung** in der ursprünglichen Bedeutung des griechischen *therapeuein*: auf dem Weg begleiten, dienen, pflegen, achtsam anwesend sein, (Gott im anderen) ehren; jedoch keine Heilbehandlungen zur Beseitigung von Krankheiten, deren Behandlung vom Gesetzgeber den Ärzten, Psychotherapeuten und Heilpraktikern (jeweils m/w/d) vorbehalten ist.

In den **Selbsterfahrungsgruppen** von ZIST werden Methoden eingesetzt, die die Teilnehmer (m/w/d) darin unterstützen, sich in ihrer Eigenart selbst zu akzeptieren und zu reflektieren, bei der Entwicklung von ganzheitlicher Gesundheit wertvolle Erfahrungen zu machen und ihr Bedürfnis nach erfüllttem Sein und nach sinnvollem Tun im Dienst an der Gemeinschaft wahrzunehmen.

In **Fort-, Weiter- und Ausbildungen** lernen Fachkräfte, verschiedene Verfahren und Methoden der Selbsterkundung und Therapie kennen und praktizieren. Wissen wird dabei immer auch über Erfahrung vermittelt.
Darüber hinaus werden **Zusatzqualifikationen** in beispielsweise *Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie, Gruppenpsychotherapie, EMDR, Psychoanalyse und Supervision* für Psychologische Psychotherapeuten (m/w/d), Fachrichtung TP, angeboten, die die Möglichkeiten der Abrechnung mit den KV erweitern.

Die **Integrative Approbationsausbildung** in tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie auf Grundlage der aus der Psychoanalyse hervorgegangenen psychodynamischen Traditionen ist getragen von einem intersubjektiven Verständnis der therapeutischen Beziehung und des therapeutischen Dialogs. Sie bietet Theorie und Praxis in starker Orientierung an der potentialorientierten Haltung der Humanistischen Psychologie vermittelt durch eine Vielfalt therapeutischer Methoden sowie Theoretische Konzepte kombiniert mit ausführlicher Selbsterfahrung und Gruppenselbsterfahrung.



Die **Referenten und Dozenten** (jeweils m/w/d) der Selbsterfahrungsgruppen sowie der Fort-, Weiter- und Ausbildungsveranstaltungen von ZIST und der ZIST Akademie sind hoch qualifizierte und (selbst-) erfahrene Fachleute auf ihrem Gebiet.

ZIST hat über 50 Jahre Erfahrung in der Organisation und Durchführung von Fort-, Weiter- und Ausbildungen für Fachleute aus den Heil-, Sozial-, Lehr-, Seelsorge- und Führungsberufen sowie von Selbsterfahrungsgruppen für jedermann. Selbsterfahrung ist in unseren Augen insofern auch als politisch anzusehen, als das kleine Moment an Bewusstheit, das durch Selbsterfahrung erlangt werden kann, es uns ein Stückchen leichter oder möglicher macht, offen zu sein für andere Wahrnehmungen und für andere Lebensläufe und Bedürfnisse. Und damit auch für Solidarität und Frieden.

ZIST ist durch seine wunderbare Lage im oberbayerischen Voralpenland, seinen hochqualifizierten Referenten und Dozenten sowie dem geschulten Personal ein idealer Ort, der für Veranstaltungen – deren Inhalt im weitesten Sinne das persönliche sowie das berufliche Wachstum ist – einen ruhigen, respektvollen und geschützten Rahmen bietet, innerhalb dessen Teilnehmende für sie wertvolle Erfahrungen machen können.

ZIST bietet vieles, was für das Selbsterkunden, Lernen und Arbeiten sowie zur Integration des Erlernen und Erfahrenen und Erholung nach intensiven Ausbildungsstunden notwendig, wichtig und erfreulich ist.

Geschlechtergerechte Sprache, die allen Geschlechtern gerecht wird, ist selbstverständlich auch für uns ein Thema, auch wir wollen richtig gendern.

Da das häufig zu umständlichen und nicht gut lesbaren Texten führt, haben wir uns einstweilen für den Zusatz m/w/d entschieden. Das ist auch nicht wirklich schön, erscheint uns aber als ein gangbarer Kompromiss.





BIOGRAFISCHE MEILENSTEINE

Gründung

1970 kaufte das Arztehepaar Dr. Wolf und Christa Büntig das Anwesen Zist 3 in Penzberg. Der Name des Anwesens geht ursprünglich auf einen Bauern namens *Zistl* zurück, der im 13. Jahrhundert im Kloster Benediktbeuern seinen Lehenszins ablieferte. 1971 begann man mit dem Ausbau des sich auf dem Anwesen befindlichen Rohbaus eines Ausiedlerhofes zum Seminarzentrum. 1973 gründeten Wolf und Christa Büntig mit anderen Interessenten (m/w/d) den Verein *ZIST, Zentrum für Individual- und Sozialtherapie, e. V.*, dem die Gemeinnützigkeit zuerkannt wurde. Der Seminarbetrieb konnte beginnen.

2005 wurde dann die *ZIST gemeinnützige GmbH* gegründet. Diese übernahm die unternehmerische Verantwortung mit allen Rechten und Pflichten vom Trägerverein *ZIST, Zentrum für Individual- und Sozialtherapie, e. V.*, der sich als *gemeinnütziger Förderverein ZIST e. V.* neu definierte und bis heute die Arbeit in ZIST sowie andere Projekte im Umfeld der humanistischen Haltung unterstützt.

2010 wurde die *ZIST Akademie für Psychotherapie* gegründet, in der seitdem jedes Jahr mindestens zwei Ausbildungsgruppen für Psychologen zu Psychologischen Psychotherapeuten (jeweils m/w/d) nach dem Psychotherapeutengesetz mit dem Schwerpunkt tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie stattfinden (siehe ab Seite 68).

Beratungsstellen

ZIST gründete im Laufe seines Bestehens verschiedene Beratungsstellen in München: 1979 die *Beratungsstelle für Natürliche Geburt*, seit 1986 selbstständig als gemeinnütziger Verein *Beratungsstelle für Natürliche Geburt und Elternsein, e. V.*, 1982 die *Beratungsstelle Psycho-Somatische Initiative* in München, seit 2005 selbstständig als gemeinnütziger Verein *Psychosomatische Beratungsstelle, e. V.*, 1988 die *Sexualberatungsstelle SBS* in München, inzwischen auch ein selbstständiger Verein.

Kongresse

Zwischen 1990 und 2002 veranstaltete ZIST jährlich zusammen mit Dieter Reichert die Internationale Konferenz *Humanistische Medizin* in Garmisch-Partenkirchen. 2006–2008 führte ZIST in Eigenregie sowie 2013 zum 40-jährigen Jubiläum in Zusammenarbeit mit der Trenkle-Organisation die Internationale Kongressreihe *Potential und Wirklichkeit* ebenfalls in Garmisch-Partenkirchen durch.



TRADITION UND AUFTRAG

Dr. med. Wolf E. Büntig († 14. August 2021)

Im August 2021 verstarb Dr. med. Wolf Büntig, Gründer und bis zu seinem Lebensende Leiter von ZIST, im Kreise seiner Familie in ZIST. Wolf Büntig hat für ZIST gelebt und so hinterlässt er große Lücken auf verschiedenen Feldern und Ebenen. Diese Lücken zu *fühlen* und zu würdigen, dass er als Person nicht zu ersetzen ist, ist uns wichtig.

Wolf Büntig verfügte über viele besondere Talente und Qualitäten. Er hat mit seiner Aufmerksamkeit und Zugewandtheit und seiner tiefen Kenntnis vom Sein viele Menschen berührt und ihnen bei großen und kleinen Problemen mit sich selbst und im Alltag helfen können. Darüber hinaus unterstützte er viele Menschen bei der Entwicklung ihres eigenen individuellen Potentials.

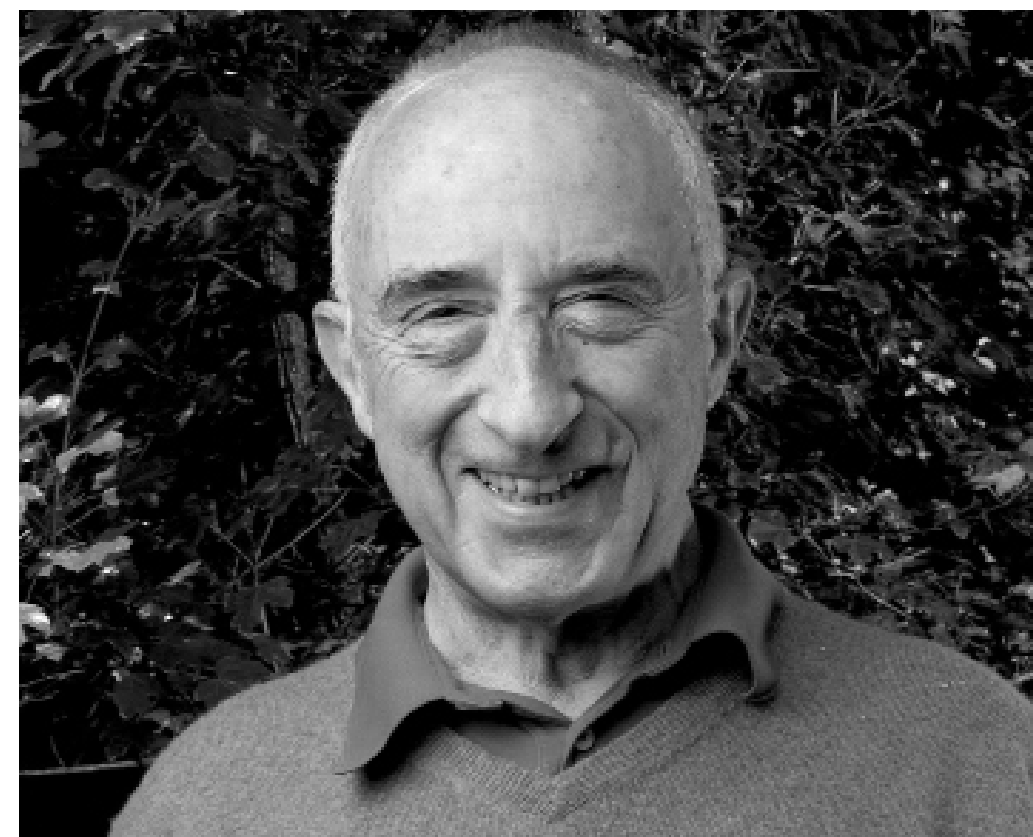
Wolf Büntig besaß zudem ein besonderes sprachliches Talent, mit dem er mit großer Akribie schwierige Zusammenhänge verständlich ausdrücken konnte. Viele seiner Texte sind kleine Diamanten, die uns wertvolle Wegbegleiter – auch auf dem Weg hin zu einem besseren Verständnis von uns selbst und den anderen und somit hin zu gelungener Kommunikation und friedlichem Miteinander – sein können. Wolfs Schaffen, das durch das Mittun zahlreicher Menschen – Mitarbeitern, Förderern, Wegbegleitern und Freunden (jeweils m/w/d) – in ZIST lebendig wurde, ist uns Auftrag für die kommenden Jahre. Inspiriert von seinem Tun machen wir es uns zur

Aufgabe, diesen wertvollen Schatz ZIST in die Zukunft zu führen. *Menschliches Potential entwickeln* sowie *Wissen durch Erfahrung*, die Mottos des offenen Programms in ZIST sowie der ZIST Akademie für Psychotherapie, stehen kurz und prägnant für diese Aufgabe. Die Erinnerung an Wolfs Gelassenheit und Freundlichkeit hilft uns dabei durch so manche kleinere Unebenheit.

Wolfs Tod sowie die Pandemie mit ihren Veranstaltungsverbieten und -einschränkungen haben uns in den vergangenen Jahren Krisenmanagement üben lassen. Gleichzeitig haben wir auch viel Unterstützendes, Bestätigendes und Solidarisches von Freunden, Gästen, Weggefährten (jeweils m/w/d) aus dem näheren und weiteren Umfeld von ZIST erfahren. Wir bedanken uns insbesondere bei unseren Mitarbeitern (m/w/d) für ihre Hingabe, Flexibilität und ihr Engagement, ohne das es nicht möglich wäre, einen Platz wie ZIST, der vor allem von einem humanistischen Geist getragen wird, zu halten. Wir bedanken uns zudem für die gute Kooperation beim ZIST Förderverein e. V. sowie beim Akademierat der *ZIST Akademie für Psychotherapie*.

Wer sich dem größeren Ganzen beugen, die Gaben des Lebens nehmen und dafür danken kann, ist frei.

Wolf Büntig





- Selbsterfahrung

Fort-, Weiter- und Ausbildung

ZIST Akademie für Psychotherapie
- Zusatzqualifikationen für Psychologische Psychotherapeuten (m/w/d)

Weitere Angebote

JANUAR		
	10.01. – 15.01.	Gruppenpsychotherapie – Leitung ambulanter Gruppen R. Hauser 38, 59
	17.01. – 19.01.	Einführung in die Traumatherapie <i>Somatic Experiencing</i> D. Rothbauer 53, 64
	23.01., 20.00 h	Fragestunde: Hochsensibel – den Gefühlen ausgeliefert? – online K. Ortner-Willnecker 30
FEBRUAR		
	03.02. – 06.02.	Brainspotting (BSP), Phase 2 G. Wolfrum 48
	07.02. – 09.02.	Zapchen somatics – Oder: Wie man sich mit alledem schneller wieder wohl fühlen kann U. Wichtmann 18, 44
	13.02. – 16.02.	The Embodied Life Retreat: Awareness through Meditation, Guided Inquiry and the Teachings of Moshé Feldenkrais R. Delman and L. Evans Delman 21, 28
	14.02. – 16.02.	Familienaufstellungen – als Selbsterfahrung und zur teilnehmenden Beobachtung B. Innecken 19
	21.02. – 24.02.	Hochsensibilität und Spiritualität K. Ortner-Willnecker 16, 23
	21.02. – 23.02.	Frei sein vom inneren Kritiker E. Kruithoff 16
	21.02. – 23.02.	Das Enneagramm der Persönlichkeit und der Gesellschaft – ein erfahrungsorientierter Workshop K. Reuter 47, 64
	24.02., 09.30 h	Informationstag zur <i>Approbationsausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten (m/w/d)</i> S. Hagen 64, 83
MÄRZ		
	07.03. – 10.03.	When The Drummers Were Women S. Bundschu 18, 24
	07.03. – 10.03.	Mit Qigong die Balance von Körper, Kopf und Herz entdecken A. Mende 22, 40
	08.03., 09.30 h	Spirituelle Transformation von Gedankenformen im subtilen Körper J. Vieregge 17, 29
	13.03., 19.30 h	Vortrag: Einführungsabend in die moderne bewusstseinszentrierte Körperpsychotherapie mit praktischen Übungen (in München) C. Gottwald 65
	20.03., 20.00 h	Fragestunde: Hochsensibilität und Traumata – online K. Ortner-Willnecker 31
	21.03. – 24.03.	Singing Pool A. Gerber und K. Enz Gerber 26
	21.03. – 24.03.	Einführung in die <i>Yoga-Basierte-Traumatherapie</i> D. Mitzinger 51, 65
	24.03. – 30.03.	Somatic Experiencing D. Rothbauer 52
	25.03. – 15.04.	Meditationen für zwei: Austausch, Stille und intime Begegnungen für Paare – online J. Feuerbach 30
APRIL		
	04.04. – 06.04.	Öfter wohl, zufriedener oder glücklich sein können C. Gottwald 15
	06.04., 10.00 h	TaKeTiNa – Schnuppertag (in München) S. Bundschu und M. Höhn 65



	11.04. – 15.04.	Come To Life – von Scham und Schuld zu Integration und Verbundenheit S. Löffler und U. Minde 16, 40
	18.04. – 22.04.	Body Rhythm Flow T. Mantilla 27
	22.04. – 26.04.	Werden, was ich bin. T. Geßner 14
MAI		
	09.05. – 11.05.	Power of Silence – die Frequenz der Stille K. Horn 39
	09.05. – 18.05.	Selbsterkenntnis und Lebendigkeit (SAT Modul I) K. Reuter und Team der internationalen SAT Schule 17, 46
	15.05., 20.00 h	Fragestunde: Hochsensibel oder psychische Störung? – online K. Ortner-Willnecker 31
	23.05. – 25.05.	TaKeTiNa – Durch Rhythmus zu Bewusstsein A. Bosshard und A. Wittwer 24
	23.05. – 25.05.	Selbsterkundung und Essenz F. Nagel und C. Keil 16, 28
	30.05. – 04.06.	Das Einfach Liebe Retreat für Paare E. Buchwald und V. Buchwald 18
JUNI		
	12.06. – 15.06.	Yoga-Basierte-Traumatherapie (Modul 1) D. Mitzinger 49
	20.06. – 25.06.	Point Zero Painting – Die Kraft der kreativen Freiheit erleben K. Franckenberg 25
	20.06. – 22.06.	Freier Fluss für einen freien Kopf – mit indischer Kopfmassage D. Gokani 22, 37
	26.06. – 29.06.	Emotionales Lernen – Körper und Seele im Dialog G. Zimmermann 18, 44
	27.06. – 29.06.	Was ist, darf sein – Kultivierte Emotionalität W. Pohl und M. Rosemeyer 42
JULI		
	03.07., 20.00 h	Fragestunde: Hochsensibel – schön anstrengend – online K. Ortner-Willnecker 31
	04.07. – 06.07.	Die Kraft des verkörperten Herzens M. Rupp 17, 42
	10.07. – 13.07.	The Embodied Life Retreat: Awareness through Meditation, Guided Inquiry and the Teachings of Moshé Feldenkrais R. Delman and L. Evans Delman 21, 28
	18.07. – 20.07.	Dance it: A walk on the wild side P. Erlenwein 24
	23.07. – 27.07.	Stimmiger Körper – verkörperte Stimme L. Sokolov 27
	26.07., 09.30 h	Informationstag zur <i>Approbationsausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten (m/w/d)</i> S. Hagen 64, 83
AUGUST		
	01.08. – 06.08.	Das Einfach Liebe Retreat für Paare E. Buchwald und V. Buchwald 18
	06.08. – 10.08.	Methodenübergreifende Integration von Emotionsregulation, Polyvagaltheorie und körpertherapeutischen Interventionen in die psychotherapeutische Behandlung G. Zimmermann 45
	21.08. – 24.08.	55 Stunden TaKeTiNa nonstop R. Flatischler und A.-M. Flatischler 25
	29.08. – 31.08.	Beziehung, die man tanzen kann J. Feuerbach 19



SEPTEMBER		
11.09. – 14.09.	Dem Leben mehr Farbe geben	R. Lord 26
19.09. – 21.09.	Der allein gebliebene Zwilling	P. Bourquin 14, 36
20.09., 09.30 h	Informationstag zur <i>Approbationsausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten (m/w/d)</i>	S. Hagen 64, 83
25.09., 20.00 h	Fragestunde: Hochsensibilität im beruflichen Kontext – online	K. Ortner-Willnecker 31
28.09., 10.00 h	TaKeTiNa – Schnuppertag (in München)	S. Bundschu und M. Höhn 65
OKTOBER		
02.10. – 05.10.	Erforschung der Innenwelt	I. Schmelcher-Haimerl 17, 43
03.10. – 12.10.	Wiederherstellung der Beziehungen (SAT Modul II)	K. Reuter und Team der internationalen SAT Schule 17, 47
13.10. – 17.10.	Einführung in die Spieltherapie	C. M. Hockel 39, 55
16.10. – 19.10.	Yoga-Basierte-Traumatherapie (Modul 2)	D. Mitzinger 49
23.10. – 26.10.	Yoga-Basierte-Traumatherapie (YBT) Practitioner (Modul 3)	D. Mitzinger 23, 40
24.10. – 26.10.	Dem Tod neu begegnen – Abschied und Bestatten als Tor zum Leben	S. Kraft und M. Kraft 15, 28
24.10. – 26.10.	Kontakt- und Bindungsfähigkeit	M. Rupp 17, 43
26.10. – 31.10.	Schamanismus der Huichol	B. Secunda 29
NOVEMBER		
04.11. – 02.12.	Meditationen für zwei: Austausch, Stille und intime Begegnungen für Paare – online	J. Feuerbach 30
06.11. – 09.11.	Achtsamkeit, Kontakt und Prozess: Gestalttherapeutische Konzepte und ihre Anwendung	J. Feuerbach 36
06.11. – 09.11.	Bewegungs-Spielräume	M. Büntig-Ludwig 21
14.11. – 18.11.	Wozu bin ich krank? Symptome und unbewusste Liebe	T. Geßner 21, 36
28.11. – 30.11.	Aikido als Friedenskunst	S. Weißbacher und I. Neu 23
28.11. – 30.11.	Weil ich euch beide liebe	B. Innecken 20
DEZEMBER		
05.12. – 07.12.	Einführung in die Traumatherapie <i>Somatic Experiencing</i>	D. Rothbauer 53, 64
11.12. – 14.12.	Yoga-Basierte-Traumatherapie (Modul 3)	D. Mitzinger 49
11.12., 20.00 h	Fragestunde: Hochsensibel – Bereicherung und Herausforderung zugleich für Partnerschaft und Familie – online	K. Ortner-Willnecker 31

HERZLICH WILLKOMMEN BEIM ZIST FÖRDERVEREIN E. V.

Über die Workshops in ZIST werden bei Menschen tiefgreifende Heilungs- und Transformationsprozesse initiiert und es wird ein wichtiger Beitrag geleistet zu mehr Menschsein und Menschlichkeit in unserem Miteinander und in unserer Gesellschaft.

Als Mitglieder des *ZIST Förderverein e. V.* setzen wir uns dafür ein, die von ZIST ausgehenden Impulse möglichst vielen Menschen zugänglich zu machen:

- Wir ermöglichen Menschen in persönlicher Krise und wirtschaftlicher Not eine Teilnahme an ZIST Selbsterfahrungsworkshops, denn Gesundheit soll nicht am Geld scheitern.
- Wir unterstützen wichtige ZIST Projekte und Veranstaltungen.
- Wir fördern die Psychologen (m/w/d) in Ausbildung der *ZIST Akademie für Psychotherapie*.

Werden Sie Mitglied. Wir freuen uns auf Sie!

Dokumentieren Sie Ihr Engagement für ein erfülltes Leben in Verantwortung für sich selbst, für die Gesellschaft, in der Sie leben, und für die Schöpfung, die uns umgibt. Sie können unsere Arbeit mit einer einmaligen Spende unterstützen oder Mitglied werden.

- Als Mitglied des ZIST Fördervereins
- legen Sie Ihren Jahresbeitrag ab 100 Euro pro Jahr {für Studenten/PiA (m/w/d) 50 Euro pro Jahr} selbst fest,
 - erhalten Sie 10 % Ermäßigung auf die Kursgebühr einzelner offener Workshops zur Selbsterfahrung in ZIST,
 - können Sie in der jährlichen Mitgliederversammlung die Arbeit des Fördervereins aktiv mitgestalten und
 - bekommen Sie selbstverständlich für Ihren Beitrag eine steuerwirksame Spendenquittung.

ZIST FÖRDERVEREIN: WIR HELFEN IHNEN!

Wenn Sie zu jenen gehören, die Interesse an den Workshops zur Selbsterfahrung in ZIST haben und sich jedoch in einem finanziellen Engpass befinden, dann melden Sie sich bei uns. Wir unterstützen einen Selbsterfahrungsworkshop mit bis zu 50 % Zuschuss. Bei Interesse schreiben Sie uns an: verein@zist.de Wir helfen Ihnen! Und Ihr Anliegen bleibt vertraulich.

Mit herzlichen Grüßen
der Vorstand des *ZIST Förderverein e. V.*

Carmen Schickinger (Vorsitz)
Maren Schilling
Mischka Solonevich

Interessiert an der Arbeit des ZIST Förderverein e. V.?
Dann freuen wir uns auf ein Gespräch mit Ihnen! Schreiben Sie uns einfach eine E-Mail an: verein@zist.de

ZIST Förderverein e. V.
Zist 1 | 82377 Penzberg
Tel.: +49-8856-93690
Fax: +49-8856-936970
E-Mail: verein@zist.de
Internet: www.zist.de/verein



Es tut gut, sich ab und zu in
der Gegenwart aufzuhalten.

Wolf Büntig

SELBSTERFAHRUNG

- Persönliches Wachstum
- Männer, Frauen, Kinder – Beziehungen
- Gesundheit, Vorsorge, Selbstheilung
- Kreativität
- Spiritualität
- Onlineworkshops

14
18
21
24
28
30

DATEN & PREISE

Der allein gebliebene
Zwilling

Fr., 19.9., 18.30 h –
So., 21.9.25, 14.00 h
Kursgebühr 360 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250930

Werden, was ich bin.

Di., 22.4., 18.30 h –
Sa., 26.4.25, 14.00 h
Kursgebühr 545 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250432

● DER ALLEIN GEBLIEBENE ZWILLING

Peter Bourquin

Diese Selbsterfahrungsgruppe ist für alle, die wissen oder vermuten, dass sie zu Beginn ihres Lebens von einem frühzeitig gestorbenen Zwilling oder Drilling begleitet wurden und Heilung suchen.

Was für Folgen kann es für einen Menschen haben, die ersten Wochen oder Monate seiner Existenz von einem Zwilling begleitet zu sein, dann dessen Tod mitzuerleben und schließlich alleine zur Welt zu kommen? Wie kann er diese Erfahrung verarbeiten und integrieren, wenn sie ihm obendrein oftmals nicht bekannt ist und allein in den unbewussten Seiten seines Seins gespeichert bleibt?

Viele allein gebliebene Zwillinge stehen nicht ganz im Leben, da alte verwurzelte Grundgefühle wie Einsamkeit, Melancholie, Schuld, Anderssein oder Sehnsucht, die gleichsam die Hintergrundmusik ihres Gefühlslebens bilden, die Freude am Leben trüben.

Gerade am Thema Partnerschaft macht sich dies besonders bemerkbar: Oftmals fällt es einem allein gebliebenen Zwilling schwer, sich wirklich einzulassen, aus der tiefen Angst heraus, eine erneute Trennung von einem ihm lieben Menschen zu erleiden, welche ihm das Herz brechen würde. Oder er sucht in der Beziehung eine Nähe und Innigkeit, die seinen Partner überfordert. Doch auch im Arbeitsleben kann es zu dem Muster kommen, für zwei zu arbeiten, immer wieder neu anzufangen oder sich keinen Erfolg zu gönnen.

Auf ihrer Suche nach Heilung haben viele allein gebliebene Zwillinge ohne wirklichen Erfolg verschiedene Therapien ausprobiert. Um sich wieder ganz zu fühlen und alte Muster und Gefühle hinter sich zu lassen, braucht es einen heilenden Prozess auf den Ebenen des Verstehens, des Fühlens, des Körpers und der Seele. In einem geschützten und achtsamen Gruppenrahmen arbeiten wir dazu mit Körperübungen, Ritualen, geleiteten Meditationen und Aufstellungen.

● WERDEN, WAS ICH BIN.

Lebensintegrationsprozess (LIP nach Nelles),
Aufstellungsarbeit und Bewusstsein
Thomas Geßner

Dieser Workshop bietet die Möglichkeit, in Praxis und Theorie den *Lebensintegrationsprozess* (LIP nach Nelles) kennenzulernen. Im Unterschied zum Familienstellen geht es im LIP nicht um *die anderen* und unsere Schwierigkeiten mit ihnen, sondern um eine offene Begegnung mit uns selbst. Wir sehen dabei, wie wir so geworden sind, wie wir eben sind, und welche Möglichkeiten wir tatsächlich haben. Damit verbunden ist eine Haltung, die sich ganz mit der Gegenwart verbindet, die also aktuelle Schwierigkeiten nicht mehr der Vergangenheit anlastet.

Dr. Wilfried Nelles hat den LIP aus seinem Bewusstseinsmodell heraus entwickelt. Vom Platz der sicheren Gegenwart aus wendet man sich den Stellvertretern für die eigene Zeit im Mutterleib, die Kindheit und die Jugend zu. In ihnen erscheint, was aus den damaligen Lebensphasen und der jeweils damit verbundenen Bewusstseinsstufe heute gesehen werden will.

Man würdigt dabei alles, was man unbewusst getan hat, um bei den Menschen und den Umständen sein zu können, wo man geboren wurde und aufgewachsen war. Dies kann für erwachsene Menschen eine machtvoll Unterstützung dabei sein, ihre Kindheit und Jugend hinter sich zu lassen, und zwar nicht, indem sie sie abschneiden, sondern sie in sich aufnehmen, genau so, wie sie war. Dadurch kommt man in einen tiefen Kontakt mit sich selber: man kommt zu sich, in die eigene Kraft, zu dem Leben, für das man auf der Welt ist.

Der LIP ist ein lebendiger Spiegel. Er liefert eine präzise Momentaufnahme des eigenen Seins. Er wirkt langfristig, im Laufe von Monaten und Jahren. Er hilft dabei, Identifizierungen mit vergangenen Überlebensmustern zu lösen, mit blinden Flecken vertraut zu werden und frühere Traumata zu transformieren. Zudem kann die innere Vision des eigenen Lebens erscheinen, also das, wozu man da ist. Sie verlangt danach, im eigenen Leben die erste Geige zu spielen.

Maximal 22 Teilnehmende

Literatur

Wilfried Nelles, Thomas Geßner: *Die Sehnsucht des Lebens nach sich selbst*, Innenwelt Verlag, Köln, 2014
Wilfried Nelles: *Alles ist Bewusstsein – Bewusstsein ist alles*, Innenwelt Verlag, Köln, 2016
Thomas Geßners Blog zu Aufstellungsarbeit und Lebensintegration:
<https://gessner-aufstellungen.de/blog/>

DATEN & PREISE

Öfter wohl,
zufriedener oder
glücklich sein können*

Fr., 4.4., 18.30 h –
So., 6.4.25, 14.00 h
Kursgebühr 285 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250430

Dem Tod neu begegnen –
Abschied und Bestatten
als Tor zum Leben

Fr., 24.10., 18.30 h –
So., 26.10.25, 14.00 h
Kursgebühr 260 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 251032

● ÖFTER WOHL, ZUFRIEDENER ODER
GLÜCKLICH SEIN KÖNNEN*

Christian Gottwald

Es gibt inzwischen handfeste wissenschaftliche Hinweise, zum Beispiel der Mind-Body-Medizin, der positiven Psychologie, der Hirnforschung und Glücksforschung, wie wir die Wahrscheinlichkeit erhöhen können, zu gesunden. Wir können lernen, die wesentlichen Elemente unserer Gegenwart achtsam aufzunehmen und die Fülle gegenwärtiger Ressourcen von uns selbst und einer jeweiligen Umgebung sinnvoll nutzen, um eine heilsamere Antwort in der Gegenwart zu kreieren.

Mit allen Sinnen, Berührungen und Bewegungen in einer achtsamen, gegenwärtigen, heilsamen Begegnung kann man in dem Workshop bewusster erleben, wie vergangenheitsbestimmte automatische Muster das eigene Potential einschränken und so verhindern, dass man im Leben und im Kontakt wohler, effektiver und gesünder da sein kann. Vergangenheitsbedingte Automatismen können beeinflusst werden. Nicht willkommene Anteile des eigenen Erlebens können aufgenommen werden und sich wieder neu entfalten und entwickeln.

Im Workshop werden theoretische Hintergründe aufgezeigt und praktisch umgesetzt. Wir können

- für das Hier und Jetzt erwachen,
- die Aufmerksamkeit lenken und
- jeden Moment kreativ beeinflussen,
- dafür besonders den eigenen Körper und Kontakt mit anderen nutzen,
- die verkörperten und sinnlichen und seelischen oder die gedanklichen Signale des gegenwärtigen Erlebens bewusster wahrnehmen und differenzierend unterscheiden,
- diese Signale als Orientierung und Richtungshinweise nutzen,
- die Fülle und den Reichtum von Potentialen realisieren und
- sich wertschätzen, akzeptieren und begleiten.

Achtsamkeit und eine sinnvollere Selbstbegleitung sind im alltäglichen Leben anwendbar.

● DEM TOD NEU BEGEGNEN –
ABSCHIED UND BESTATTEN
ALS TOR ZUM LEBEN

Susanne Kraft und Michael Kraft

*Bereit
für die Stille
die Worte
das Handeln
Bereit, unsere Toten in die eigenen
Hände zu nehmen.*

In den Tagen des Übergangs ist der Himmel etwas offener als sonst. Wenn wir bereit sind, wirklich einzuwilligen – sogar bei einem plötzlichen oder scheinbar vorzeitigen Tod – dann beginnt die Quelle unserer Lebendigkeit neu zu fließen.

Dieses Begreifen geschieht auch im praktischen Tun. Wie in nur wenigen Lebensbereichen können wir die Einheit von geistiger Realität und unserem konkreten Handeln direkt erleben.

Was hilft uns dabei, unsere Toten in die eigenen Hände zu nehmen?

Im Praktischen

- Nach dem letzten Atemzug – was ist jetzt nötig und was ist alles möglich?
- Wie können wir die Zeit einer Aufbahrung persönlich gestalten und auch Kinder einbeziehen?

In einer Form des heilenden Zuhörens – uns selbst und unserem Gegenüber

- Beim Nichts-tun-Können und Einfach-da-Sein.
- Im Umgang mit heftigen Gefühlen.
- Bei aufbrechenden Konflikten.

Im Gestalten einer spirituellen Dimension

- Rituale, die befreien und Halt geben.
- Das Segnen, Beten, auch in eigenen freien Worten.
- Der Verstorbene (m/w/d) selbst: wie kann ich weiter mit ihm verbunden bleiben?

Ein Kurs für Freunde, Angehörige und Begleiter (jeweils m/w/d). Ein Kurs, um uns auch auf den eigenen Tod vorzubereiten.

Wir wollen gemeinsam weinen und lachen – fragen, spielerisch üben und künstlerisch gestalten. Gerade wenn wir uns dem tiefen Schmerz öffnen, werden dann auch berührende Begegnungen und eine echte Lebensfreude möglich.

Die Kultur eines Volkes erkennt man daran, wie sie mit ihren Toten umgeht.

Perikles von Athen

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

**www.zist.de/de/seminarhaus/unterkunft-und-verpflegung

DATEN & PREISE

Frei sein vom inneren Kritiker

Fr., 21.2., 18.30 h – So., 23.2.25, 14.00 h
Kursgebühr 315 € zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 250235

Come To Life – von Scham und Schuld zu Integration und Verbundenheit*

Fr., 11.4., 18.30 h – So., 13.4.25, 14.00 h
Kursgebühr 315 € zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 250431

Selbsterkundung und Essenz

Fr., 23.5., 18.30 h – So., 25.5.25, 14.00 h
Kursgebühr 265 € zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 250533

Hochsensibilität und Spiritualität*

Fr., 21.2., 18.30 h – Mo., 24.2.25, 14.00 h
Kursgebühr 385 € zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 250234

siehe rechts

Selbsterkenntnis und Lebendigkeit (SAT Modul I)

Fr., 9.5., 18.30 h – So., 18.5.25, 14.00 h
Kursgebühr 1415 € zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 250531

neu FREI SEIN VOM INNEREN KRITIKER

Eine Einführung ins Focusing
Elmar Kruithoff

Oft sind wir uns selbst der heftigste Kritiker: Von Beschimpfungen und Entwertungen bis zu Scham und Schuld kann alles dabei sein. Es gehört zum inneren Kritiker dazu, dass wir ihn als Gegner empfinden, den es zu besiegen gilt.

Ist es möglich, aufzuhören zu kämpfen und stattdessen innezuhalten und diesen ewigen Kreislauf zu durchbrechen? Wie wäre es, einen neuen Blick auf dieses Geschehen zu werfen und anzufangen, den inneren Kritiker zu verstehen und ihm zu helfen, anstatt ihn zu bekämpfen?

Mit der richtigen Idee im Gepäck und entsprechenden Übungen können wir uns (nicht nur) dem Teil in uns zuwenden, der kritisiert, bewertet, verurteilt und beschämt – und so zu neuen Erkenntnissen und einem guten Umgang mit all den Anteilen gelangen, die zur inneren Kritik gehören.

Gemeinsam schauen wir uns an:

- Woran erkennen wir, welche Art innere Kritiker wir haben?
- Wie gelingt ein anderer Blick auf innere Kritiker, sodass wir nicht nur Opfer der Kritik sind?
- Wie können wir in einen konstruktiven Dialog mit inneren Kritikern kommen?
- Welche anderen Anteile sind beteiligt und wie können wir diese nutzen?
- Was brauchen wir, um aus all den Gedanken und Bewertungen einen Ausweg zu finden?

Durch kurze Impulsvorträge und praktisch angeleitete Übungen in Dyaden- und Kleingruppen gehen wir diesen Fragen nach. Es sind keine besonderen Vorkenntnisse erforderlich, jedoch die Offenheit, sich schwierigen Themen zuzuwenden, ohne sofortige Lösungen zu finden.

COME TO LIFE – VON SCHAM UND SCHULD ZU INTEGRATION UND VERBUNDENHEIT*

Sabine Löffler und Uwe Minde

Beschreibung siehe Seite 40.

neu SELBSTERKUNDUNG UND ESSENZ

Einführung in den Diamond Approach
nach A. H. Almaas
Franka Nagel und Christoph Keil

Beschreibung siehe Seite 28.

HOCHSENSIBILITÄT UND SPIRITUALITÄT*

Karin Ortner-Willnecker

Für viele Hochsensible ist es ein Bedürfnis, sich immer wieder in die Stille zurückzuziehen: sei es, um die Fülle von Informationen, Erfahrungen und Anforderungen des Alltags zu sortieren, um ihre innere Mitte wiederzufinden, um über ihr Denken und Handeln zu reflektieren, um Antworten zu finden auf ihre tief sinnigen Fragen oder aber um ihr Seelenleben zu erkunden. Manche fühlen sich angetrieben von der Ahnung, dass es da noch mehr gibt als unsere alltägliche Wirklichkeit.

Unterschiedlichste psychologische Methoden können hierbei hilfreiche Unterstützung bieten. Geschichten, Bilder, Symbole und Rituale einer Glaubensgemeinschaft, sie alle können Halt und Sicherheit bieten, einen Weg weisen und ein Gefühl der Verbundenheit vermitteln. In einer globalisierten Welt begegnen wir wiederum einer erstaunlichen Vielfalt möglicher Vorstellungen von der Welt und der Essenz des Seins. Und wir beginnen zu verstehen, dass es viele Möglichkeiten gibt, die eigenen Erfahrungen zu interpretieren und Spiritualität zu leben.

Der spirituelle Weg wird daher für mehr und mehr Menschen zu einem sehr individuellen, oftmals allerdings auch von Einsamkeit und Unsicherheit geprägten Weg. Dieser Workshop möchte Mut machen, den ganz eigenen Weg in die Stille und Erkenntnis zu finden, den persönlichen Erfahrungen und Einsichten zu vertrauen und schließlich hierfür passende Ausdrucksformen zu finden.

Inhalte des Workshops

- Psychologische Methoden zur Unterstützung persönlicher Weiterentwicklung
- Einführung in verschiedene spirituelle Traditionen
- Formen konkret gelebter Spiritualität (beispielsweise Erschaffen von Bildern, Symbolen, Durchführung von Ritualen)
- Eintauchen in unterschiedliche Bewusstseinszustände
- Übungen
- Erfahrungsaustausch

SELBSTERKENNTNIS UND LEBENDIGKEIT (SAT MODUL I)

Katrin Reuter
und Team der internationalen SAT Schule

Beschreibung siehe Seite 46.

WIEDERHERSTELLUNG DER BEZIEHUNGEN (SAT MODUL II)

Katrin Reuter
und Team der internationalen SAT Schule

Beschreibung siehe Seite 47.

neu DIE KRAFT DES VERKÖRPERTEN HERZENS

Eine Synthese aus körperorientierter Psychotherapie, Bodydynamic und Einsichten aus der Sufi Tradition
Michael Rupp

Beschreibung siehe Seite 42.

KONTAKT- UND BINDUNGSFÄHIGKEIT

Ein Einführungsworkshop in die Bodydynamic Arbeit
Michael Rupp

Beschreibung siehe Seite 43.

ERFORSCHUNG DER INNENWELT

Systemische Therapie mit der inneren Familie
Irmgard Schmelcher-Haimerl

Beschreibung siehe Seite 43.

neu SPIRITUELLE TRANSFORMATION VON GEDANKENFORMEN IM SUBTILEN KÖRPER

Joachim Vieregge

Gedankenformen im subtilen Körper sind spirituellen Heilern und Philosophen in Ost und West seit alters her bekannt. Der Mystiker Daskalos nannte sie *Elementale* und lehrte ihre Transformation, wenn sie Leib, Seele und die Wahrnehmung des Menschen schädigen.

In diesem Workshop werden Wesen und Wirkung einiger negativer und positiver Elementale erläutert, die individuell und gesellschaftlich bedeutsam sind. Anschließend werden wir in der Gruppe einen angeleiteten Prozess praktizieren, in dem jeder das für ihn derzeit belastende Elemental zum Positiven wandeln kann.

Für diese Arbeit ist eine Meditation wesentlich, die jedem seinen persönlichen Zugang zum spirituellen Bewusstsein eröffnet.

Literatur für diesen Workshop
Joachim Vieregge: *Einfach gute Gedanken. Heilung unseres feinstofflichen Körpers*, Güllenheim 2015, Silberschnur Verlag

DATEN & PREISE

Wiederherstellung der Beziehungen (SAT Modul II)

Fr., 3.10., 18.30 h – So., 12.10.25, 14.00 h
Kursgebühr 1415 € zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 251030

Die Kraft des verkörperten Herzens

Fr., 4.7., 18.30 h – So., 6.7.25, 14.00 h
Kursgebühr 295 € zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 250531

Kontakt- und Bindungsfähigkeit

Fr., 24.10., 18.30 h – So., 26.10.25, 14.00 h
Kursgebühr 295 € zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 251033

Erforschung der Innenwelt

Do., 2.10., 18.30 h – So., 5.10.25, 14.00 h
Kursgebühr 420 € zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 251034

Spirituelle Transformation von Gedankenformen im subtilen Körper

Sa., 8.3.25, 9.30 h – 18.00 h
Kursgebühr 145 € inkl. Mittagessen
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 250334

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

**www.zist.de/de/seminarhaus/unterkunft-und-verpflegung

DATEN & PREISE

Zapchen somatics*

Fr., 7.2., 18.30 h –
So., 9.2.25, 14.00 h
Kursgebühr 255 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250232

**Emotionales Lernen –
Körper und Seele
im Dialog***

Do., 26.6., 18.30 h –
So., 29.6.25, 14.00 h
Kursgebühr 420 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250631

**Das Einfach
Liebe Retreat für Paare**

Fr., 30.5., 18.30 h –
Mi., 4.6.25, 14.00 h
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250535

Fr., 1.8., 18.30 h –
Mi., 6.8.25, 14.00 h
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250830

Kursgebühr je Workshop
805 € pro Person
zuzüglich Vollpension im
Doppelzimmer pro Person

**When The Drummers
Were Women**

Fr., 7.3., 18.30 h –
Mo., 10.3.25, 14.00 h
Kursgebühr 365 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250332

● **ZAPCHEN SOMATICS – ODER:
WIE MAN SICH MIT ALLEDDEM
SCHNELLER WIEDER WOHL
FÜHLEN KANN***

Ulrike Wichtmann

Beschreibung siehe Seite 44.

● **EMOTIONALES LERNEN –
KÖRPER UND SEELE IM DIALOG***

*Transformation von im Körpergedächtnis
gespeicherter somatisch-emotionaler Stressmuster*
Gerhard Zimmermann

Beschreibung siehe Seite 44.

MÄNNER, FRAUEN,
KINDER – BEZIEHUNGEN

● **DAS EINFACH
LIEBE RETREAT FÜR PAARE**
Entspannte Sexualität leben
Ela Buchwald und Volker Buchwald

Ein Liebespaar sind zwei Menschen, die sich lieben.
So einfach ist das. Doch wie geht sie, diese Liebe?
Was bestimmt, ob man sich in seiner Partnerschaft
zu Hause fühlt?

Sexualität spielt dabei eine viel größere Rolle, als
die meisten denken ... und genau hier schlummern
entscheidende Fragen. Wie gehen wir als Paar mit
Erwartungen, Routine oder scheinbar unterschied-
lichen Bedürfnissen im Sex um? Wo ist Platz für
echte Verbundenheit?

Sex ist das körperliche Fundament der Liebe.
Er ist der Raum, in dem wohlige Nähe entstehen
kann, Momente voll warmer Lebendigkeit und krib-
belnd-freudigem Wir. Diese ganz besondere Inti-
mität gelingt, wenn Körper, Herz und Seele zuein-
ander finden. Auf diese Reise nehmen Sie Ela und
Volker Buchwald in diesem Retreat mit. Fünf Tage
lang erfahren Sie sich als Paar völlig neu. Sie lernen,
einander leicht, ohne Druck und Stress zu bege-
gen ... im wahrsten Sinne des Wortes mit Leib und
Seele. Schritt für Schritt installieren Sie die körper-
liche Ebene als wohlthuende Selbstverständlichkeit
in der Beziehung. So wird Sex zur schönsten Sache
der Welt, zum erfüllenden Ausdruck Ihrer Liebe.

Das Retreat richtet sich an Paare, die miteinander
diesen großen Schatz entdecken wollen. Wach und
achtsam entwickeln sie ein Gefühl dafür, welch gro-
ßes Geschenk solche Momente der tiefen Verbun-
denheit sind. Und was gibt es Schöneres?

Retreat-Inhalte

- Theorie: Wissen über Körperphänomene, Mo-
delle von Stress- und Selbstregulation, Phäno-
menologie der Wahrnehmung.
- Körperarbeit: Bewegungsübungen zum Ent-
spannen und Entstressen, Erforschung von
Spürebene, Übungen zu bewusstem Im-Kör-
per-Sein.
- Entspannung: Leichtigkeit in der Sexualität le-
ben ohne Stress und Leistungsdruck.
- Kommunikation: Als Paar ohne Emotionen im
Gespräch miteinander sein.

Ela und Volker Buchwald sind seit 1992 verheiratet
und Eltern von drei erwachsenen Kindern. Sie sind
ausgebildet in Bewusstseins- und Körperarbeit. Ge-
prägt durch den Ansatz Slow Sex nach Diana Ri-
chardson haben sie aus der Essenz ihrer Erfahrun-
gen einen eigenen Prozess entwickelt:
Einfach Liebe.

Literatur

Ela und Volker Buchwald: *Das Einfach Liebe Prinzip*,
Verlag lübbe-life

● **WHEN THE DRUMMERS WERE WOMEN**
Rahmentrommel- und Stimmworkshop für Frauen
Sabine Bundschu

Beschreibung siehe Seite 24.

DATEN & PREISE

**Beziehung,
die man tanzen kann**

Fr., 29.8., 18.30 h –
So., 31.8.25, 14.00 h
Kursgebühr 305 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250831

**Familienaufstellungen –
als Selbsterfahrung und
zur teilnehmenden
Beobachtung**

Fr., 14.2., 18.30 h –
So., 16.2.25, 14.00 h
Kursgebühr 320 €,
für beobachtende
Teilnehmende 285 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250233

● **BEZIEHUNG, DIE MAN TANZEN KANN**
Johannes Feuerbach

Der Tango ist ein Beziehungs-Tanz. Er lebt von der
Spannung zwischen Mann und Frau, vermag star-
ke Gefühle zu wecken und fordert im Tanz dafür
Eindeutigkeit.

Historisch kann man den Tango auch als den Ver-
such der Einwanderer Uruguays und Argentinien
betrachten, ihre Einsamkeit und Entwurzelung zu
überwinden und Verbundenheit zumindest für die
Dauer des Tanzens zu finden. Dies sind, ebenso wie
Autonomie (eigene Achse), Veränderung (keine fest-
gelegten Schrittfolgen) und Beständigkeit (zuerst die
Beziehung, dann der Tanz), auch heute seine exis-
tenziellen und psychologischen Herausforderungen.

Die Themen und Inhalte des Workshops

- Basisbewegungen und Schritte des
Tango Argentino.
- Alignement (den inneren vertikalen
Raum ausfüllen).
- Präsenzerfahrungen im Kontakt:
Bindung als energetische Erfahrung.
- Still-Sitzen und die Gunst des Augenblicks.
- Impuls und Antwort im Tanz, im Gespräch
und in der Partnerschaft.
- Meditationen für zwei (Paar-Kontemplation).
- Partnerschaft braucht Gemeinschaft:
Tanzen mit anderen.

Der Workshop wendet sich an Paare, die noch
nicht oder kaum Tango tanzen. Geübte Tangotänzer
(m/w/d) können teilnehmen, wenn sie ihre Bezie-
hung in den Mittelpunkt stellen wollen. Die Metho-
de ist prozessorientiert. Gestalt, Lomi-Körperarbeit
und Tiefenpsychologie sind die therapeutischen
Bezugsdisziplinen.

Am Samstag wird es einen Festabend geben – gerne
mit entsprechender Kleidung. Wegen des Parketts
bitte keine Pfennigabsätze.
Ehemalige Teilnehmer sind als Gäste (jeweils m/w/d)
willkommen!

Veröffentlichungen

(2010): *Beziehung, die man tanzen kann: Selbst-
erfahrung für Paare*. In: Musik-, Tanz- und Kunst-
therapie. 21. Jg., H. 3, S. 113–122
(2017): *Beziehung, die man tanzen kann: Part-
nerschaft und Tango*. In: Ralf Sartori (Hg.): Tango
Global Bd. 3 – Tango in Berlin.
Allitera: München, S. 122–144
(2019): *Das Selbst als Tor und Brücke in den Ba-
sisbewegungen des Tango Argentino*. In: Musik-,
Tanz und Kunsttherapie. 29. Jg., H. 1, S. 29–34

(2022): *Beziehung, die man tanzen kann –
Gestalttherapeutische Perspektiven*. In:
Gestalttherapie – Forum für Gestaltperspektiven.
36. Jg, H. 2, S. 95–119
(Die Essays sind als Sonderdruck in ZIST
erhältlich.)

● **FAMILIENAUFSTELLUNGEN –
ALS SELBSTERFAHRUNG UND ZUR
TEILNEHMENDEN BEOBACHTUNG**
Barbara Innecken

Dieser Workshop ist ein Angebot für Menschen,
die Schwierigkeiten in ihrem Leben – sei es in der
Partnerschaft, mit den Kindern, im Beruf oder im
sozialen Miteinander – in Zusammenhang mit ihrem
Familiensystem betrachten und daraus Lösungen
erarbeiten wollen.

Das innere Bild von Familie, das wir in uns tragen,
beeinflusst unser Denken, Verhalten und unsere Emp-
findungen. Es kann als Kraftquelle wirken oder eher
hinderlich sein für die Gestaltung unseres eigenen
Lebens. Über das Familien-Stellen wird das Eingebunden-Sein in unsere Familie generationenüber-
greifend sichtbar. Durch Lösung von unbewussten
Verstrickungen können wir beginnen, die Verbindung
mit den guten Kräften unserer Familie wieder auf-
zunehmen. Wir geben den Bewegungen der Seele
Raum, können Übernommenes zurückgeben, Dank
abstatten und Ausgeschlossene wieder einbeziehen.
Diese lösungsorientierte Arbeit kann eine wertvolle
Hilfe sein, um Kraft für die Ziele unseres eigenen
Lebensweges zu finden.

Die Aufstellungen in diesen Tagen werden von Fra-
gerunden und Austausch in der Gruppe sowie von
Singen und Bewegung begleitet. Es werden trauma-
therapeutische Aspekte berücksichtigt.

Interessierte, Partner oder Therapeuten (jeweils
m/w/d) können mit Gewinn – und zu verminderter
Kursgebühr – als Beobachter und Stellvertreter (je-
weils m/w/d) am Workshop teilnehmen, denn durch
das Miterleben findet ein ständiger Erfahrungs- und
Lernprozess statt, bei dem sich oft neue Perspekti-
ven für das eigene Leben ergeben.

Teilnehmerzahl: 10 aufstellende Teilnehmer plus
Beobachter (jeweils m/w/d)

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

**www.zist.de/de/
seminarhaus/unterkunft-
und-verpflegung

DATEN & PREISE

Weil ich euch beide liebe

Fr., 28.11., 18.30 h –
So., 30.11.25, 14.00 h
Kursgebühr 320 €,
für beobachtende Teilneh-
mende 285 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 251133

● WEIL ICH EUCH BEIDE LIEBE

Familienaufstellungen zum Thema Kinder
und Eltern
Barbara Innecken

Dieser Workshop bietet Müttern und Vätern die Möglichkeit, Lösungen für Schwierigkeiten mit ihren Kindern mithilfe der Aufstellungsarbeit zu suchen. Darüber hinaus ist der Workshop ein Angebot für das Kind in uns, denn in Bezug auf unsere eigenen Eltern bleiben wir alle ein Leben lang Kinder.

Eltern machen sich Sorgen, wenn ihr Kind unerklärliche Wutanfälle, übermäßige Anhänglichkeit, Hyperaktivität oder anderes auffälliges Verhalten zeigt, wenn es Ängste oder Schlafstörungen entwickelt, sich nicht konzentrieren kann, nicht lernen möchte, ins Bett nässt oder Krankheiten, wie zum Beispiel Asthma oder Allergien, bekommt. Familienaufstellungen ermöglichen eine neue Sichtweise auf solche und ähnliche Symptome von Kindern: sie helfen Eltern zu erkennen, worauf das Kind mit seinen Schwierigkeiten aufmerksam machen will. Väter und Mütter können mithilfe der Aufstellungsarbeit Lösungen zum Wohle ihrer Kinder entwickeln und den Familienalltag dadurch spürbar entlasten.

Auch wenn wir erwachsen sind, lebt das Kind in uns weiter. Das Kind, das in der Regel viel Gutes von seinen Eltern bekommen hat, aber auch Verletzungen, Nöte und Defizite im Zusammenhang mit ihnen erleben musste. Die Bindung an die Eltern

ist die Grundlage für die weiteren Beziehungen, die wir in unserem Leben eingehen, seien es Partner, Freunde, Kollegen (jeweils m/w/d) oder unsere eigenen Kinder. Die Bindung an die Eltern beeinflusst das Grundgefühl, mit dem wir im Leben stehen, sie gestaltet unser Leben im Innen wie im Außen mit. Mithilfe der Aufstellungen können wir die Beziehung zu Vater oder Mutter betrachten, verborgene Dynamiken sichtbar machen, einen gesunden Abstand finden, unterbrochene Liebe zum Fließen anregen.

Die Aufstellungen in diesen Tagen werden von Frageunden und Austausch in der Gruppe sowie von Singen und Bewegung begleitet. Es werden traumatherapeutische Aspekte berücksichtigt.

Interessierte, Partner oder Therapeuten (jeweils m/w/d) können mit Gewinn – und zu verminderter Kursgebühr – als Beobachter und Stellvertreter (jeweils m/w/d) am Workshop teilnehmen, denn durch das Miterleben findet ein ständiger Erfahrungs- und Lernprozess statt, bei dem sich oft neue Perspektiven für das eigene Leben ergeben.

Teilnehmerzahl: 10 aufstellende Teilnehmer plus Beobachter (jeweils m/w/d)

Empfohlene Lektüre
Barbara Innecken: *Weil ich euch beide liebe – Systemische Pädagogik für Eltern, Erzieher und Lehrer*, Tredition Verlag

● BEWEGUNGS-SPIELRÄUME

Maja Büntig-Ludwig

Im Laufe unseres Lebens werden die Möglichkeiten und die Vielfalt, mit der wir unseren Körper gebrauchen, immer eingeschränkter. Wir sitzen mehr, verharren oft über Stunden in mehr oder weniger der gleichen Position und all die Möglichkeiten, uns in unterschiedlichster Art und Weise zu bewegen, geraten im Nervensystem in Vergessenheit, da sie nicht mehr abgerufen werden.

In diesem Workshop geht es darum, die vielen verschiedenen Bewegungs-Spielräume, die uns zur Verfügung stehen, neu zu entdecken. Wir gehen auf eine spielerische Forschungsreise durch unseren Bewegungsapparat und sind dabei in der Lage, die Zusammenhänge der einzelnen Körperteile in Bewegung wahrzunehmen. Wir können uns selbst mit einem freundlichen Bewusstsein für unsere Einschränkungen begegnen und mit Neugier und Kreativität neue Möglichkeiten und Wege für motorische Vielfalt finden.

● THE EMBODIED LIFE RETREAT:
AWARENESS THROUGH MEDITATION,
GUIDED INQUIRY AND THE TEACHINGS
OF MOSHÉ FELDENKRAIS

Russell Delman and Linda Evans Delman

Course language English

All methods devoted to human potential emphasize the importance of awakening to the present moment. All that we long for – love, joy, peace, harmony, truth – require the fundamental capacity for PRESENCE. This seminar uses ancient and modern methods for directly and simply uncovering this natural capacity.

Simply said, we need the capacity to:
1) Sit quietly with our own thoughts,
2) mindfully welcome our feelings/emotions and
3) find comfort in our own bodies.

The meditation we will practice is a bare-bones approach to experiencing the present moment *As It Is*; this is the basis for being at home in ourselves. Chairs are available and help is given to those who find sitting challenging.

Guided Inquiry includes a variety of awareness experiments based in the Focusing method of Eugene Gendlin. Learning to bring a warm, caring, curious presence to our feelings/emotions is truly transformative.

The movement lessons of Moshé Feldenkrais are perhaps the most neurologically sophisticated and effective ways of transforming our motor patterns and self-image; these lessons are also interesting and fun.

Through meditations, awareness practices, movement lessons and conversation, we anticipate a meaningful and joyful time of learning together. This retreat is open to all people who are interested in living an awakening life.

● WOZU BIN ICH KRANK?
SYMPTOME UND UNBEWUSSTE LIEBE

Aufstellungsarbeit bei Krankheit mit
Symptomaufstellungen und dem
Lebensintegrationsprozess (LIP nach Nelles)
Thomas Geßner

Beschreibung siehe Seite 36.

DATEN & PREISE

Bewegungs-Spielräume

Do., 6.11., 18.30 h –
So., 9.11.25, 14.00 h
Kursgebühr 360 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 251134

The Embodied Life Retreat

February 13 – 16, 2025
Thursday, 6.30 p.m. –
Sunday, 2.00 p.m.
Place, registration:
ZIST Penzberg No. 250231

July 10 – 13, 2025
Thursday, 6.30 p.m. –
Sunday, 2.00 p.m.
Place, registration:
ZIST Penzberg No. 250731

Fee per workshop 470 €,
plus room and board**.

Wozu bin ich krank?
Symptome und
unbewusste Liebe

Fr., 14.11., 18.30 h –
Di., 18.11.25, 14.00 h
Kursgebühr 545 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 251131

**www.zist.de/de/
seminarhaus/unterkunft-
und-verpflegung

DATEN & PREISE

Freier Fluss für einen freien Kopf – mit indischer Kopfmassage

Fr., 20.6., 18.30 h –
So., 22.6.25, 14.00 h
Kursgebühr 295 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250632

Mit Qigong die Balance von Körper, Kopf und Herz entdecken

Fr., 7.3., 18.30 h –
Mo., 10.3.25, 14.00 h
Kursgebühr 375 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250333

● **FREIER FLUSS FÜR EINEN FREIEN KOPF – MIT INDISCHER KOPFMASSEGE**

Eine einfache Ausbildung für Mütter, Väter, Liebende, Kollegen (m/w/d), Bodyworker ...
Devapria Gokani

Beschreibung siehe Seite 37.

MIT QIGONG DIE BALANCE VON KÖRPER, KOPF UND HERZ ENTDECKEN

Für ein neues Erleben der eigenen Lebensfreude und Angst
Angela Mende

In diesem dreitägigen Qigongworkshop geht es um eine spielerische, auf Körpererfahrung beruhende Annäherung an unsere großen Emotionen: die Polaritäten von Lebensfreude und Sorgen sowie Angst und Zuversicht. Im Mittelpunkt des Workshops stehen das Erfahren und Erlernen ausgewählter Qigongübungen (stille und bewegte Form). Die Inhalte basieren auf dem Präventivkonzept Qigong in der Therapie und Selbstfürsorge (nach Meister Zehng Yi und Katrin Blumenberg). Das Fließen zwischen den Polen von Yin und Yang und das Eintauchen in die *Fünf Wandlungsphasen* sind wichtige Elemente der Erfahrungswelten dieses Workshops.

Zum Ablauf: Die verschiedenen Qigongübungsformen kombinieren wir unter anderem mit Elementen der Meditation, Atemübungen, Affirmationen und Akupressur und bringen dadurch die eigenen Emotionen in Schwingung. Der Workshop beginnt mit einem gemeinsamen Abendessen, gefolgt von einer ersten Qigongsession. Der Samstag ist unserer innewohnenden Lebensfreude und dem Zerstören unserer Sorgen gewidmet (Element Feuer). Am Sonntag öffnen wir den Raum für unsere Angst (Element Wasser) und lassen die eigene Zuversicht wachsen. Der letzte Vormittag widmet sich dem Wiederholen, Verfestigen und dem Ausklingen-Lassen.

Der Workshop richtet sich an Menschen, die Qigong erlernen möchten, um die Übungsformen in Selbstfürsorge und gegebenenfalls auch therapeutisch einzusetzen. Besonders wertvoll sind die Workshopinhalte auch für jene, die eng an und mit Menschen arbeiten oder im Gesundheitswesen tätig sind – Therapeuten, Coaches, Ärzte, Psychologen und Heilpraktiker (jeweils m/w/d). Vorerfahrung in Qigong ist nicht erforderlich.

DATEN & PREISE

Yoga-Basierte-Traumatherapie (YBT) Practitioner*

Do., 23.10., 18.30 h –
So., 26.10.25, 14.00 h
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 251031

Do., 30.4., 18.30 h –
So., 3.5.26, 14.00 h
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 260430

Kursgebühr
je Workshop 460 €
zuzüglich Vollpension**

Hochsensibilität und Spiritualität*

Fr., 21.2., 18.30 h –
Mo., 24.2.25, 14.00 h
Kursgebühr 385 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250234

Aikido als Friedenskunst

Fr., 28.11., 18.30 h –
So., 30.11.25, 14.00 h
Kursgebühr 285 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 251132

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

**www.zist.de/de/seminarhaus/unterkunft-und-verpflegung

● **YOGA-BASIERTE-TRAUMATHERAPIE (YBT) PRACTITIONER***

Aufbaukurs zum YBT Foundation Training
Dietmar Mitzinger

Beschreibung siehe Seite 40.

● **HOCHSENSIBILITÄT UND SPIRITUALITÄT**

Karin Ortner-Willnecker

Beschreibung siehe Seite 16.

● **AIKIDO ALS FRIEDENSKUNST**

Sonja Weißbacher und Irmela Neu

Aikido versteht sich nicht als Kampfsport, sondern zählt zu den gesundheitsorientierten Kampf- und Bewegungskünsten. Der Fokus liegt dabei auf *Kunst*, nicht auf Sport – denn es gibt keinen vergleichenden Wettbewerb im Sinne eines Gewinners und damit zwangsläufig eines Verlierers. Vielmehr bietet Aikido einen Lebensweg und damit die spannende Herausforderung, es ständig oder zumindest immer wieder mit sich selbst *aufzunehmen*, und dabei das hohe Potenzial in sich zu tragen, es in ernsthaften, von außen generierten Konfliktfällen nie anwenden zu müssen.

Gleichwohl ist es eine gut transformierbare, praxisbezogene Lebenskunst, zum Beispiel des *richtigen* Abstandes – nicht nur auf der Trainingsfläche – sondern vielmehr in der ständigen sozialen Interaktion. Es lehrt und schult, sich eines Konfliktes zu stellen, indem Bewegungsabläufe verinnerlicht werden, um aus einer *Angriffslinie* hervorzutreten oder auch die damit verbundene Angriffsenergie aufzunehmen, diese zu lenken und zu neutralisieren, womit es als Konfliktmanagementmethode prädestiniert ist.

Der Workshop bietet Überblick in die Möglichkeiten dieser Bewegungskunst für den ganz persönlichen Lebensweg und die Möglichkeiten, die Prinzipien des Aikido auch im beruflichen Kontext zu nutzen und umzusetzen.

Eine Teilnahme ist für jeden gesunden Menschen möglich, unabhängig von Alter, Geschlecht und eventuellen Vorkenntnissen. Im Zweifelsfalle wird ein Vorgespräch mit den Workshopleiterinnen angeboten.

Nach praktischen Übungseinheiten ist jeweils eine Reflektion zur direkten Umsetzbarkeit vorgesehen. Geübt wird in einer überschaubaren Gruppe, barfuß auf Matten in bequemer Trainingskleidung.



DATEN & PREISE

TakeTiNa – Durch Rhythmus zu Bewusstsein

Fr., 23.5., 18.30 h –
So., 25.5.25, 14.00 h
Kursgebühr 350 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250534

When The Drummers Were Women

Fr., 7.3., 18.30 h –
Mo., 10.3.25, 14.00 h
Kursgebühr 365 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250332

Dance it: A walk on the wild side

Fr., 18.7., 18.30 h –
So., 20.7.25, 14.00 h
Kursgebühr 265 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250733

TakeTiNa – Durch Rhythmus zu Bewusstsein

Astrid Bosshard und Andreas Wittwer

In TakeTiNa ist der Körper das Instrument. Durch spielerisches Tun mit Händen, Füßen und der Stimme werden die Teilnehmer (m/w/d) in ein Netzwerk aus Hören, Spüren, Sprechen, Singen, Bewegen und innerem Visualisieren geführt. Das körperliche Erleben und die gleichzeitige Achtsamkeit, inneres und äußeres Gewahrsein, führen zu mehr Körperbewusstsein im Hier und Jetzt!

Dabei verstärkt sich die Sinneswahrnehmung, große Wachheit bei gleichzeitiger Entspannung kann sich ausbreiten – ein Zustand, in dem das Tor zur Intuition aufgeht. Der Energiefluss im Körper und die Lebendigkeit intensiviert sich. Das Bewusstsein kann sich in eine Mehrdimensionalität weiten.

Die Teilnehmer werden durch Rhythmusreisen, Ruhe- und Bewegungsphasen geführt, werden eingeladen zum Eintauchen ins Hören von Klängen mit dem ganzen Körper. Dyaden ermöglichen die Erforschung des Themas in der Präsenz.

In diesem lebendigen, musikalisch energetischen Feld ist es möglich, ganz mit sich und gleichzeitig mit der Gruppe verbunden zu sein. Durch das Wechselspiel von Stabilisieren, Konfrontieren und Integrieren gestaltet sich der Prozess. TakeTiNa nutzt die transformierende Wirkung von Rhythmus, indem sich zur Gewohnheit gewordene Verhaltensweisen, welche die Lebendigkeit einengen und Entwicklungsprozesse behindern, im Prozess widerspiegeln und ins Bewusstsein gelangen. So können diese erkannt und transformiert werden.

TakeTiNa®, entwickelt vom Musiker und Komponisten Reinhard Flatischler, ist heiteres und spielerisches Lernen im Angesicht des Ernsts des Lebens. Rhythmisch und stimmlich Begabte und Unbegabte, Laien wie Musiker (jeweils m/w/d), sind herzlich willkommen.

When The Drummers Were Women

Rahmentrommel- und Stimmworkshop für Frauen

Sabine Bundschu

Der Titel des Workshops ist ein Zitat des gleichnamigen Buchs der amerikanischen Rahmentrommel Spezialistin Layne Redmond. In dieser spirituellen Geschichte des Rhythmus entdeckte sie, dass Trommeln ursprünglich die Domain der Frauen war. Bereits 4300 v. Chr. gibt es zahlreiche Abbildungen von Priesterinnen und Gottheiten mit Rahmentrommeln. Sie ist eines der ältesten überlieferten Instrumente und wird auf der ganzen Welt gespielt. Pulsierend als schamanische Trommel mit Stick oder mit der feinen Fingertechnik bietet sie ein breites Klangspektrum und eignet sich besonders zum Begleiten der Stimme.

Dieser Workshop richtet sich an Frauen, die gerne an diese alte Tradition des gemeinsamen Trommelns und Singens anknüpfen und Neues entdecken wollen. Die Rhythmen und Lieder aus verschiedenen Kulturen entfalten einen besonderen Zauber. Das tiefe Eintauchen in den Rhythmus öffnet den Raum der gleichzeitigen Wahrnehmung und ist ein Weg zu sich selbst.

neue Dance it: A walk on the wild side

Peter Erlenwein

Tanz ist das Medium, welches uns Menschen am leichtesten in ihrer Ganzheit zu ergreifen und in Schwingung zu bringen vermag. Körper, Seele und Geist sind vereint im Rausch eines Walzers, in der Lust an den vielfältigen Rhythmen afroamerikanischer Trommeln, im Blues, in der Ekstase sufischer Drehtänze und schamanischer Gesänge. In der Hingabe an die vielfältigen körperlichen Reaktionen und Bewegungen, die oft spontane Ausdrucksformen hervorlocken, zeigt sich eine unmittelbare Lebendigkeit, die tief berührt und berühren will – bei wechselnden Gefühlen von Euphorie, Zorn, Trauer, Freude, Leichtigkeit ... Ein Geschmack des Daseins im Hier und Jetzt, der Pulsation des Atems bis hin zu der weiten Stille in der Meditation.

Grundlegende Arbeitsweisen des Workshops bilden elementare wie experimentelle Formen von Bewegung, Raum und primären Gebärden sowie rituelle Tanzprozesse – teilweise mit Stäben – für Improvisationen im Solo, Duo und der gesamten Gruppe. Es wird dabei mit und ohne Musiken gearbeitet.

55 Stunden TakeTiNa nonstop

Ein Jubiläums-Workshop der besonderen Art

Reinhard Flatischler und Anna-Maria Flatischler

Kurssprache Englisch

TakeTiNa feiert sein 55-jähriges Bestehen und gleichzeitig wird Reinhard Flatischler 75 Jahre alt – ein doppelter Anlass, um in die Welt des Rhythmus einzutauchen und zu feiern! Zu diesem besonderen Ereignis haben sich Reinhard und Anna-Maria Flatischler etwas Besonderes ausgedacht: 55 Stunden TakeTiNa ohne Unterbrechung

Aufgrund der Besonderheit des Events veröffentlichen wir zur Kursbeschreibung die Einladung von Reinhard und Anna:

Dieser intensive Workshop wird an einem ganz besonderen Ort stattfinden – in ZIST, einem Ort, der die Entwicklung von TakeTiNa über die Jahre stark geprägt hat. In dieser einmaligen Umgebung laden wir dich ein, in ein durchgehendes Rhythmusfeld einzutauchen, das von Reinhard, Anna-Maria und ihren Gästen gestaltet wird.

55 Stunden nonstop TakeTiNa bietet die Möglichkeit, tief in die Rhythmen und inneren Bewusstseinsräume einzutauchen. Die durchgehenden Rhythmusreisen schaffen Raum, um verschiedenste Bewusstseinszustände zu durchlaufen: vom meditativen Eintauchen in den Rhythmus, über Phasen intensiver Präsenz, bis hin zu Momenten tiefer Entspannung und Klarheit.

TakeTiNa in dieser Dauer bringt dich in einen Zustand, in dem sich innere Prozesse verstärken, Blockaden gelöst und tiefe, unbewusste Schichten berührt werden können. Diese Reise durch Rhythmen öffnet ein Tor zu einem tiefen, transformativen Erleben, das weit über das Alltägliche hinausgeht.

Du kannst frei entscheiden, wie intensiv du dich an diesem Workshop beteiligst. Die Teilnahme ist so gestaltet, dass du jederzeit ein- und aussteigen kannst, dich zurückziehen und dich wieder mit dem Feld verbinden kannst. Dieser freie Fluss ermöglicht es dir, deinem eigenen Rhythmus zu folgen und das Erlebnis auf deine Bedürfnisse abzustimmen.

Egal ob du neu in TakeTiNa bist oder bereits langjährige Erfahrung hast, diese 55 Stunden bieten die einmalige Gelegenheit, dich selbst und den Rhythmus in einer Tiefe zu erfahren, die in diesem Rahmen einzigartig ist.

Sei dabei, wenn TakeTiNa und das Leben in seiner ganzen Fülle gefeiert werden!

Point Zero Painting – Die Kraft der kreativen Freiheit erleben

Kathrin Franckenberg

Die Point Zero Methode ist eine einzigartige Methode der Selbsterkundung, die uns in jenen wilden, ungezähmten Raum in uns führt, wo es weder Regeln nach Beurteilungen gibt, wo und wir uns ganz lebendig und kreativ fühlen und das Mysterium unseres Lebens erkunden und ausdrücken können. Dies ist ein Workshop für jene, die nach Authentizität suchen und Kreativität zu einem Teil ihres Lebens machen wollen.

Im Point Zero Painting Workshop können Sie

- Ihre Schaffenskraft entdecken,
- die Freude spontanen Ausdrucks fühlen,
- lernen, Blockaden Ihrer Kreativität zu durchbrechen,
- Ihren eigenen, ursprünglichen Malstil entdecken,
- unnötige Verhaltensmuster fallen lassen,
- die lebendige Verbindung zwischen Ihnen und Ihrem Bild fühlen und
- Ihre Lebensgeister an ihrer Quelle erkunden.

Ihr Werk wird so ursprünglich und einzigartig ausfallen, wie Sie es sind. Der unbehinderte Fluss von Farben und Bildern wird Ihnen Heilung und Einsicht bringen. Es ist weder Vorerfahrung notwendig noch eine besondere Inspiration oder Begabung.

Buchempfehlung

Michele Cassou:

Point Zero – Entfesselte Kreativität, Aurum

DATEN & PREISE

55 Stunden TakeTiNa nonstop

Do., 21.8., 17.00 h –
So., 24.8.25, 14.00 h
Kursgebühr 550 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250832

Point Zero Painting – Die Kraft der kreativen Freiheit erleben

Fr., 20.6., 18.30 h –
Mi., 25.6.25, 14.00 h
Kursgebühr 745 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250630

Der Preis schließt Farben und Papier ein. Bitte bringen Sie Ihre eigenen Pinsel und Malschürzen mit.

**www.zist.de/de/seminarhaus/unterkunft-und-verpflegung

DATEN & PREISE

Singing Pool

Fr., 21.3., 18.30 h –
Mo., 24.3.25, 14.00 h
Kursgebühr 445 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250330

Dem Leben mehr
Farbe geben

Do., 11.9., 18.30 h –
So., 14.9.25, 14.00 h
Kursgebühr 365 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250931

SINGING POOL

Andreas Gerber und Karin Enz Gerber

Der Singing Pool ist ein Körpermusik-Playshop für Menschen, die ihrer Stimme Tür und Ohr öffnen möchten. In unserer Arbeit geht es darum, die Stimme in Verbindung mit dem Körper zu entdecken und zu erleben. Das führt zu persönlichem Ausdruck und Improvisation.

Rhythmische Strukturen, intuitive Mehrstimmigkeit sowie vielfältige Spiel- und Gestaltungsformen schaffen Raum für Spielfreude, Verbundenheit, Tiefe und Singeslust.

Die Gruppe hilft uns dabei, uns herausfordern zu lassen und getragen zu fühlen. Mut und Freude daran, sich der klingenden Wahrheit des Moments zu zeigen, können wachsen.

Auf diesem Weg nutzen wir konkret: Stimm- und Körperreisen, Circlesongs, Rhythmus- und Melodiekreise, Singspiele zu zweit und in der Gruppe, Klangteppiche für Stimmausflüge ...

Es sind keine Vor- oder Notenkenntnisse notwendig und alle Stimmen willkommen – kleine, große, mutige, verschlossene, offene, leise, laute ...

DEM LEBEN MEHR FARBE GEBEN

Regina Lord

Bilder sind der Spiegel unserer Seele – ganz gleich, was wir gestalten, es drückt sich in unseren Bildern immer ein Teil unseres innersten Wesens aus. Damit ist bildnerisches Gestalten ein wunderbarer Weg zu uns selbst, zu unseren unbewussten Anteilen. Wir entdecken in unseren Bildern, wer wir sind oder wer wir sein könnten.

In Bildern erfahren wir uns auf neue Weise, unsere Wünsche, Visionen oder auch innere Entscheidungen, die unser Unbewusstes längst getroffen hat, die aber für unseren Verstand noch nicht wahrnehmbar sind.

Sowohl im Malprozess wie auch in der Betrachtung der entstandenen Bilder begegnen wir uns selbst und unseren Ressourcen. In der Interaktion mit anderen – zum Beispiel in Gruppenbildern – erkennen wir unsere persönlichen Verhaltensmuster und können sie auf spielerische Art verändern und uns erproben.

Wir arbeiten mit Fantasiereisen, Märchen und den verschiedensten gestalterischen Techniken (Farbe, Kreiden, Ton et cetera) – vor allem aber mit Spaß und Lust an der eigenen Gestaltung!

Malkenntnisse sind nicht erforderlich – je ursprünglicher unser Ausdruck ist, desto mehr zeigt er uns unsere innere Welt.

Material wird gestellt.



DATEN & PREISE

Body Rhythm Flow

Fr., 18.4., 18.30 h –
Di., 22.4.25, 14.00 h
Kursgebühr 590 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250433

Stimmiger Körper –
verkörperte Stimme

Mi., 23.7., 18.30 h –
So., 27.7.25, 14.00 h
Kursgebühr 760 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250732

neu BODY RHYTHM FLOW

Eine rhythmische Erfahrung von Embodiment, Kreativität und Selbstentdeckung
Tupac Mantilla

Kurssprache Englisch (bei Bedarf können Einzelheiten auf Deutsch erläutert werden)

Body Rhythm Flow ist eine rhythmische Einladung, in unser körperliches Gleichgewicht und unseren ganz eigenen Fluss zu kommen. Es ist eine Reise, auf der wir uns mit und durch Musik, Rhythmus und Bewegung wieder mit unserem inneren Selbst und unserem Körper und unserer Vitalität verbinden.

Der Prozess ermöglicht es uns, uns wieder mit unseren Sinnen zu verbinden und unser kreatives Potenzial zu wecken. Durch die rhythmusbasierte Erfahrung können wir in einen Zustand des Fließens gelangen, der unsere Wahrnehmung und Präsenz im Hier und Jetzt schult.

Wir werden mit

- Körperbewegungsreisen,
- einfachen rhythmischen Sequenzen rund um den Körper,
- einfachen Koordinations- und Körperflussübungen,
- Atemrhythmusreisen,
- der Integration des Bodens und Feinabstimmung sowie
- mit Kreativ- und Improvisationsübungen auf die Reise gehen.

Body Rhythm Flow mit Tupac Mantilla, dem erfahrenen Rhythmusspezialisten, ermöglicht es uns, uns auf freudvolle und leichte Weise wohlzufühlen und uns mit unserer Präsenz und Vitalität zu verbinden.

Der Workshop steht jedem offen und es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich.

STIMMIGER KÖRPER –
VERKÖRPERTE STIMME

Durch die Stimme über den Körper zum Selbst vordringen
Lisa Sokolov

Kurssprache Englisch mit Übersetzung

Gerade wer keine Vorbildung und Erfahrung im Singen hat, kann sich über Atem, Ton, Berührung, Imagination und Improvisation in einen Prozess von Erkunden, Erkennen, Lösen, Kräftigen und Integrieren von Körper, Stimme und Selbst begeben. Improvisierend erforschen wir in diesem Sing-Workshop die Quellen und die Kraft des Prozesses, in dem wir unsere Stimme und Musik finden und freisetzen.

Einzelnen, im Duett und als ganze Gruppe arbeiten wir daran, dass die Teilnehmer (m/w/d)

- sich besser in ihrem körperlichen Sein verwurzeln,
- freier und ausdrucksstärker singen,
- ihr Gehör nach außen und innen verfeinern,
- flüssiger werden in der Sprache der Musik,
- eine neue Beziehung zu ihrem eigenen Entwicklungsprozess und ihrem Ausdruck entwickeln und
- zu einer neuen Stärke in energetischer, emotionaler und ausdrucksvoller Lebendigkeit finden.

**www.zist.de/de/
seminarhaus/unterkunft-
und-verpflegung

DATEN & PREISE

The Embodied Life Retreat

February 13 – 16, 2025
Thursday, 6.30 p.m. –
Sunday, 2.00 p.m.
Place, registration:
ZIST Penzberg No. 250231

July 10 – 13, 2025
Thursday, 6.30 p.m. –
Sunday, 2.00 p.m.
Place, registration:
ZIST Penzberg No. 250731

Fee per workshop 470 €,
plus room and board**.

Dem Tod neu begegnen –
Abschied und Bestatten
als Tor zum Leben

Fr., 24.10., 18.30 h –
So., 26.10.25, 14.00 h
Kursgebühr 260 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 251032

Selbsterkundung
und Essenz

Fr., 23.5., 18.30 h –
So., 25.5.25, 14.00 h
Kursgebühr 265 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250533

● THE EMBODIED LIFE RETREAT:
AWARENESS THROUGH MEDITATION,
GUIDED INQUIRY AND THE TEACHINGS
OF MOSHÉ FELDENKRAIS

Russell Delman and Linda Evans Delman

Please see description on page 21.

● DEM TOD NEU BEGEGNEN –
ABSCHIED UND BESTATTEN
ALS TOR ZUM LEBEN

Susanne Kraft und Michael Kraft

Beschreibung siehe Seite 15.

neu SELBSTERKUNDUNG UND ESSENZ

Einführung in den Diamond Approach
nach A. H. Almaas

Franka Nagel und Christoph Keil

*Wir leben in einer Welt voller Geheimnis,
Wunder und Schönheit. Aber die meisten
von uns nehmen an dieser wirklichen
Welt selten Anteil.*

(A. H. Almaas)

Dieser Workshop wendet sich an Menschen, die
auf der Suche nach einem tieferen Zugang zu sich
selbst sind, sodass ihr Leben sich in zunehmender
Fülle, Tiefe und Freiheit entfalten kann.

Der Diamond Approach ist ein zeitgenössischer
spiritueller Weg, der modernes psychologisches
Wissen mit fernöstlichen Weisheitstraditionen
verbindet. Seine zentrale Praxis ist die innere Er-
kundung (*Diamond Inquiry*). Sie beruht auf der
Erkenntnis, dass unsere Erfahrung sich entwickelt
und entfaltet, wenn wir ihr mit einer zulassenden
und neugierigen Haltung begegnen. Auch schwie-
rige oder banale Alltagserfahrungen bergen un-
geahnte Zugänge zu mehr Tiefe und Wahrheit in
sich. Wenn wir unser Inneres vorurteilsfrei und
achtsam erforschen, ergeben sich Öffnung und
Wachstum ganz von selbst – bis hin zum Erleben
unseres wahren Wesens, unserer Essenz, die hin-
ter unseren psychischen Prägungen hervortritt.

Meist leben wir mit dem Gefühl, unsere Erfahrung
sei unangemessen, banal oder unwichtig, und
wir neigen dazu, unser Erleben zurückzuweisen.
Doch können wir unsere ursprüngliche Neugierde
und Offenheit uns selbst gegenüber wieder neu er-
lernen. Dazu bietet der Diamond Approach seit
Jahrzehnten bewährte Methoden und eine fun-
dierte Expertise.

Dieses Einführungswochenende bietet die Möglich-
keit, die innere Arbeit des Diamond Approach im
Rahmen eines kleinen Retreats direkt zu erfahren:

- Die Dozenten (m/w/d) werden Perspektiven
und Zugangsweisen des Diamond Approach
vermitteln.
- Wir werden die Technik der Inneren Erkundung
(*Diamond Inquiry*) kennenlernen und üben.
- Wir werden uns einige der Widerstände an-
sehen, die uns auf unserem Weg nach in-
nen begegnen, zum Beispiel Selbstabwertung,
Angst oder der Vergleich mit anderen.
- Wir werden uns ersten Erfahrungen von
Essenz annähern.

DATEN & PREISE

Schamanismus
der Huichol

So., 26.10., 18.30 h –
Fr., 31.10.25, 14.00 h
Kursgebühr 680 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 251035

Spirituelle
Transformation von
Gedankenformen im
subtilen Körper

Sa., 8.3.25, 9.30 h – 18.00 h
Kursgebühr 145 €
inkl. Mittagessen
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250334

**www.zist.de/de/
seminarhaus/unterkunft-
und-verpflegung

● SCHAMANISMUS DER HUICHOL

Altes Wissen für die moderne Zeit
Brant Secunda

Kurssprache Englisch mit Übersetzung

Die Huichol Tradition ist ein Jahrtausende altes
System ganzheitlicher Heilung, deren Praxis es
ermöglicht, Körper, Herz und Geist von den Be-
lastungen und dem Stress der modernen Welt zu
reinigen. Durch die Entwicklung der Intuition des
Herzens, die Verbindung zum höheren Selbst und
zu den Kräften der Natur kommt mehr Klarheit in
das eigene Leben. Kraftreserven werden erneuert.

Der Workshop beinhaltet Praktiken, die helfen, die
Intuition des Herzens zu entdecken und unser Le-
ben langfristig zu transformieren:

- Traumrituale, die uns in Kontakt mit unseren
Träumen bringen und die Traumrealität in den
Alltag integrieren.
- Heilungsrituale, die die bestehende
Verbindung zur natürlichen Welt wecken.
- Übungen, die den Geist beruhigen.
- Übungen, die zu tiefer Selbsterkenntnis führen.
- Die Hirschtanzzeremonie.
- Eine Pilgerschaft an die Zugspitze, wo wir
unter anderem lernen, wie man sich einem
Kraftplatz nähert.
- Trommeln, Rasseln und Singen.
- Die wunderschöne Kunst der Huichol,
entstanden aus ihrer lebendigen,
traditionellen Mythologie.

Eine Fotopräsentation, aufgenommen in den Ber-
gen der Sierra Madre in Mexiko, die den inzwischen
verstorbenen Don José Matsuwa und andere sehr
beeindruckende Schamanen zeigt, gibt einen Ein-
blick in die Welt der Huichol.

Zielgruppe: Therapeuten, Sozialarbeiter, Ärzte, Leh-
rer (jeweils m/w/d) und jeder, der daran interessiert
ist, sich selbst und Mutter Erde zu heilen.

Kinder sind willkommen.

neu SPIRITUELLE TRANSFORMATION
VON GEDANKENFORMEN IM
SUBTILEN KÖRPER

Joachim Vieregge

Beschreibung siehe Seite 17.



DATEN & PREISE

Meditationen für zwei:
Austausch, Stille
und intime
Begegnungen für
Paare – online

Termine
jeweils dienstags zwischen
17.30 h – 19.30 h
25.3.2025
1.4.2025
8.4.2025
15.4.2025
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250321

4.11.2025
11.11.2025
25.11.2025
2.12.2025
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 251120

Kursgebühr jeweils 190 €
Die Kursgebühr
gilt jeweils pro Person.

Fragestunden
Hochsensibel* – online

Termine
Jeweils donnerstags
von 20.00 h – 22.00 h
23.1.2025
20.3.2025
15.5.2025
3.7.2025
25.9.2025
11.12.2025
Kursgebühr jeweils 45 €

Fragestunde:
Hochsensibel –
den Gefühlen
ausgeliefert?* – online

Do., 23.1.25,
20.00 h – 22.00 h
Kursgebühr 45 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250120

● MEDITATIONEN FÜR ZWEI:
AUSTAUSCH, STILLE UND INTIME
BEGEGNUNGEN FÜR PAARE – ONLINE

Johannes Feuerbach

An diesen Onlineabenden können Sie lernen, mit-
einander intime und wohlthuende Begegnungen zu
gestalten. Die Meditationen für zwei sind kurze und
heilsame Rituale jenseits von Argumentation und
Diskussion; sie machen wach und klar und bestä-
tigen den Einzelnen ebenso wie die Partnerschaft.
Dabei kräftigen sie einerseits die Autonomie und
laden andererseits ein zur Selbstvergessenheit.

Viele Partner (m/w/d) verbindet das Interesse an
wesentlicher Begegnung – und leider auch den
Mangel daran. Die Annahme, es läge an einem zu
vollen und reizintensiven Alltag, liegt ebenso nahe
wie der Wunsch, gemeinsam zu entspannen und
zu Hause nicht nochmals aktiv und aufmerksam für
den anderen sein zu müssen. Die Meditationen für
zwei bieten in dieser Gemengelage eine Lösung an.
In den Meditationen verbinden Sie aufmerksames
Beieinandersein und die Reflexion herausfordern-
der, liebevoller und verstörender Themen in einer
erfüllenden Begegnung. Die Partner schöpfen aus
der Kraft geteilter Stille, die ein, vom Thema unab-
hängiges Empfinden von *Zuhause-Sein* ermöglicht.
Die Meditationen klären, verbinden und lösen; sie
führen zu dem zurück, was die meisten Paare ur-
sprünglich zueinander geführt hat: waches, teil-
nahme- und liebevolles Interesse an der Eigenart
des anderen.

Ein Onlinetreffen dauert zwei Stunden. Nach einer
kurzen Meditation unterstützt Herr Feuerbach Sie
bei der Wahl des Themas für die anschließende
Paar-Kontemplation. Die führen Sie in einem Break-
out-Room durch. Dabei bleibt der Leiter an einem
der vier Abende mit Ihnen im Raum. Nach der
Paar-Kontemplation treffen sich die Paare wieder
im Plenum und wählen, was sie einander mitteilen
wollen. Bei Interesse sind kurztherapeutische Inter-
ventionen möglich.

Maximal 4 Paare

Veröffentlichung
Die Paar-Kontemplation wird im *Essay Beziehung,
die man tanzen kann – Gestalttherapeutische Per-
spektiven* ab S. 105 vorgestellt. In: GESTALTTHE-
RAPIE – Forum für Gestaltperspektiven. 36. Jg.,
H. 2, S. 95–119.
(Der Essays ist als Sonderdruck in ZIST erhältlich.)

● FRAGESTUNDEN HOCHSENSIBEL* –
ONLINE

Karin Ortner-Willnecker

Hochsensible Menschen sind mit vielen Fragen an
sich selbst konfrontiert, die sie häufig sehr verunsich-
ern. Diese Serie von Fragestunden zu ganz ver-
schiedenen Aspekten von Hochsensibilität sind so
konzipiert, dass sie sowohl für hochsensible Men-
schen als auch für deren nahe Angehörige oder
Freunde (jeweils m/w/d) hilfreich sein können. Nicht
zuletzt gewinnen sie im Austausch mit anderen
hochsensiblen Menschen Einblicke in deren rei-
chen Erfahrungsschatz.

Zudem sind die Fragestunden ergänzend für Psy-
chotherapeuten und Berater (jeweils m/w/d), die
mit hochsensiblen Menschen arbeiten, als Fortbil-
dung gedacht.

Die Referentin, Karin Ortner-Willnecker, verbindet
in den Fragestunden ihr Wissen um Diagnosestel-
lung und aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse
aus Psychologie und Neuropsychologie mit ihrer
langjährigen Erfahrung als Therapeutin. Sie bringt
hierbei sowohl ihre Erfahrungen als Mitarbeiterin in
wissenschaftlichen Instituten als auch ihre vielfäl-
tigen Erkenntnisse aus Therapie und Beratung ein.

Die Fragestunden sind einzeln buchbar.
Bitte geben Sie bei Buchung die entsprechende
Kursnummer an.

● FRAGESTUNDE: HOCHSENSIBEL – DEN
GEFÜHLEN AUSGELIEFERT?* – ONLINE

Hochsensible leiden oft unter der *Über-Macht* ihrer
Gefühle: zu viel, zu lang, zu komplex, zu wech-
selhaft, zu chaotisch, einfach nicht *in den Griff zu
bekommen*. Und doch sind es die Gefühle, die Le-
bendigkeit in unser Leben bringen, die uns als Weg-
weiser dienen können und ja, die ein soziales Mit-
einander überhaupt erst ermöglichen.

In diesen beiden Stunden sind alle Fragen rund um
das Thema Gefühle willkommen. Anhand von Er-
fahrungen aus dem Kreis der Teilnehmer (m/w/d)
wie auch der persönlichen und therapeutischen
Erfahrung der Referentin sollen gemeinsam Wege
gefunden werden, selbstbewusst auf der gesamten
Klavatur der Gefühle spielen zu lernen.

● FRAGESTUNDE: HOCHSENSIBILITÄT UND
TRAUMATA* – ONLINE

Dass hochsensible Menschen aufgrund einschneiden-
der Erlebnisse leichter traumatisiert werden können
als normal Sensible, versteht sich von selbst. Dass
aber Traumatisierungen Erlebens- und Verhaltens-
weisen hervorrufen können, die an Hochsensibili-
tät denken lassen, ist weniger bekannt. Um einen
guten Umgang mit dem subjektiven Erleben und
daraus resultierenden Verhalten zu finden, ist es
jedoch wichtig, deren Ursache näher zu verstehen.

In diesen beiden Stunden werden Fragen beantwor-
tet wie etwa: Welche Formen von Traumata kennen
wir derzeit? Wie entstehen sie? Wie bedingen eine
hochsensible Grundkonstitution und Traumatisie-
rungen einander?

● FRAGESTUNDE: HOCHSENSIBEL ODER
PSYCHISCHE STÖRUNG?* – ONLINE

Diagnose AD(H)S, Autismus, Borderline, Posttrau-
matische Belastungsstörung, Dissoziative Störung
oder doch hochsensibel? Diagnosen können Orien-
tierung geben oder aber zutiefst verstören. Insbe-
sondere sehr sensible Menschen sind oft extrem
verunsichert, sobald ihr Erleben und Verhalten als
eine Form psychischer Störung diagnostiziert wird.

Was beinhaltet eine Diagnose? Worin liegt der Sinn
einer Diagnose? Was unterscheidet eines der oben
genannten Störungsbilder von der Hochsensibilität?
Wo gibt es Überschneidungen?

In diesen beiden Stunden soll zu einer Klärung die-
ses besonderen Themenkreises beitragen werden.

● FRAGESTUNDE: HOCHSENSIBEL –
SCHÖN ANSTRENGEND* – ONLINE

Hochsensible haben oft viele Fragen auf dem Her-
zen – zu ihren Erlebens- und Verhaltensweisen,
ihren Werten, ihrem Selbst- und Weltverständnis
und vieles mehr.
Oft haben sie das Gefühl, zu anstrengend für ihr
Umfeld zu sein.

In diesen beiden Stunden sind alle Fragen rund um
das Gefühl, zu anstrengend, zu viel, zu anspruchs-
voll für sich selbst und andere zu sein, willkommen.
Anhand von Erfahrungen aus dem Kreis der Teil-
nehmer (m/w/d), wie auch der persönlichen und
therapeutischen Erfahrung der Referentin, sollen
gemeinsam Wege gefunden werden, sich mit sich
selbst zu entspannen.

● FRAGESTUNDE: HOCHSENSIBILITÄT IM
BERUFLICHEN KONTEXT* – ONLINE

In ihrer Mitte zu bleiben fällt gerade den so emp-
fänglichen Hochsensiblen angesichts einer unglaub-
lichen Vielzahl von Eindrücken, extremer Stimmun-
gen, überbordender Anforderungen und enormer
Konkurrenzgetriebenheit häufig schwer.

In diesen beiden Stunden wollen wir gemeinsam
nach Wegen suchen, in der modernen Arbeitswelt
nicht nur zu funktionieren oder irgendwie zu über-
leben, sondern vielleicht sogar zu einem ruhenden
Pol und zu einer Kraftquelle zu werden.

● FRAGESTUNDE:
HOCHSENSIBEL – BEREICHERUNG
UND HERAUSFORDERUNG ZUGLEICH
FÜR PARTNERSCHAFT UND FAMILIE* –
ONLINE

Gefühle und Denken hochsensibler Menschen sind
oft von Extremen und von dem Empfinden, irgend-
wie anders zu sein, geprägt. Wie kann sowohl der
Verschiedenheit Raum gegeben als auch Gemein-
schaft gelebt werden?

In diesen beiden Stunden sind alle Fragen rund um
das Thema *Beziehung und Familie* willkommen.
Anhand von Erfahrungen aus dem Kreis der Teil-
nehmer (m/w/d), wie auch der persönlichen und
therapeutischen Erfahrung der Referentin, sollen
gemeinsam individuelle Wege gefunden werden,
Beziehung zu gestalten.

DATEN & PREISE

Fragestunde:
Hochsensibilität und
Traumata* – online

Do., 20.3.25,
20.00 h – 22.00 h
Kursgebühr 45 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250320

Fragestunde:
Hochsensibel
oder psychische
Störung?* – online

Do., 15.5.25,
20.00 h – 22.00 h
Kursgebühr 45 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250520

Fragestunde:
Hochsensibel –
schön anstrengend* –
online

Do., 3.7.25,
20.00 h – 22.00 h
Kursgebühr 45 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250720

Fragestunde:
Hochsensibilität im
beruflichen Kontext* –
online

Do., 25.9.25,
20.00 h – 22.00 h
Kursgebühr 45 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250920

Fragestunde:
Hochsensibel –
Bereicherung und
Herausforderung zugleich
für Partnerschaft und
Familie* – online

Do., 11.12.25,
20.00 h – 22.00 h
Kursgebühr 45 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 251220

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.



ZU UNSEREN ONLINEWORKSHOPS

Angedacht war die Idee, Onlineworkshops in ZIST anzubieten, schon länger. Die Verordnungen während der Pandemie haben die Entwicklung dann forciert. Zum einen, um bei Fort-, Weiter- und Ausbildungen fortfahren zu können, weil Präsenzveranstaltungen nicht erlaubt waren und den Teilnehmern (m/w/d) dennoch ihren Abschluss zu ermöglichen, zum anderen, um einen Teil der Selbsterfahrungsgruppen durchführen zu können, bei denen wir uns die Durchführung im Onlinemodus vorstellen konnten. Das hat bei den Veranstaltungen, die wir in diesem Modus durchgeführt haben, so gut geklappt, dass wir uns dazu entschlossen haben, bestimmte Formate auch weiterhin online anzubieten.

Wir können so neue Zielgruppen erschließen, die beispielsweise weite Anreisen hätten und die Kosten für Unterkunft und Verpflegung scheuen, und wir können Angebote mit Referenten (m/w/d) unterbreiten, die eine weite Anreise aus beispielsweise den USA machen müssten und auch das aus den verschiedensten Gründen reduzieren möchten. Wir können Formate anbieten, die aufgrund der Lage von ZIST sonst nicht für uns infrage kämen, solche, wie regelmäßige fortlaufende Abendveranstaltungen oder Schnupperkurse, bei denen man auf unkomplizierte Weise neue Bereiche unseres Angebots kennenlernen kann.

Wir verstehen unser Onlineangebot nicht als Ersatz für die Präsenzveranstaltungen, sondern als sinnvolle Ergänzung für diejenigen, denen es liegt, auf diese Weise an einem Selbsterfahrungsworkshop teilzunehmen oder für diejenigen, die es einmal ausprobieren möchten.

Wir werden das Angebot zukünftig ergänzen. Schauen Sie daher immer auch auf unserer Webseite unter: <https://www.zist.de/de/veranstaltungen/onlineworkshops>

TECHNISCHE VORAUSSETZUNGEN

Der Onlineworkshop findet über die Plattform Zoom statt, wir achten bei der Einrichtung der Meetings auf datenschutzrechtlich relevante Einstellungen. Für die Teilnahme ist lediglich ein PC, Notebook oder Tablet sowie eine stabile Internetverbindung notwendig. Technik-Neulinge erhalten von uns eine ausführliche Anleitung und die Möglichkeit zum Test-Meeting einen Tag vor Workshopbeginn.

ABOUT OUR ONLINE WORKSHOPS

The thought of offering online workshops in ZIST was there for a long time. The regulations during the pandemic then accelerated the development. On the one hand, in order to be able to continue with further education and training, because face-to-face events were not allowed and still enable the participants to graduate, and on the other hand, to be able to provide part of the self-awareness groups in which we are carrying out the implementation in online mode. This worked so well for the events we held in this mode that we decided to continue offering certain formats online.

In this way, we can open up new target groups who, for example, would have long journeys and shy away from the costs of accommodation and meals, and we can make offers with speakers who would have to take a long trip from, for example, the USA and would also like to reduce that for various reasons. And we can offer formats that otherwise would not come into question for us due to the location of ZIST, such as regular ongoing evening events or trial course where you can get to know new areas of our offers in a convenient way.

We do not see our online offer as a substitute for face-to-face events, but rather as a useful addition for those who feel it is important to take part in a self-awareness workshop in this way or for those who would like to try it out.

We will add to the offer in the future. So always take a look at our website for news: <https://www.zist.de/de/veranstaltungen/onlineworkshops>

TECHNICAL REQUIREMENTS

The online workshop takes place via Zoom. We pay attention to data protection-relevant settings when setting up the meetings. All you need to take part is a PC, notebook or tablet and a stable internet connection. Technical newcomers receive detailed instructions and the opportunity to attend a test meeting one day before the workshop begins.



DATEN & PREISE

- Der allein gebliebene Zwilling

Fr., 19.9., 18.30 h – So., 21.9.25, 14.00 h

Kursgebühr 360 € zuzüglich Vollpension**

Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 250930

Achtsamkeit, Kontakt und Prozess: Gestalttherapeutische Konzepte und ihre Anwendung

Do., 6.11., 18.30 h – So., 9.11.25, 14.00 h

Kursgebühr 440 € zuzüglich Vollpension**

Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 251130

Wozu bin ich krank? Symptome und unbewusste Liebe

Fr., 14.11., 18.30 h – Di., 18.11.25, 14.00 h

Kursgebühr 545 € zuzüglich Vollpension**

Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 251131

● DER ALLEIN GEBLIEBENE ZWILLING
Peter Bourquin

Beschreibung siehe Seite 14.

neu ● ACHTSAMKEIT, KONTAKT UND PROZESS: GESTALT THERAPEUTISCHE KONZEPTE UND IHRE ANWENDUNG
Eine intensive Einführung in die Gestalttherapie
Johannes Feuerbach

Und ich glaube, dass es vor allem darauf ankommt, folgendes zu verstehen: Bewusstheit per se – durch und aus sich selbst heraus – kann heilsam sein.

Fritz Perls

Die Gestalttherapie ist kreativ, unmittelbar und kontakktivoll. Das spiegelt sich in einem Lernen mittels der 3 E: existenziell (Lernen durch Selbstverantwortung), experientiell (Lernen durch Erfahrung) und experimentell (Lernen durch Ausprobieren). Sie lernen die folgenden gestalttherapeutischen Konzepte theoretisch und praktisch kennen:

Achtsamkeit, Bewusstheit und mittlerer Modus: Gestalt-Modi des Bewusstseins
Alle Welt redet von Achtsamkeit. Fritz Perls hat sie als einer der ersten für die Psychotherapie und Selbsterfahrung nutzbar gemacht. Dabei werden die *Gegenwartsmomente* (Stern) als stimulierende Kräfte der Kontakt- und Prozessgestaltung verstanden und genutzt. Sie lernen das Ritual der Paar-Kontemplation kennen und nutzen, es ist eine Praxis des mittleren Modus, in dem wir in der Mitte zwischen den Polaritäten jeder Erfahrung und Erlebnisqualität frei sind.

Acht Phasen einer idealtypischen Begegnung und der Kontaktzyklus des Erlebens
Die acht Phasen beschreibt Johannes Feuerbach mit den Begriffen Gewahren, Platzieren, Ankommen, Vorbereiten, Impuls geben, Antworten, Begleiten und Sammeln. Der Kontaktzyklus beschreibt den Prozess, in und durch den anregende Erfahrungen gemacht werden. Im aktuellen Kontaktzyklus geht es immer um die jeweils bestmögliche Lösung. Dabei werden frühe Prägungen anerkannt und die Möglichkeiten der aktuellen Situation kreativ ausgeschöpft. Die acht Phasen werden auch an einem Tango-Schritt gezeigt und geübt.

Kontakt, -funktionen und -grenzen
Wir interessieren uns für das, was wir gut gebrauchen können, und wir weisen zurück, was uns schadet. Dies geschieht an der Kontaktgrenze. Die kann unter anderem flexibel und anpassungsfähig,

vertraut, entdeck erfreudig oder rigide sein. Welche Prägungen die Flexibilität der Kontaktgrenze unterstützen und welche sie hemmen, ist immer eine aktuelle Untersuchung wert.

Die Hintergründe der Gestalttherapie: Existenzialismus, Phänomenologie, Dialog und Feldtheorie
Kurze Impuls-Referate und Übungen machen Sie mit den Philosophien und Theorien bekannt, die die Gestalttherapie mitprägen.

Mit allen interessierten Teilnehmern (m/w/d) wird eine kurztherapeutische Gestalt-Intervention demonstriert. Sie soll zeigen, wie sinnvolle und stimmige Erfahrungen im Hier-und-Jetzt belastende Notlösungen und ihre Folgen kreativ verstören und heilsam beeinflussen. Fragen der Anschlussfähigkeit des Gelernten im eigenen Tätigkeitsfeld und im Alltag werden diskutiert.

Der Workshop ist für Menschen in helfenden und heilenden Berufen und andere interessierte geeignet.

● WOZU BIN ICH KRANK?
SYMPTOME UND UNBEWUSSTE LIEBE
Aufstellungsarbeit bei Krankheit mit Symptomaufstellungen und dem Lebensintegrationsprozess (LIP nach Nelles)
Thomas Geßner

In diesem Workshop geht es um den Zusammenhang von Krankheit, Symptombildungen und unbewusster Liebe. Wir folgen der Wahrnehmung, dass Krankheiten sich nicht nur im unmittelbar sichtbaren Bereich vollziehen. Mithilfe der Aufstellungsarbeit (Symptomaufstellungen und andere Formate in Kombination mit dem Lebensintegrationsprozess nach Nelles) schauen wir darauf, was unsere Krankheits-symptome als Äußerungen der Seele zeigen und bewirken wollen. Sie enthalten oft in sich selbst einen hereindrängenden neuen Bereich unseres Lebens.

Manche Symptome verweisen auf frühere Überlebensleistungen, wie sie etwa in traumatische Erfahrungen verborgen sind, und drängen auf eine entspannende Transformation. Manche Symptome helfen unbewusst, den Eltern oder anderen Angehörigen etwas Schweres abzunehmen beziehungsweise ihnen in deren Krankheit zu folgen. Aufstellungen können solche Zusammenhänge ans Licht bringen. Sie helfen dabei, sich von dem Symptom selbst zu seinem seelischen Auftrag führen zu lassen, also genau bis zu dem Punkt, wo ein Mensch unbewusst liebt. Wenn diese Liebe gesehen, gefühlt und gewürdigt wird, ist die Mission des Symptoms erfüllt und es kann sich entspannen.

Es bleibt dabei offen, ob und wie Körper und Psyche der seelischen Auflösung eines Symptoms folgen, nachdem sie es oft über Jahre hinweg ausgebildet hatten. Heilung kann man nicht machen, jedoch kann man ihr einen inneren Raum öffnen. Genau das beschreibt unseren Fokus. Über die praktische Aufstellungsarbeit hinaus reflektieren wir die unmittelbare Anschauung in der täglichen Runden-Arbeit. So stellen wir Verbindungen her zu unserer beruflichen und persönlichen Erfahrung sowie zu den theoretischen Hintergründen dieser Arbeit.

Willkommen sind: Interesse an den systemischen Zusammenhängen von Symptomen, persönliche beziehungsweise berufliche Erfahrung mit Krankheit, gesunde Skepsis, die Bereitschaft, als Stellvertreter (m/w/d) in Aufstellungen zu stehen und eigene Themen oder Fälle einzubringen.

Dieser Workshop ist zur Fortbildung für Fachkräfte aus den Heil- und Sozialberufen geeignet.

Literatur
Wilfried Nelles und Thomas Geßner:
Die Sehnsucht des Lebens nach sich selbst,
Innenwelt Verlag, Köln, 2014

● FREIER FLUSS FÜR EINEN FREIEN KOPF – MIT INDISCHER KOPFMASSAGE
Eine einfache Ausbildung für Mütter, Väter, Liebende, Kollegen (m/w/d), Bodyworker ...
Devapria Gokani

Die Indische Kopfmassage beruht auf dem Ayurveda Heilsystem. Noch heute ist Massage ein integraler Bestandteil der indischen Kultur. Sie fördert im Alltag indischer Familien Entspannung, Wohlbefinden und Gesundheit und spielt eine wichtige Rolle in Ritualen.

Wir verbringen mehr und mehr von unser Lebenszeit vor einem Bildschirm, hinter dem Steuer oder am Schreibtisch. Unsere Lebensumstände erfordern es, immer mehr kopforientiert zu sein und daher nicht in Balance. Ziel der Indischen Kopfmassage (IKM) ist es, den Stress, der sich im Gewebe, in den Muskeln und den Gelenken des Kopfes, des Gesichtes, des Nackens und der Schultern angesammelt hat, zu lösen.

Die IKM unterstützt und fördert die Blut- und Flüssigkeitszirkulation im gesamten Kopfbereich. Dabei wird der natürliche Fluss zwischen Kopf und Herz befreit. Das Gehirn entspannt und so entspannen sich das gesamte Nervensystem und der gesamte Körper.

Ein besonderer Aspekt dieser Arbeit, die im Sitzen gemacht wird, ist, dass man dem Körper hilft, sich wieder daran zu erinnern, dass man auch in aufrechter Haltung die Muskulatur von Schultern, Nacken und Rücken entspannen kann – das heißt, in einer Position, in der der Körper der Schwerkraft der Erde ausgesetzt ist.

In Indien werden Babys von Geburt an regelmäßig massiert und wenn sie älter werden, erhalten die Kinder täglich eine Kopfmassage. So wird Kopfmassage ein natürlicher Teil des täglichen Lebens, eine Art von Prophylaxe und sie unterstützt die familiäre Beziehung.

In diesem Intensivworkshop in IKM werden die grundlegenden Massagetechniken gelehrt. Die Teilnehmer (m/w/d) werden bei der gegenseitigen Massage von Devapria Gokani supervidiert und befähigt, eine 30- bis 45-minütige Einzelsitzung zu geben. Es werden keine Hilfsmittel wie Massagetische benötigt und die Klienten (m/w/d) bleiben angezogen. Es sind zudem keine Vorkenntnisse in anderen Massagetechniken nötig.

DATEN & PREISE

- Freier Fluss für einen freien Kopf – mit indischer Kopfmassage

Fr., 20.6., 18.30 h – So., 22.6.25, 14.00 h

Kursgebühr 295 € zuzüglich Vollpension**

Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 250632

**www.zist.de/de/seminarhaus/unterkunft-und-verpflegung

DATEN & PREISE

Gruppenpsychotherapie –
Leitung ambulanter
Gruppen*

Fr., 10.1., 18.30 h –
Mi., 15.1.25, 14.00 h
Kursgebühr 1200 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250176

● GRUPPENPSYCHOTHERAPIE –
LEITUNG AMBULANTER GRUPPEN*

- Postgraduale Fortbildung für approbierte Psychotherapeuten, Psychiater und für PiA nach der Zwischenprüfung sowie Heilpraktiker (jeweils m/w/d) begrenzt auf das Gebiet der Psychotherapie sowie andere in der Heilkunde tätige Personen, die sich für eine integrierende psychotherapeutische Praxis interessieren
- Modul zur Erlangung der Zusatzqualifikation in Gruppenpsychotherapie

Reinhard Hauser

In diesem Workshop werden wir die Haltungen und Werkzeuge vertiefen, die Teilnehmern (m/w/d) und der Gruppe Erfahrungen von Kohäsion ermöglichen, die Lösungserfahrungen von interpersonellen und inneren Spannungen bieten. Fragen umfassen Unterschiede in der Begleitung einer Gruppe in verschiedenen Phasen, mit unterschiedlichen Störungsbildern, während persönlichen und gruppalen Krisen, bei Abschieden und Neuzugängen.

Der Hintergrund zur Arbeit mit der Gruppe bilden gruppenpsychotherapeutische Ansätze wie die erfahrungsorientierte prozess-geleitete Gruppenpsychotherapie, die analytisch-psychodynamische und die interaktionelle Gruppenpsychotherapie, welche im Rahmen der Ausbildung an der ZIST Akademie für Psychotherapie im Modul Gruppenpsychotherapien eingeführt wurden.

Ein Fokus des Workshops ist die *innere Arbeit* des Therapeuten (m/w/d), welche ihre Haltung und damit ihr Handeln begründen. Wir üben Offenheit und Wertschätzung aller Stimmen und Gefühle im Raum, besonders marginalisierten und polarisierenden Anteilen. Durch Benennen und Rahmen von Prozessen entsteht ein sicherer Raum, in dem therapeutische Prozesse und Erfahrungen der Teilnehmer entfaltet werden, im Einzelsetting, in Beziehung und in der Gruppe.

Der Workshop verbindet analytisches Denken unter Einbeziehung früher Erfahrungen und deren Spiegelungen in Übertragung und Gegenübertragung sowie interpersonelle erfahrungsorientierte Arbeit im Hier und Jetzt.

Anhand kurzer Falldarstellungen der Teilnehmer suchen wir Zugänge, auch sogenannt *schwierige* Prozesse potentialorientiert zu entfalten. Wie unterstützen wir strukturschwächere Teilnehmer? Wie nutzen wir Träume sinnvoll, wie Körpererfahrungen und Symptome? Wie arbeiten wir mit Widerstand und Wahrnehmungsgrenzen, mit Feedback sowie der Dynamik von Rang und Privilegien und ihren interpersonellen Wirkungen im Feld?

Fragen der Teilnehmenden haben vorrangig Platz:

- Zusammenstellen von ambulanten Gruppen, homogen/störungsspezifisch versus heterogen/gemischt. Strukturniveau und ambulante Gruppen, Grenzen und Möglichkeiten. Erfahrungen und Austausch.
- Fragen aus der Praxis der ambulanten Gruppenpsychotherapie. Umgang mit Krisen in der Gruppe, repetitiven Störungen. Umgang mit Mikrokonflikten, Kritik und (Selbst)-Entwertung).

Der Workshop bietet theoretische Inputs, Reflexionsrunden sowie eine Praxis mit Einzel-, Beziehungs- und Gruppenarbeiten sowie Übungen zu ausgewählten Themen.

An der Zusatzqualifikation in Gruppenpsychotherapie Interessierte füllen bitte das Anmeldeformular (<https://www.zist.de/sites/default/files/downloads/aka-gz-zq-anmeldung-20231024.pdf>) aus und reichen dieses mit einem kurzen Bewerbungsschreiben an die ZIST Akademie bei Ursula Clormann (ursula.clormann@zist-akademie.de) ein.

Der Workshop ist auch einzeln für Psychologische Psychotherapeuten (m/w/d) zur Fortbildung buchbar.

● EINFÜHRUNG IN DIE SPIELTHERAPIE*

Modul der Zusatzqualifikation in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie
Curd Michael Hockel

Kindliches Erleben und ein Schwerpunkt des Jugendalters ist durchs Spielen geprägt. Eine personenzentrierte Kompetenz des Umganges mit dieser *Sprache der Kinder* ist für Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie unverzichtbar. In erlebnisaktivierenden Methoden mit Vortrag und Spiel werden in dieser Einführung

- die Wirkfaktoren der Behandlung dargestellt,
- das Klavier der Interventionskompetenzen beschrieben und bedacht,
- einige dieser Kompetenzen exemplarisch vorgestellt und übend angeeignet:
 - den Schwerpunkt *Einführung* kindgerecht zu praktizieren.
 - Situationsgestaltung therapeutisch wirksam werden zu lassen.
 - Grenzen setzen.

Es wird die Wirkung von Spieltherapie an vier Störungsbildern erläutert:

- F43.21/22 Anpassungsstörung mit Depression nach/in Belastungssituation ADHS.
- Einsamer Zappelphilipp.
- F91 Störungen des Sozialverhaltens, F93 Emotionale Störung des Kindesalters.
- F91.2 Störungen des Sozialverhaltens bei vorhandenen sozialen Störungen.
- F43.1 Posttraumatische Belastungsstörung und F41 Panik.

Vorbereitend kann in der ZDF Mediathek die Serie *SAFE* angesehen werden und/oder Literatur zur Kenntnis genommen werden:

Hockel, C. M. (2011), *Personzentrierte Kinderpsychotherapie – mit einer Falldarstellung*, München: Reinhardt Verlag
Weinberger, S. (2015), *Kindern spielend helfen – Einführung in die Personzentrierte Spielpsychotherapie*, Weinheim Basel: Beltz Juventa

An der Zusatzqualifikation in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie Interessierte füllen bitte das Anmeldeformular (<https://www.zist.de/sites/default/files/downloads/aka-kjp-zq-anmeldung-20231020.pdf>) aus und reichen dieses mit einem kurzen Bewerbungsschreiben an die ZIST Akademie bei Ursula Clormann (ursula.clormann@zist-akademie.de) ein. Nach Rückmeldung von Ursula Clormann vereinbaren Sie ein Bewerbungsgespräch, anschließend können Sie sich über die Webseite direkt anmelden.

Der Workshop ist auch einzeln für Psychologische Psychotherapeuten (m/w/d) zur Fortbildung buchbar.

neu POWER OF SILENCE –
DIE FREQUENZ DER STILLE*

Resonanztraining für alle, die mit Menschen arbeiten
Klaus Horn

Oft stehen in unserer Arbeit mit Menschen Methoden und Werkzeuge im Vordergrund. Das wichtigste *Tool* aber ist der Coach, Therapeut oder Pädagoge (jeweils m/w/d) selbst. Der innere Raum, aus dem man kommt, kann über Resonanz einen ähnlichen Zustand in unserem Gegenüber auslösen. Je mehr entspannte Präsenz wir ausstrahlen, umso mehr kann sich unser Gesprächspartner oder Klient (jeweils m/w/d) gesehen und angenommen fühlen.

Im Resonanztraining richten wir unsere Aufmerksamkeit bewusst auf die Schwingungsebenen in der Kommunikation. Anspannung hat eine Frequenz, Gelöstheit eine andere. Es ist entscheidend für die Qualität unserer Kommunikation, in welchen energetischen Raum wir unsere Gesprächspartner einladen. Dafür ist das Feintuning unserer eigenen inneren *Schwingung* hilfreich. Angeschlossen an die situativ stimmige Frequenz können wir müheloser führen und begleiten. Gesprächswerkzeuge und Methoden treten in den Hintergrund, innere Stille in den Vordergrund. Wir üben, aus der Schwingung der Stille zu sprechen. Resonanz im Kontakt ist wie Meditation in Aktion. Wenn sie zur Basis unserer Arbeit werden kann, laden wir unsere Gegenüber in einen Raum der Weite ein.

Themen des Workshops werden sein:

- Energetische Resonanz im Gespräch
- Zentrierung und Erdung durch Meditation
- Mit der Schwingung der Stille sprechen

Arbeitsweise:

- Vermittlung von Hintergrundwissen über die Frequenz innerer Zustände in der Kommunikation
- Demo-Sitzungen mit Anliegen der Teilnehmer (m/w/d)
- Üben in Kleingruppen

DATEN & PREISE

Einführung
in die Spieltherapie*

Mo., 13.10., 18.30 h –
Fr., 17.10.25, 14.00 h
Kursgebühr 960 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 251071

Power of Silence –
die Frequenz der Stille*

Fr., 9.5., 18.30 h –
So., 11.5.25, 14.00 h
Kursgebühr 275 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250532

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

**www.zist.de/de/seminarhaus/unterkunft-und-verpflegung

DATEN & PREISE

Come To Life – von Scham und Schuld zu Integration und Verbundenheit*
Fr., 11.4., 18.30 h –
So., 13.4.25, 14.00 h
Kursgebühr 315 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250431

Mit Qigong die Balance von Körper, Kopf und Herz entdecken
Fr., 7.3., 18.30 h –
Mo., 10.3.25, 14.00 h
Kursgebühr 375 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250333

Yoga-Basierte-Traumatherapie (YBT) Practitioner*
Do., 23.10., 18.30 h –
So., 26.10.25, 14.00 h
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 251031

Do., 30.4., 18.30 h –
So., 3.5.26, 14.00 h
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 260430

Kursgebühr
je Workshop 460 €
zuzüglich Vollpension**

● **COME TO LIFE – VON SCHAM UND SCHULD ZU INTEGRATION UND VERBUNDENHEIT***
Sabine Löffler und Uwe Minde

"Es gibt eine Wirklichkeit, die vor Himmel und Erde steht.", beginnt ein Text über Zen. Wie kommt es, dass wir uns mit dieser Wirklichkeit so selten verbunden fühlen?

Al Pessó formulierte drei Aspekte, die mit dem Erleben von Verbundenheit korrelieren. Die Verbundenheit mit dem eigenen Körper. Die Verbundenheit mit dem Gegenüber und die Verbundenheit mit der Schöpfung, mit dem Leben. Sie ist unser natürlicher Zustand und dennoch können wir sie kaum bewusst herstellen. Besonders durch Gefühle von Scham und Schuld verlieren wir diese Verbundenheit.

Wir sind bindungsorientierte Säugetiere. Gemeinschaft, Zugehörigkeit und Verbundenheit sind für unser Überleben elementar. Kein anderes Wesen ist in der Lage, die existenzielle Bedrohung von Einsamkeit so bewusst wahrzunehmen wie der Mensch. So betrifft Scham das Gefühl von Isolation und Verbundenheit. Unsere Sehnsucht nach Zugehörigkeit lässt uns die Regeln einhalten, deren Übertretung ein Ausschluss aus der Gemeinschaft zur Folge hätte. Demütigungen werden wie ein körperlicher Angriff erlebt und aktivieren die entsprechenden aggressiven Abwehrtechniken.

Dieser Workshop basiert auf dem Entwicklungsmodell von Al Pessó. Durch Übungen und interaktive Erfahrungen sollen die Teilnehmer (m/w/d) erleben, wie Verbundenheit entsteht – anstelle von Beschämung und Isolation – und wie Würde und Integration möglich wird anstelle von Demütigung und Dissoziation.

neu MIT QIGONG DIE BALANCE VON KÖRPER, KOPF UND HERZ ENTDECKEN
Für ein neues Erleben der eigenen Lebensfreude und Angst
Angela Mende

Beschreibung siehe Seite 22.

● **YOGA-BASIERTE-TRAUMATHERAPIE (YBT) PRACTITIONER***
Aufbaukurs zum YBT Foundation Training
Dietmar Mitzinger

Heilung entsteht in der Pause zwischen Aus- und Einatmung.
Paracelsus

Die Yoga-Basierte-Traumatherapie stützt sich auf Forschungsergebnisse aus netzwerkbasierter neurobiologischer Modellen zur posttraumatischen Belastungsstörung, Faszienforschung, körperorientierten Traumaforschung, Polyvagaltheorie (S. Porges) und zu Pranayama.

In der Therapie bei posttraumatischer Belastungsstörung (PTBS) gibt es einen Bedarf an wirksamen Methoden. Danielle C. Mathersul schreibt 2019, dass trotz der relevanten Wirksamkeit von Traumafokussierter Verhaltenstherapie bei PTBS die evidenzbasierten Behandlungen nach wie vor unzureichend sind. Das neue an der Yoga-Basierten-Traumatherapie ist, dass Pranayama die Aufmerksamkeit bei PTBS stabilisiert. Bisher konnte das noch nicht vollständig evidenzbasiert nachgewiesen werden. Einzelne qualitativ gute Studien weisen aber in diese Richtung.

Im viermoduligen Grundkurs YBT-Foundation, der die Voraussetzung für den Aufbaukurs YBT-Practitioner ist, werden die drei Bereiche Pranayama, Pratyahara und Asana erlernt und an sich selbst erfahren. Im Aufbaukurs YBT-Practitioner werden diese Methoden beim Gegenüber eingesetzt.

Die Ziele des Aufbaukurses sind:

- Die drei grundlegenden Arbeitsweisen des YBT – Asana, Pranayama und Pratyahara – für sich selbst durchführen und die Wirkungen bewusst reflektieren zu können.
- Menschen begleiten zu können, während sie im Prozess mit Asana, Pranayama und Pratyahara sind, sodass auch hier ein bewusstes Reflektieren möglich wird.
- Im Unterschied zum Foundation Training kommt im Practitioner Training die Arbeit mit den Blockaden der pränatalen Entwicklung hinzu. Hochfeinfühliges Faszienarbeit an der Wirbelsäule durch minimale Eigenbewegungen erzeugen einen Zugang zu diesen Erfahrungen.
- Steigerung der emotionalen Stabilität für die Teilnehmer (m/w/d) durch Vertiefung der Kriya-Yoga Methode.

Hinzu kommen weitere Methoden wie Chakrenarbeit und Arbeit, die aus Übungen zu Netzwerkverbindungen aufgebaut sind.

Themen und Inhalte der zwei Module:

Modul 3: Schwerpunkt Pranayama Vertiefung

Hier werden spezielle Kriya-Yoga Übungen vorgestellt und eingeübt. Sie dienen der Anregung des Nervensystems mit dem Zweck, das neuronale Netzwerkwachstum im visuellen und im auditiven Bereich anzuregen. Die Erfahrungen, die dadurch entstehen, werden ausführlich besprochen und reflektiert und deren Ergebnisse fließen wiederum in die Übungspraxis ein. Auf diese Weise soll eine hinreichende Individualisierung der Übungen erfolgen. Der Nutzen besteht in einer Steigerung der emotionalen Stabilität und mehr Leistungsfähigkeit in den Bereichen Hören und Sehen.

Modul 4: Schwerpunkt Pratyahara Vertiefung

Hier wird die Arbeit mit den Chakren vorgestellt und eingeübt. Die Arbeit erfolgt über Methoden der Visualisierung, gekoppelt mit Methoden der Körperwahrnehmung. Sie dienen der Anregung des Nervensystems mit dem Zweck, das neuronale Netzwerkwachstum in den sieben Chakren des Körpers anzuregen. Die Erfahrungen, die dadurch entstehen, werden ausführlich besprochen und reflektiert und deren Ergebnisse fließen wiederum in die Übungspraxis ein. Auf diese Weise soll eine hinreichende Individualisierung der Übungen erfolgen. Der Nutzen besteht in einer Steigerung der emotionalen Stabilität in den Bereichen Bedürftigkeit, Autonomie und Willenskraft.

DATEN & PREISE

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

**www.zist.de/de/seminarhaus/unterkunft-und-verpflegung



● ZAPCHEN SOMATICS – ODER:
WIE MAN SICH MIT ALLEDDEM
SCHNELLER WIEDER WOHL
FÜHLEN KANN*

Ulrike Wichtmann

Mit *Zapchen somatics* möchte Ulrike Wichtmann eine innovative Methode mit Ihnen teilen, die das Mysterium der Einheit von Körper, Bewusstsein und Beziehung erfahrbar macht und eine neue Aufmerksamkeit und ein neues Verständnis in die Prozesse bringt, die zu Heilung und Reifung unseres Organismus führen. Westliche Neurowissenschaften haben dabei Pate gestanden ebenso wie das uralte Heilwissen aus dem tibetischen Vajrayana-Buddhismus.

Wir werden in diesem Einführungskurs die Übungen aus dem Grundlagenbuch *Embodying Well-Being* gemeinsam praktizieren und auch erste Schritte in die Praxis der Energielenkung machen. Die mehr als zwanzigjährige Erfahrung von Ulrike Wichtmann als Schülerin von Julie Henderson, der Begründerin von Zapchen, unterstützt die Tiefe der möglichen Erfahrungen. Eingeladen sind Menschen nicht nur in helfenden Berufen (im weitesten Sinn), die ihr Inventar und ihr Verständnis erweitern wollen, nicht zuletzt für sich selbst.

Ulrike Wichtmann ist außerdem Herausgeberin eines in mehrere Sprachen übersetzten Manuals, mit dem Geflüchtete zu Trauma-Ersthelfern ausgebildet werden. Das ist ein Beispiel für die breit gefächerten Anwendungsbereiche, in denen *Zapchen somatics* zur Anwendung kommen kann.

Bitte bringen Sie eine eigene Decke und ein Kissen, bequeme Kleidung, warme Socken, und alles, was das Wohlbefinden unterstützt, mit.

Literatur
Julie Henderson:
Embodying Well-Being
Die Erweckung des inneren Geliebten
Das Buch vom Summen
alle AJZ Verlag

● EMOTIONALES LERNEN –
KÖRPER UND SEELE IM DIALOG*

*Transformation von im Körpergedächtnis
gespeicherter somatisch-emotionaler Stressmuster*
Gerhard Zimmermann

Emotionale Erfahrungen werden als Schablonen im Körpergedächtnis gespeichert. Entsprechend können lange zurückliegende Ereignisse bei Aktivierung in der Gegenwart zu Stress, einer *erstarrten* Haltung sowie einem dysregulierten autonomen Nervensystem führen. Als Folge reduzieren sich die Lebensenergie und die Vitalität. Auch das emotionale Gleichgewicht ist oft beeinträchtigt und die Krankheitsanfälligkeit nimmt zu.

Ein Gegensteuern gelingt zum Beispiel mit dem somatisch-emotionalen Dialog, der alle Sinne einbezieht und zu persönlichem Wachstum führt. Dafür ist zunächst ein Gefühl von Sicherheit im Kontakt mit dem eigenen Körper und der Umwelt erforderlich. Wenn wir gut mit uns verbunden sind, ist der Körper in der Lage, defensive Verhaltensweisen zu reduzieren und sich dem Leben gegenüber neu zu öffnen.

Mit einfachen Wahrnehmungsübungen lassen sich eingefahrene Verhaltensmuster in Bewegung bringen und individuelle Stressmuster verändern – was eine neue Perspektive und emotionales Lernen ermöglicht. Alle Interventionen dienen dazu, die Selbstregulation zu unterstützen und im Hier und Jetzt angemessene Antworten zu finden. Die Körper-sinne ändern den Fokus vom Denken und sprachlichen Inhalten hin zum Erleben. Es entsteht Raum für positive Erfahrungen, die durch aktualisierte neuronale Landkarten Stabilität erhalten. Tief erfahrene Lebendigkeit, konstruktive Gedanken und Wohlbefinden sind möglich.

● METHODENÜBERGREIFENDE
INTEGRATION VON
EMOTIONSREGULATION,
POLYVAGALTHEORIE UND
KÖRPERTHERAPEUTISCHEN
INTERVENTIONEN IN DIE
PSYCHOTHERAPEUTISCHE
BEHANDLUNG*

*Postgraduale Fortbildung für Ärzte und
Psychologen, PiA nach der Zwischenprüfung und
Heilpraktiker für Psychotherapie (jeweils m/w/d)*
Gerhard Zimmermann

Psychische Prozesse sind mit körperlichen Phänomenen verbunden, die für den psychotherapeutischen Prozess genutzt werden können und bei psychosomatischen Erkrankungen sogar von grundlegender Bedeutung sind.

Traumatische Erfahrungen führen zu einer Einkapselung unbewältigter Emotionen. Diese sind der Sprache nur bedingt zugänglich und können neben zahlreichen körperlichen und psychischen Symptomen zu einem Gefühl des Fremdseins im eigenen Körper führen. Sie hinterlassen nicht nur Spuren in der Kognition, sondern führen auch zu Störungen der Emotionsregulation und des vegetativen Nervensystems. Zu hohe oder zu niedrige Erregung ist Ausdruck sowohl eines dysregulierten Nervensystems als auch unregulierter Emotionen.

Wie können diese zum Teil unbewussten somatopsychischen Muster bewusst gemacht, bearbeitet und in den therapeutischen Prozess integriert werden?

Das autonome Nervensystem und das emotionale Geschehen können parallel durch gerichtete Aufmerksamkeit, Neugier, achtsame emotionale Gesten und intuitive Bewegungen (zum Beispiel Pendeln, Schwingen) beeinflusst werden. Auf diese Weise kann auch schwer Beschreibbares zum Ausdruck gebracht und die Komplexität mentaler Prozesse reduziert werden. Eingefrorene muskuläre Muster können durch die Aktivierung der darin

eingeschlossenen Abwehrbewegungen gelöst und zu einem natürlichen Ausdruck gebracht werden. Dies gilt insbesondere für Abwehrbewegungen, die in der Kindheit gehemmt wurden, weil es nicht sicher war, für die eigenen Bedürfnisse einzustehen. Desintegrierte Gefühlskomplexe können so in kohärente Kraft- und Abgrenzungsbewegungen umgewandelt und in das erwachsene Körperselbst integriert werden. Aus Übererregung oder Energielosigkeit entsteht Kraft und Lebendigkeit. Dies ermöglicht die Rückkehr zu einer konstruktiven Selbstregulation. Selbstorganisationsprozesse unterstützen darüber hinaus bottom-up die Transformation zuvor bedrohlich erlebter Emotionen.

Regulierte Emotionen (nicht defensive Emotionen) werden als Zustand des Friedens und der Verbundenheit mit sich selbst erlebt. Ein entspanntes und neugieriges Verhältnis zum eigenen Körper und zum tieferen Selbst wird mit der Zeit möglich. Die Einbeziehung des Körpererlebens intensiviert das emotionale Geschehen und führt zu lebhaften Imaginationen sowie zu einem stimmigen verbalen Ausdruck. Es entstehen neue Ganzheiten von Körperempfindungen, Sprache und nonverbalen Gefühlsausdruck. Zusammen bilden sie neue organismische Erfahrungen, die der Bibliothek des emotionalen Gedächtnisses hinzugefügt werden.

Körper und Seele stehen in direkter Beziehung zueinander. Sie haben jeweils ihre eigene Sprache. Zugleich kommunizieren sie miteinander. Emotionales Wachstum entsteht, wenn die inneren Welten von Körper, Emotionen und Sprache immer wieder rhythmisch miteinander verbunden werden, zum Beispiel durch emotionale Gesten und intuitive Bewegungen, die achtsam ausgeführt werden. Dadurch wird die innere Welt unmittelbar lebendiger.

In diesem Workshop werden die Grundlagen dieses somatisch-emotionalen Dialogs vermittelt und die Kommunikation zwischen Therapeut und Klient (jeweils m/w/d) auf der Prozessebene geübt.

DATEN & PREISE

Methodenübergreifende
Integration von
Emotionsregulation,
Polyvagaltheorie und
körpertherapeutischen
Interventionen in die
psychotherapeutische
Behandlung*

Mi., 6.8., 18.30 h –
So., 10.8.25, 14.00 h
Kursgebühr 545 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250833

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

**www.zist.de/de/
seminarhaus/unterkunft-
und-verpflegung

DATEN & PREISE

**Selbsterkenntnis
und Lebendigkeit
(SAT Modul I)**

Fr., 9.5., 18.30 h –
So., 18.5.25, 14.00 h
Kursgebühr 1415 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250531

**● SAT PROGRAMM
SEEKERS AFTER TRUTH**

Das SAT Programm ist eine umfassende Schulung für die psycho-spirituelle Entwicklung des Menschen. Es setzt an den Begrenzungen durch die eigenen Charakterstrukturen an, um zu tieferer Einsicht, Herzenskraft und Weisheit zu finden.

Das Programm besteht aus verschiedenen Modulen mit unterschiedlichen thematischen Schwerpunkten. Zentrales Element ist das auf Claudio Naranjo zurückgehende Enneagramm der Persönlichkeit. Es wird verbunden mit Methoden der modernen Psychotherapie sowie Praktiken östlicher Traditionen und ermöglicht den Teilnehmern (m/w/d) eine nachhaltige persönliche und berufliche Entfaltung. Das SAT Programm richtet sich gleichermaßen an Personen in helfenden, therapeutischen und ausbildenden Berufen, wie an Menschen, die über Grenzen des psychotherapeutischen Arbeitens hinausgehen wollen. Das Programm ist sowohl hinsichtlich der Teilnehmer als auch des Lehrkörpers international besetzt. Die Module werden von Katrin Reuter und dem Team der internationalen SAT Schule durchgeführt.

Information und Anmeldung unter:
www.naranjo-sat.com

*Ich betrachte das SAT Programm
als eine Universität der Liebe und des
umfassenden Bewusstseins.*

Claudio Naranjo

**● SELBSTERKENNTNIS UND
LEBENDIGKEIT (SAT MODUL I)**
Katrin Reuter
und Team der internationalen SAT Schule

Kurssprache Englisch mit Übersetzung

Dieses Modul ermöglicht die Grundmotive, die uns im Leben bewegen, und unsere früh angelegten Persönlichkeitsstrukturen in der Tiefe zu erkennen. Es eröffnet den Weg zu einer achtsamen Lösung der Identifikationen mit den konditionierten Persönlichkeitsanteilen (dem Ego) und lässt durch die (Wieder-)Entdeckung der eigenen Spontaneität und Authentizität neues Bewusstsein entstehen. Ein Mosaik von Methoden und Techniken, die in organischer Weise miteinander verbunden werden, entkräften unsere sich ständig wiederholenden, neurotischen Mechanismen und so kann sich das eigene Sein seinen tiefer liegenden Werten und seinem kreativen Potential öffnen.

Das Modul beinhaltet:

- *Das Enneagramm der Persönlichkeit.* Das Enneagramm wird hier in seinem ursprünglichen Kontext vermittelt, der echtes Erfahrungswissen ermöglicht und damit weit über die reine Information üblicher Ratgeber hinausgeht. Die neun Enneatypen und ihre Subtypen werden in ihren kognitiven, emotionalen und körperlichen Manifestationen erforscht und so ein schrittweises Erkennen der eigenen Struktur erreicht.
- *Bewusstseins- und geführte Meditationsübungen,* die erlauben, die Realität jenseits unserer üblichen Wahrnehmungsmuster zu sehen. Dazu werden Praktiken aus dem *Vipassana* in einer besonderen Form der interpersonellen Umsetzung vermittelt.
- *Von der Psychoanalyse inspirierte Übungen zur freien Assoziation.*
- *Gestalttherapeutische Sitzungen* zur Lösung von Blockaden und inneren Konflikten.
- *Methoden der Körper- und Bewegungsarbeit,* angelehnt an die Techniken des *Authentic Movement* und dem *Latihan*, die Loslassen, Originalität, Vertrauen und Vitalität fördern.
- Eine spezielle Form des *Psychodramas* und des *therapeutischen Theaters.*

Um das Enneagramm der Persönlichkeit kennenzulernen und sein Potential für die Entwicklung der eigenen Person und unsere soziale Umwelt zu erfahren, wird auf den Workshop *Das Enneagramm der Persönlichkeit und der Gesellschaft – ein erfahrungsorientierter Workshop*, 21.2. – 23.2.25, Nr. 250236, in ZIST hingewiesen.

Weitere Informationen unter: www.naranjo-sat.com

**● WIEDERHERSTELLUNG DER
BEZIEHUNGEN (SAT MODUL II)**
Katrin Reuter
und Team der internationalen SAT Schule

Kurssprache Englisch mit Übersetzung

Das zweite Modul des SAT Programms ermöglicht, sich der Wirklichkeit von Erfahrungen zunehmend zu öffnen und die Motivation zur inneren Transformation zu stärken. Dazu steht die (Wieder-) Herstellung einer liebevollen Verbindung mit sich, der eigenen Herkunft und den Beziehungen in unserem Leben im Mittelpunkt.

Wir setzen das Verständnis für die Psychodynamik unserer Persönlichkeitsstrukturen durch die Arbeit mit den *Subtypen* und den kognitiven Kernüberzeugungen im *Enneagramm* fort und erforschen, wie sich unsere Ego-Strukturen in der Kindheit geformt haben. In einem schrittweise aufgebauten und sorgsam begleiteten Vorgehen werden die Teilnehmer (m/w/d) durch einen Klärungsprozess der Beziehungen zu den Eltern und Bezugspersonen der Kindheit begleitet und die biografischen Prägungen bewusst gemacht.

Die durch Verstehen und Versöhnung erreichte emotionale Öffnung wird auf spezifische Übungen mit aktuellen oder früheren Lebenspartnern, Kindern und Geschwistern ausgedehnt und so die Entwicklung *heilsamer Beziehungen* gefördert. Eine Einführung in den *Buddhismus des Mahayana* und die Praxis des *Nicht-Tun* ermöglichen eine tiefere Beobachtung des Geistes jenseits unserer gewöhnlichen Gedankengänge. Darüber hinaus werden die Tugenden im Enneagramm kennengelernt, die uns helfen, aus unseren gewohnheitsmäßigen Haltungen und Blockaden herauszutreten, um zu mehr Klarheit und Verbundenheit zu finden.

**● DAS ENNEAGRAMM
DER PERSÖNLICHKEIT UND
DER GESELLSCHAFT – EIN
ERFAHRUNGSORIENTIERTER WORKSHOP**
Katrin Reuter

Dieser theoretische und erfahrungsorientierte Workshop bietet die Möglichkeit, das Enneagramm in der Tradition von Dr. Claudio Naranjo sowie die Arbeitsweise im SAT Programm *Seekers after Truth* kennenzulernen.

Das Enneagramm ist eine aus alten Traditionen stammende, präzise Landkarte für das Studium der Persönlichkeit. Es geht davon aus, dass es in jedem von uns dominante emotionale und kognitive Merkmale gibt, die unsere Wahrnehmung und Freiheit stark einengen und ungewolltes Leiden verursachen. Auf originelle und dynamische Weise beschreibt das Enneagramm neun Typen, die Variationen menschlicher Persönlichkeitsstrukturen darstellen, die jede für sich eine bestimmte Form des Verlustes an ursprünglicher Seinsqualität bedeuten.

Das SAT Programm ist eine umfassende Schulung für die psycho-spirituelle Entwicklung des Menschen, deren zentrales Element die Arbeit mit der auf Claudio Naranjo zurückgehende Psychologie der Enneatypen ist. Sie verbindet Methoden der modernen Psychotherapie (zum Beispiel Gestalt-, Theater-, Körper- und Bewegungstherapie) mit verschiedenen Praktiken östlicher Traditionen (Meditation).

In diesem Workshop erforschen wir die grundlegenden Charaktere des Enneagramms auf emotionaler, kognitiver und körperlicher Ebene. Wir entdecken in geleiteten Übungen Schritt für Schritt unseren eigenen Typus mit seinen vorherrschenden Gefühlen und Gedanken, der mehr oder weniger subtil unser Leben steuert. Achtsame Körper- und Bewegungsübungen werden dabei die feine Wahrnehmung eigener Charakterstrukturen unterstützen sowie Spontaneität und Lebendigkeit freisetzen. Denn unsere Essenz zu berühren bedeutet auch, uns unseres Körpers bewusst zu sein und ihn neu zu bewohnen. Es ist eine der Besonderheiten von Naranjos Ansatz, weit über ein intellektuelles Verständnis des Enneagramms hinauszugehen und einen ganzheitlichen Entwicklungsweg aufzuzeigen.

Der nächste SAT Zyklus startet mit SAT I im Mai 2025 in ZIST.

DATEN & PREISE

**Wiederherstellung
der Beziehungen
(SAT Modul II)**
Fr., 3.10., 18.30 h –
So., 12.10.25, 14.00 h
Kursgebühr 1415 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 251030

**Das Enneagramm
der Persönlichkeit und
der Gesellschaft – ein
erfahrungsorientierter
Workshop**
Fr., 21.2., 18.30 h –
So., 23.2.25, 14.00 h
Kursgebühr 320 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250236

**www.zist.de/de/seminarhaus/unterkunft-und-verpflegung

DATEN & PREISE

Brainspotting (BSP), Phase 2*
Mo., 3.2., 18.30 h –
Do., 6.2.25, 14.00 h
Kursgebühr 400 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250230

● **BRAINSPOTTING (BSP), PHASE 2***
Traumatherapeutische Fortbildung für
approbierte Psychotherapeuten sowie für
Heilpraktiker für Psychotherapie (jeweils m/w/d)
Gerhard Wolfrum

Brainspotting Phase 2 baut auf Phase 1 auf und beginnt mit einem kurzen Rückblick und der Frage nach den bisherigen Erfahrungen. Es werden weitere spezielle Techniken gelehrt, live demonstriert und in Zweiergruppen eingeübt. Neben einer kurzen Wiederholung von bereits Gehörtem und Gelerntem sollen weitere neuropsychologische Erklärungen die Wirksamkeit von Brainspotting verständlicher machen. Bisherige Erfahrungen mit dem Verfahren und alle offenen Fragen werden während des Seminars besprochen.

Brainspotting nutzt die Entdeckung, dass sowohl Gedächtnisinhalte, die einem bewussten Abruf nicht zugänglich sind, als auch therapierelevante Belastungserfahrungen mit verschiedenen Augenpositionen (*Brainspots*) korrespondieren und sich über das Abscannen des Gesichtsfeldes zielgerichtet aktivieren lassen. Damit werden eine nachträgliche Bearbeitung und Integration auch vorsprachlicher Erfahrungen möglich.

Die Phase 2 der Brainspotting Fortbildung beinhaltet:

- Das **One-Eye-Spotting**: Brainspotting mit jeweils einem Auge. Hierzu werden Schutzbrillen eingesetzt, die jeweils das rechte oder linke Auge abdecken und zu erstaunlichen Aktivierungs-Veränderungen führen.
- **Z-Achse und Konvergenz**: Nachdem der Aktivierungsspot gefunden wurde, wechselt der Klient (m/w/d) den Fokus zwischen diesem und einem dahinterliegenden Punkt in der Ferne, also in veränderbaren Zeitabständen zwischen Nähe und Ferne.

- **Rolling Spotting**: Während der Therapeut (m/w/d) die Horizontalachse mit dem Pointer absucht, lassen sich bei den Klienten meistens mehrere Brainspots finden.
- Das **fortgeschrittene Ressourcenmodell**: Hier geht es um die Kombination der Stabilisierungs-Aspekte einer Körper-Ressource sowie den Einsatz der einseitig abgedunkelten Brillen und das Z-Achsen-Brainspotting. Dies ist für die Arbeit mit Klienten mit sehr komplexer PTBS und jenen, die außerhalb des Toleranzfensters liegen, sehr wichtig.

Zu allen Verfahren und Zugangswegen – *Accesses* – findet eine Live-Demonstration unter geschützten Realbedingungen statt, danach ein persönliches *Debriefing* sowie anschließend ein technisches *Debriefing*. Danach können die Teilnehmer (m/w/d) in Zweiergruppen das Gesehene und Gelernte unter Anleitung und Betreuung selbst erproben, die Wirkungsweise von BSP erleben und sich darüber austauschen.

Das Motto von BSP lautet: *Where you look affects how you feel* – wohin wir schauen, hat Einfluss darauf, wie wir uns fühlen. Über den *Brainspot* wird diejenige relevante Blickorientierung gefunden, die angesichts der Aktivierung belastender Erfahrungen mit der stärksten Körper-Reaktion des Klienten einhergeht und dementsprechend auf die Aktivierung stress- beziehungsweise traumaassoziierter Hirnprozesse schließen lässt. Im Sinne einer Aufmerksamkeitsverschiebung unterstützt die fokussierte Augenposition den Abruf belastungsrelevanter Gedächtnisinhalte und verhilft zu einer besseren Selbstregulation – wozu unser Gehirn als sich selbstregulierendes, selbstreferentielles, nicht-lineares komplexes System durchaus in der Lage ist.

● **YOGA-BASIERTE-TRAUMATHERAPIE (YBT)***
Traumatherapeutisches Yoga als körperbezogene Methodik für die therapeutische Arbeit oder für den persönlichen Alltag

Weiterbildung für Psychotherapeuten, Körper-, Yoga- und Physiotherapeuten (jeweils m/w/d) sowie für interessierte Laien
Dietmar Mitzinger

Diese Weiterbildung baut auf die Einführung in die Yoga-Basierte-Traumatherapie YBT auf. In den Modulen werden die verschiedenen motorischen Entwicklungsstufen durch die Praxis von Asanas und deren Hinführungen neu erlebt, sodass die Möglichkeit besteht, Entwicklungsdefizite aufzufüllen. Die dabei auftretenden emotionalen Prozesse werden durch Pranayama und Kriya abgesichert, sodass währenddessen eine Stabilität des Nervensystems sichergestellt wird. Mithilfe von Pratyahara werden Emotionen in das Bewusstsein integriert, um die Entwicklung vollständig abzuschließen.

Die Methode des Pranayama, Kriya und Pratyahara werden in dem Einführungsseminar vorgestellt und in den Modulen vertieft angewandt, daher werden sie hier kurz beschrieben.

Ziel der Weiterbildung ist es, Teilnehmende zu befähigen, Elemente aus Yoga-Basierter-Traumatherapie in ihre therapeutische Arbeit oder in ihren Alltag mit einfließen zu lassen. Alle Module beinhalten Theorie- und Selbsterfahrungsanteile.

Pranayama bezeichnet die Zusammenführung von Körper und Geist, zum Beispiel durch Atemübungen. Es reguliert das Nervensystem auf Hirnstammbasis und kann so traumatische Folgesymptome, wie zum Beispiel Erstarrung, lösen. Die Pranayamas werden in der Yoga-Basierten-Traumatherapie so durchgeführt, dass eine Steigerung der affektiven und emotionalen Belastbarkeit erreicht wird. Hier werden das Herz, der Hirnstamm und das zentrale Exekutivnetzwerk schrittweise vom Zustand der Bedrohung in den Zustand der Sicherheit überführt. Erst wenn sich der Körper sicher fühlt, kann Heilung geschehen. Daher ist die Herstellung des Zustands von Sicherheit die Grundlage dieser Methodik.

Asanas ist die Bezeichnung für die unterschiedlichen Körperpositionen im Yoga. Die Asanas werden in der Weiterbildung so durchgeführt, dass affektive Vorgänge in Gang gesetzt werden, die eine psychische Bedeutung haben. Ziel ist es, fasziale Strukturen, die seit der Kindheit zusammengezogen sind, behutsam wieder zu lösen. Dabei wird im YBT eine Asana Praxis durchgeführt, die der motorischen Entwicklung des Kindes folgt, und auf diese Weise werden Blockaden in ihrer Reihenfolge der Entstehung entdeckt und bearbeitet.

Pratyahara ist eine Form der Wahrnehmung von Körperempfindungen. Diese Empfindungen steigen aus den Faszien langsam in das Bewusstsein auf. Die Signale werden von den Faszien hergestellt. In der Forschung über Faszien hat man entdeckt, dass die Faszien ein sogenanntes Archaisch-Vegetatives-System besitzen, das in der Lage ist, eigene Signale zu erzeugen, und dadurch mit dem autonomen- und dem zentralen Nervensystem ständig im Austausch ist. Pratyahara ist die Kunst der Entladung dieser Signale, damit diese Signale uns nicht überfluten, sondern Schritt für Schritt in das Bewusstsein integriert werden können.

Kriya-Yoga ist eine Vorstufe zum Yoga. Es bereitet Pranayama, Asana und Pratyahara vor. Der Hauptansatzpunkt ist die Beruhigung der Amygdala, sie ist eine der Strukturen im Gehirn, die mit verantwortlich ist für Stress und Triggern. Das Kriya-Yoga bedient sich dabei vier Ebenen des Bewusstseins. Das Körperbewusstsein, das Atembewusstsein, das mentale Bewusstsein und die Unterscheidungsfähigkeit. Die Übungen haben den Anspruch, alle vier Ebenen gleichzeitig zu benutzen, um so eine intensive Beruhigung der Amygdala erzeugen zu können. Danach ist der Weg frei für Asanas, Pranayama und Pratyahara.

Modul 1
Asanas für die frühe Kindheit, begleitet von Pranayama und Pratyahara
Entwicklungszeitraum:
Geburt bis Mitte drittes Lebensjahr

In Modul 1 findet eine Anwendung von Asanas auf diejenige Muskulatur statt, die bis Mitte des dritten Lebensjahres zur Entwicklung kommt. Pranayama wird zur Stabilisierung der Prozesse prophylaktisch und begleitend eingesetzt. Die Themen auf muskulärer Ebene sind Bedürftigkeit und Autonomie.

DATEN & PREISE

Termine
Yoga-Basierte-Traumatherapie*

Modul 1
Do., 12.6., 18.30 h –
So., 15.6.25, 14.00 h
Modul 2
Do., 16.10., 18.30 h –
So., 19.10.25, 14.00 h
Modul 3
Do., 11.12., 18.30 h –
So., 14.12.25, 14.00 h
Modul 4
Fr., 20.3., 18.30 h –
Mo., 23.3.26, 14.00 h

Kursgebühr 1840 €, zahlbar in Raten pro Workshop
pro Workshop
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 89.25

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

**www.zist.de/de/seminarhaus/unterkunft-und-verpflegung

DATEN & PREISE

Modul 2
Asanas für die mittlere Kindheit
Entwicklungszeitraum: Drittes Lebensjahr bis Einschulung

In Modul 2 findet eine Anwendung von Asanas auf die Muskulatur statt, die bis Ende des sechsten Lebensjahres zur Entwicklung kommt. Pranayama wird zur Stabilisierung der Prozesse prophylaktisch und begleitend eingesetzt. Die Themen auf muskulärer Ebene sind Willenskraft und Beziehung.

Modul 3
Asanas für die späte Kindheit
Entwicklungszeitraum: Einschulung bis 12. Lebensjahr

In Modul 3 findet eine Anwendung von Asanas auf die Muskulatur statt, die bis zum 12. Lebensjahr zur Entwicklung kommt. Pranayama wird zur Stabilisierung der Prozesse prophylaktisch und begleitend eingesetzt. Die Themen auf muskulärer Ebene sind eigenes Territorium und Bezug zur Gruppe.

Modul 4
Yoga-Basierte-Traumatherapie – Ein komplettes Durcharbeiten aller Strukturen

In Modul 4 findet eine Anwendung von Asanas auf die Muskulatur statt, die von Geburt bis zum 12. Lebensjahr zur Entwicklung kommt. Pranayama wird zur Stabilisierung der Prozesse prophylaktisch und begleitend eingesetzt. Die Themen auf muskulärer Ebene sind Bedürftigkeit, Autonomie, Willenskraft, Beziehung, eigenes Territorium und Bezug zur Gruppe.

Das 4. Modul ist sehr kompakt, da alle Strukturen der yogabasierten Therapie zur Anwendung kommen.

Die Teilnahme setzt eine normale psychische Gesundheit und Belastbarkeit voraus. Vorkenntnisse in Yoga oder Traumatherapie sind nicht erforderlich.

Die Module sind auch einzeln buchbar. Teilnehmer (m/w/d), die alle vier Module absolviert haben, erhalten zum Abschluss ein Zertifikat. Bei Teilnahme an allen vier Modulen ermäßigt sich die Kursgebühr des vierten Moduls um 100 €.

● **EINFÜHRUNG IN DIE YOGA-BASIERTE-TRAUMATHERAPIE***
Dietmar Mitzinger

Laut der Metastudie der Universität Jena ist Yoga bei fast allen psychischen Störungen wirksam. Menschen mit traumatischen Vorerfahrungen haben zuweilen das Problem, dass durch das Üben von Yoga traumatische Prozesse in ihrem Körper getriggert werden. Aus diesem Grund wurde vor einigen Jahren das traumsensible Yoga entwickelt. Die Yoga-Basierte-Traumatherapie ist eine Weiterentwicklung des traumasensiblen Yogas zum *traumatherapeutischen* Yoga. Sie befähigt Yoga- und Psychotherapeuten zur Therapie von psychischen Störungen im Rahmen von Yoga. Die Yoga-Basierte-Traumatherapie ist ein Zusatzverfahren für bereits bestehende therapeutische Verfahren und stellt keine eigenständige Therapieausbildung dar. YBT besteht aus Pranayama, Asana, Pratyahara und Kriya-Yoga.

Pranayama bezeichnet die Zusammenführung von Körper und Geist, zum Beispiel durch Atemübungen. Es reguliert das Nervensystem auf Hirnstammbasis und kann so traumatische Folgesymptome, wie zum Beispiel Erstarrung, lösen. Die Pranayamas werden in der Yoga-Basierten-Traumatherapie so durchgeführt, dass eine Steigerung der affektiven und emotionalen Belastbarkeit erreicht wird. Hier werden das Herz, der Hirnstamm und das zentrale Exekutivnetzwerk schrittweise vom Zustand der Bedrohung in den Zustand der Sicherheit überführt. Erst wenn sich der Körper sicher fühlt, kann Heilung geschehen. Daher ist die Herstellung des Zustands von Sicherheit die Grundlage dieser Methodik.

Asanas ist die Bezeichnung für die unterschiedlichen Körperpositionen im Yoga. Die Asanas werden in der Weiterbildung so durchgeführt, dass affektive Vorgänge in Gang gesetzt werden, die eine psychische Bedeutung haben. Ziel ist es, faszielle Struktu-

ren, die seit der Kindheit zusammengezogen sind, behutsam wieder zu lösen. Dabei wird im YBT eine Asana Praxis durchgeführt, die der motorischen Entwicklung des Kindes folgt, und auf diese Weise werden Blockaden in ihrer Reihenfolge der Entstehung entdeckt und bearbeitet.

Pratyahara ist eine Form der Wahrnehmung von Körperempfindungen. Diese Empfindungen steigen aus den Faszien langsam in das Bewusstsein auf. Die Signale werden von den Faszien hergestellt. In der Forschung über Faszien hat man entdeckt, dass die Faszien ein sogenanntes Archaisch-Vegetatives-System besitzen, das in der Lage ist, eigene Signale zu erzeugen, und dadurch mit dem autonomen- und dem zentralen Nervensystem ständig im Austausch ist. Pratyahara ist die Kunst der Entladung dieser Signale, damit diese Signale uns nicht überfluten, sondern Schritt für Schritt in das Bewusstsein integriert werden können.

Kriya-Yoga ist eine Vorstufe zum Yoga. Es bereitet Pranayama, Asana und Pratyahara vor. Der Hauptansatzpunkt ist die Beruhigung der Amygdala, sie ist eine der Strukturen im Gehirn, die mit verantwortlich ist für Stress und Triggern. Das Kriya-Yoga bedient sich dabei vier Ebenen des Bewusstseins. Das Körperbewusstsein, das Atembewusstsein, das mentale Bewusstsein und die Unterscheidungsfähigkeit. Die Übungen haben den Anspruch, alle vier Ebenen gleichzeitig zu benutzen, um so eine intensive Beruhigung der Amygdala erzeugen zu können. Danach ist der Weg frei für Asanas, Pranayama und Pratyahara.

In diesem Einführungsworkshop wird der Schwerpunkt auf der Theorie und Praxis von Pranayama liegen und so in die Struktur und Arbeitsweise der Weiterbildung eingeführt.

DATEN & PREISE

Einführung in die Yoga-Basierte-Traumatherapie
Fr., 21.3., 18.30 h – Mo., 24.3.25, 14.00 h
Kursgebühr 460 € zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 250331

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

**www.zist.de/de/seminarhaus/unterkunft-und-verpflegung



DATEN & PREISE

Somatic Experiencing*

Beginn:
Mo., 24.3., 18.30 h –
So., 30.3.25, 14.00 h
Kursgebühr 6250 €, zahlbar in Raten pro Workshop zuzüglich Vollpension**
Ort und Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 86.25

Zum Erhalt des Zertifikats kommen noch Kosten für Selbsterfahrung in Einzelstunden sowie Supervision hinzu.

● SOMATIC EXPERIENCING*
Doris Rothbauer
im dritten Jahr (für Fortgeschrittene):
Raja Selvam, N. N.

Kurssprache Deutsch, im dritten Jahr Englisch mit Übersetzung
36 Tage, März 2025 bis Oktober 2027

Diese Weiterbildung ist zugänglich für Ärzte und Zahnärzte, Psychologen, Psychotherapeuten, Physiotherapeuten, Heilpraktiker, Masseure, Ergotherapeuten und Logopäden (jeweils m/w/d) mit abgeschlossener Ausbildung und mindestens zwei Jahre Berufserfahrung.

Somatic Experiencing ist eine direkt am Körper ansetzende Methode der Behandlung von Angst und posttraumatischen Reaktionen. Posttraumatischer Stress stellt die unangemessene Verlängerung einer Reaktion dar, die ursprünglich einmal eine sinnvolle Antwort auf eine bedrohliche Situation gewesen ist. In diesem Sinne werden in Somatic Experiencing posttraumatische Symptome nicht als Pathologie angesehen, sondern primär als eine ursprünglich angemessene Antwort, die im Lauf der Zeit zu einer fixierten Form erstarrt ist.

Somatic Experiencing nutzt Symptome als wichtige Ressourcen in der Auflösung des Traumas für den Versuch, jene sinnvollen Antworten, die der Person im Zustand der Überwältigung nicht zur Verfügung standen, zu identifizieren und verfügbar zu machen. Durch das *Neuverhandeln* (*renegotiating*, von *to negotiate*: verhandeln, aushandeln) einer traumatischen Episode bietet Somatic Experiencing eine einzigartige, direkte und wirkungsvolle Strategie in der Transformation von Trauma und der Verbesserung der Integration. Beim Neuverhandeln erfahren die Klienten (m/w/d) Hilfe bei der Entwicklung jener Ressourcen, die zur Zeit des Traumas mangelhaft entwickelt waren oder ganz fehlten. Dadurch werden die biologischen Potentiale zur Abwehr, die einst überwältigt worden waren, erneut auf den Plan gerufen. Durch das Aufspüren und die Wiederbelebung dieser inneren Abwehrpotentiale wird aus dem traumatischen Erleben der Lähmung ein Gefühl von Zuversicht und Kompetenz freigesetzt. Auf diese Weise wird es Menschen, die ein Trauma überlebt haben, möglich, sich von posttraumatischen Fixierungen zu befreien, sich fortzuentwickeln und ihre gegenwärtigen Reserven an Kraft und Flexibilität zu erleben.

Durch angemessene Nutzung der körpereigenen Ressourcen zur Wiederherstellung des Gleichgewichts können wir durch unterschiedliche Schichten von

Schmerz, Konflikt und Entwicklungsstillstand vordringen zu jenen verschütteten natürlichen Selbstheilungskräften, die die tief verankerten Nachwirkungen von Trauma zu heilen vermögen.

Die Weiterbildung ist in drei Stufen aufgebaut:

Im ersten Jahr, der Grundstufe, lernen die Teilnehmer (m/w/d) die Symptome von Trauma im Körper ihrer Patienten (m/w/d) zu identifizieren, diese Traumasymptome als natürliche, biologische Phänomene zu werten und mit einfachen Techniken ihren Klienten zu helfen, die in diesen Symptomen eingefangenen Kräfte zu nutzen, um den Heilungsprozess zu erleichtern.

Im zweiten Jahr, der mittleren Stufe, lernen die Teilnehmer zwölf unterschiedliche Typen von Trauma zu identifizieren, durch spezifische Interventionen zu lösen sowie mit multipler Traumatisierung zu arbeiten.

Im dritten Jahr – für Fortgeschrittene – lernen die Teilnehmer, mit den sekundären Syndromen wie Migräne, Magengeschwür, spastisches Kolon, Asthma und so weiter zu arbeiten, indem sie über die Krankheit, die Symptome und die Körperempfindungen zur traumatischen Situation vorstoßen. Sie lernen im direkten Kontakt mit den Händen zu arbeiten und im Sinne eines Case-Management andere Ressourcen, wie zum Beispiel die Zusammenarbeit mit anderen Fachleuten {Psychiatern, Internisten (jeweils m/w/d), Sozialeinrichtungen und so weiter} zu nutzen.

Die drei Stufen bauen aufeinander auf, können jedoch getrennt gebucht werden.

Zum Abschluss der Weiterbildung erhalten die Teilnehmer ein Zertifikat.

Bitte beachten Sie: Der Besuch eines Einführungskurses in die Traumatherapie *Somatic Experiencing* ist Voraussetzung für die Teilnahme an der Weiterbildung.

● EINFÜHRUNG IN DIE TRAUMATHERAPIE
SOMATIC EXPERIENCING
Doris Rothbauer

Dieser Kurs für Interessierte aus medizinischen und therapeutischen Berufen bietet eine theoretische und praktische Einführung in *Somatic Experiencing* (SE) nach Dr. Peter Levine, ein körperorientiertes Modell zur Traumabehandlung.

SE ist ein psychophysiologischer Ansatz zur Behandlung von Schock- und Entwicklungstrauma. Dabei wird durch

- behutsames Hinführen zur instinktiven Körperempfindung,
- Aufbau von Ressourcen und
- Arbeit in kleinen Schritten

eine umfassende Katharsis und eine dadurch möglicherweise ausgelöste Retraumatisierung vermieden. Der Körper kann den traumatischen Stress graduell abbauen und die im Nervensystem gebundene hohe Energie schrittweise entladen. Oft wird es dadurch möglich, die körperlichen und psychischen Traumafolgen aufzulösen. Eine ausführliche Beschreibung der Methode finden Sie auf der Webseite von Somatic Experiencing: www.somatic-experiencing.de

Die Teilnehmer (m/w/d) lernen, mit dem ganzheitlichen inneren Empfinden zu arbeiten und entwickeln ein Verständnis für die Selbstregulierungsmechanismen unseres Nervensystems.

Der Kurs bietet die Möglichkeit, die Voraussetzungen für die Teilnahme an den dreijährigen Weiterbildungen in Somatic Experiencing zu erfüllen. Die nächsten Weiterbildungen in ZIST beginnen im März 2025 und Mai 2026.

DATEN & PREISE

Einführung in die Traumatherapie
Somatic Experiencing

Fr., 17.1., 18.30 h –
So., 19.1.25, 14.00 h
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250130

Fr., 5.12., 18.30 h –
So., 7.12.25, 14.00 h
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 251230

Kursgebühr je Workshop 345 € zuzüglich Vollpension**

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

**www.zist.de/de/seminarhaus/unterkunft-und-verpflegung



DATEN & PREISE

● ZUSATZQUALIFIKATION IN KINDER- UND JUGENDLICHEN-PSYCHOTHERAPIE (KJP)

Was bietet die Zusatzqualifikation in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie?

Die ZIST Akademie bietet für approbierte Psychologische Psychotherapeuten (TP/PA) sowie für in Ausbildung befindliche Psychotherapeuten {(PiA) (jeweils m/w/d)} nach Zwischenprüfung die Möglichkeit, die von den Kassenärztlichen Vereinigungen (KV) geforderten Qualifikationsnachweise für die Durchführung und Abrechnung von Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie zu erlangen. Sie erhalten so die Option, nach Approbation und Zulassung als Psychologischer Psychotherapeut einen Antrag auf Erteilung der entsprechenden Abrechnungsgenehmigung bei ihrer jeweiligen KV zu stellen.

Theoretische Ausbildung

Der Lehrplan der *Zusatzqualifikation in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie* orientiert sich an von den Kassenärztlichen Vereinigungen festgeschriebenen Maßgaben. Da es keine bundeseinheitliche Regelung über Umfang und Inhalt der Zusatzqualifikation gibt, gestalten wir das Curriculum so, dass nach Abschluss der Zusatzqualifikation in allen Bundesländern die Abrechnungserlaubnis erhalten werden kann.

Die theoretische Ausbildung umfasst 260 Unterrichtseinheiten (UE). Dabei können nach Entscheidung von ZIST bis zu 100 UE aus dem Curriculum der Akademie angerechnet werden. Die weiteren 160 UE können derzeit durch weitere mehrtägige Workshops im Rahmen des offenen Programms von ZIST (siehe Curriculum) abgeleistet werden.

Einzelne, aus wichtigem Grund versäumte Workshops der theoretischen Ausbildung können in entsprechenden Workshops des offenen Programms oder der ZIST Akademie, nach vorheriger Abstimmung mit der ZIST Akademie, nachgeholt und angerechnet werden.

Einzelne Workshops können vonseiten der ZIST Akademie online abgehalten werden.

Praktische Ausbildung unter Supervision

Insgesamt müssen mindestens fünf Behandlungen unter Einbeziehung der Erziehungsberechtigten durchgeführt werden (von diesen müssen mindestens drei Fälle Kinder = 0 bis 17 Jahre sein und mindestens 60 % der Mindestbehandlungsstunden ausmachen). Zwei Behandlungen junger Erwachsener zwischen 17 und 21 Jahren können aus der Erwachsenen-ausbildung mit eingebracht werden.

Die Verantwortung für die Patientenbehandlungen liegt kraft Gesetzes in der probatorischen Phase bei den Lehrpraxisinhabern (m/w/d), danach bei den mitwirkenden Supervisoren (m/w/d). Jede vierte Behandlungsstunde muss supervidiert sein. Mindestens die Hälfte der Supervision findet in Einzelsupervision statt. Der Teilnehmer (m/w/d) klärt im Vorfeld, ob seine KV ein höheres Maß an Einzelsupervision verlangt und teilt dies der ZIST Akademie schriftlich mit.

Curriculum und Dozenten (m/w/d)

Einführung in die Spieltherapie, Curd Michael Hockel
Spezifische Krankheitsbilder und Störungen des Kinder- und Jugendalters, N. N.
Elterngespräche nach Feeling-Seen, Michael Bachg
Entwicklungspsychologie 1, Mascha Bleckwenn-Gulde*
Entwicklungspsychologie 2, Mascha Bleckwenn-Gulde*
Vertiefung und Abschied, Curd Michael Hockel, N. N.

*Informationen über mögliche Termine erhalten Sie bei Ursula Clormann.

Kosten

Externe Psychologische Psychotherapeuten zahlen pro Workshop (vier- beziehungsweise fünftägig) zwischen 960 € und 1200 €. Alle Teilnehmer (m/w/d) zahlen die Supervisionen bei ihren Supervisoren nach Vereinbarung. Unterkunft und Verpflegung während der Dauer der Workshops siehe: <https://www.zist.de/de/seminarhaus/unterkunft-und-verpflegung>

Start der nächsten KJP Zusatzqualifikation

Oktober 2025, KJ 25.01

Anmeldeverfahren

An der *Zusatzqualifikation in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie* Interessierte füllen bitte das Anmeldeformular (<https://www.zist.de/sites/default/files/downloads/aka-kjp-zq-anmeldung-20231020.pdf>) aus und reichen dieses mit einem kurzen Bewerbungsschreiben an die ZIST Akademie bei Ursula Clormann (ursula.clormann@zist-akademie.de) ein. Nach Rückmeldung von Ursula Clormann vereinbaren Sie ein Bewerbungsgespräch, anschließend können Sie sich über die Webseite direkt anmelden.

Ausführliche Informationen erhalten Sie bei Ursula Clormann.

● EINFÜHRUNG IN DIE SPIELTHERAPIE*
Modul der Zusatzqualifikation in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie
Curd Michael Hockel

Kindliches Erleben und ein Schwerpunkt des Jugendalters ist durchs Spielen geprägt. Eine personzentrierte Kompetenz des Umganges mit dieser *Sprache der Kinder* ist für Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie unverzichtbar. In erlebnisaktivierenden Methoden mit Vortrag und Spiel werden in dieser Einführung

- die Wirkfaktoren der Behandlung dargestellt,
- das Klavier der Interventionskompetenzen beschrieben
- und bedacht,
- einige dieser Kompetenzen exemplarisch vorgestellt
- und übend angeeignet:
 - den Schwerpunkt Einfühlung kindgerecht zu praktizieren.
 - Situationsgestaltung therapeutisch wirksam werden zu lassen.
 - Grenzen setzen.

Es wird die Wirkung von Spieltherapie an vier Störungsbildern erläutert:

- F43.21/22 Anpassungsstörung mit Depression nach/in Belastungssituation ADHS.
- Einsamer Zappelphilipp.
- F91 Störungen des Sozialverhaltens, F93 Emotionale Störung des Kindesalters.
- F91.2 Störungen des Sozialverhaltens bei vorhandenen sozialen Störungen.
- F43.1 Posttraumatische Belastungsstörung und F41 Panik.

Vorbereitend kann in der ZDF Mediathek die Serie *SAFE* angesehen werden und/oder Literatur zur Kenntnis genommen werden:

Hockel, C. M. (2011), *Personzentrierte Kinderpsychotherapie – mit einer Falldarstellung*, München: Reinhardt Verlag
Weinberger, S. (2015), *Kindern spielend helfen – Einführung in die Personzentrierte Spielpsychotherapie*, Weinheim Basel: Beltz Juventa

An der *Zusatzqualifikation in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie* Interessierte füllen bitte das Anmeldeformular (<https://www.zist.de/sites/default/files/downloads/aka-kjp-zq-anmeldung-20231020.pdf>) aus und reichen dieses mit einem kurzen Bewerbungsschreiben an die ZIST Akademie bei Ursula Clormann (ursula.clormann@zist-akademie.de) ein. Nach Rückmeldung von Ursula Clormann vereinbaren Sie ein Bewerbungsgespräch, anschließend können Sie sich über die Webseite direkt anmelden.

Der Workshop ist auch einzeln für Psychologische Psychotherapeuten (m/w/d) zur Fortbildung buchbar.

DATEN & PREISE

Einführung in die Spieltherapie*

Mo., 13.10., 18.30 h –
Fr., 17.10.25, 14.00 h
Kursgebühr 960 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 251071

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

**www.zist.de/de/seminarhaus/unterkunft-und-verpflegung

DATEN & PREISE

Elterngespräche nach Feeling-Seen

Sa., 17.10., 18.30 h –
Mi., 21.10.26, 14.00 h
Kursgebühr 960 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 261071

● ELTERNGESPRÄCHE NACH FEELING-SEEN*

Modul der Zusatzqualifikation in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie

Michael Bachg

Der Workshop hat zwei inhaltliche Schwerpunkte:

Familientherapie

Den Kindern einen Platz geben

Partizipative Kinder- und Jugend-Psychotherapie und Beratung – ein längst überfälliges Denken und Handeln – wird im *Feeling-Seen* Ansatz praktiziert. Es geht um die Haltung, Kindern und Jugendlichen in allen psychosozialen Institutionen den Rang einzuräumen, den sie verdienen: gesehen, verstanden und unterstützt werden.

Workshopteilnehmer (m/w/d) erhalten Impulse für bindungsorientierte und mentalisierungsfördernde Interventionen. Sie lernen die in der Mimik und der Stimme erkennbaren Affekte des Kindes und der Eltern in deren subjektiv-gefühlsmäßigem Erleben ebenso zu benennen wie deren Auslöser, sodass *mentalisierte Affektivität* im Sinne Fonagys gefördert wird.

Zentral geht es um unbeantwortete Bindungserwartungen und unerfüllte Grundbedürfnisse des Kindes sowie um Möglichkeiten ihrer Befriedigung auf imaginativer und realer Ebene. Es findet somit eine motivationale Zielfestlegung durch das Kind statt. Das Kind kann sich verstanden fühlen, Vertrauen entwickeln und sich in der therapeutischen Zusammenarbeit öffnen. Diesen Prozess miterleben berührt emotional häufig auch die anwesenden Eltern. Sie können in ihrem reflexiven Empathievermögen gefördert und wieder im Sinne Kegans zu einer einbettenden Kultur für die Entwicklung ihres Kindes werden.

Elternarbeit

Elterngespräche führen, aber wie?

Auf der Elternseite können unverarbeitete Kindheitskonflikte oder Traumata die Interpretation kindlicher Signale wie ein Filter verzerren. Daher wird ergänzend zum familientherapeutischen Setting ein Konzept der Elternarbeit mit Elternteaching, Elterncoaching und Elterntherapie vorgestellt. Gezeigt und geübt werden Strategien und Interventionen zur Bearbeitung von elterlichen Übertragungen und Projektionen auf das eigene Kind. Das emotionsfokussierte Vorgehen hat sich bewährt, unter anderem zur Emotionsregulation, Deeskalation in Konflikten und Vermeidung von Machtkämpfen. Es geht um den Subjektstatus des Kindes und um dessen Partizipation in Psychiatrie, Psychotherapie, Beratung und Jugendhilfe.

An der *Zusatzqualifikation in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie* Interessierte füllen bitte das Anmeldeformular (<https://www.zist.de/sites/default/files/downloads/aka-kjp-zq-anmeldung-20231020.pdf>) aus und reichen dieses mit einem kurzen Bewerbungsschreiben an die ZIST Akademie bei Ursula Clormann (ursula.clormann@zist-akademie.de) ein. Nach Rückmeldung von Ursula Clormann vereinbaren Sie ein Bewerbungsgespräch, anschließend können Sie sich über die Webseite direkt anmelden.

Der Workshop ist auch einzeln für Psychologische Psychotherapeuten (m/w/d) zur Fortbildung buchbar.

● ENTWICKLUNGSPSYCHOLOGIE 1*

Kindliche psychische Entwicklung nach psychoanalytischen theoretischen Vorstellungen

Modul der Zusatzqualifikation in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie

Mascha Bleckwenn-Gulde

Der Workshop fußt auf den Konzepten der Triebtheorie und Objektbeziehungstheorie mit bestimmten Entwicklungsphasen. Von der Theorie erfolgt der Transfer zur Praxis. Der Fokus liegt auf der Betrachtung von Veränderungen und Konstanten, die auf der Zeitachse des Lebensalters wahrgenommen werden. Im Fokus dieses Workshops steht die Lebensspanne von 0 bis 6 Jahren. Von außen sichtbare Merkmale des Erlebens und Verhaltens heranwachsender Menschen werden hinsichtlich ihres Zustandsdekkommens und ihres Veränderungspotenzials im Lebensverlauf betrachtet.

Des Weiteren werden unbewusste Abwehrmechanismen, die die Symptomatik der jeweiligen psychischen Störungen mitprägen, sowie deren Auslöser vorgestellt und anhand praktischer Beispiele dargestellt.

Im Workshop werden verschiedene theoretische Vorstellungen zur kindlichen Entwicklung von 0 bis 6 Jahre (Triebtheorie, Objektbeziehungstheorie) vermittelt.

Die vermittelten Inhalte werden durch Übungen zur Selbsterfahrung und Filme vertieft, um die theoretischen Inhalte mit Gefühlen zur besseren Integration zu verbinden. Die Teilnehmenden bekommen Anregungen und Begleitung zur Selbstreflexion, um den Prozess der Reflexion und Integration spürbar zu machen.

Der Workshop findet gemeinsam mit Psychotherapeuten in der Ausbildung zum Erwachsenentherapeuten (jeweils m/w/d) statt.

An der *Zusatzqualifikation in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie* Interessierte füllen bitte das Anmeldeformular (<https://www.zist.de/sites/default/files/downloads/aka-kjp-zq-anmeldung-20231020.pdf>) aus und reichen dieses mit einem kurzen Bewerbungsschreiben an die ZIST Akademie bei Ursula Clormann (ursula.clormann@zist-akademie.de) ein. Nach Rückmeldung von Ursula Clormann vereinbaren Sie ein Bewerbungsgespräch, anschließend können Sie sich über die Webseite direkt anmelden.

● ENTWICKLUNGSPSYCHOLOGIE 2*

Psychische Entwicklung, Symptomatik und Ursachen psychischer Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen

(von 6 bis 11 und von 11 bis 20 Jahren)

Modul der Zusatzqualifikation in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie

Mascha Bleckwenn-Gulde

Im Rahmen dieses Workshops werden Entwicklungspsychopathologische Grundlagen vermittelt, insbesondere liegt der Fokus auf Störungen in den Entwicklungsphasen von 0 bis 6 Jahren als Ursachen der Störungen von 11 bis 20 Jahren. Das Verständnis für die Zusammenhänge wird anhand von Falldarstellungen unter Einbezug von gesellschaftlichen Gegebenheiten, die zu den psychischen Störungen beitragen können, erleichtert. Dabei wird zum einen die Entwicklung im Jugendalter als Prozess betrachtet, in dem durch die Bewältigung von Entwicklungsaufgaben ein Selbstkonzept und eine Persönlichkeitsstruktur entstehen, die dem Jugendlichen (m/w/d) selbst bewusst sind. Zum anderen wird der Einfluss von Entwicklungen in der Latenzphase auf die Entstehung psychischer Probleme betrachtet sowie die Neuentstehung psychischer Probleme in der Adoleszenz.

Im Workshop werden die Entwicklungsaufgaben von Latenz und Adoleszenz und der psychischen Störungen in dieser Zeit anhand von Falldarstellungen vermittelt. Die Lernziele werden durch Übungen und Filme und Falldarstellungen vertieft. Der Workshop findet gemeinsam mit Psychotherapeuten in der Ausbildung zum Erwachsenentherapeuten (jeweils m/w/d) statt.

An der *Zusatzqualifikation in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie* Interessierte füllen bitte das Anmeldeformular (<https://www.zist.de/sites/default/files/downloads/aka-kjp-zq-anmeldung-20231020.pdf>) aus und reichen dieses mit einem kurzen Bewerbungsschreiben an die ZIST Akademie bei Ursula Clormann (ursula.clormann@zist-akademie.de) ein. Nach Rückmeldung von Ursula Clormann vereinbaren Sie ein Bewerbungsgespräch, anschließend können Sie sich über die Webseite direkt anmelden.

DATEN & PREISE

Entwicklungspsychologie 1*

Informationen über mögliche Termine erhalten Sie bei Ursula Clormann. Kursgebühr 1200 € zuzüglich Vollpension**

Entwicklungspsychologie 2*

Informationen über mögliche Termine erhalten Sie bei Ursula Clormann. Kursgebühr 1200 € zuzüglich Vollpension**

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

**www.zist.de/de/seminarhaus/unterkunft-und-verpflegung

DATEN & PREISE

● ZUSATZQUALIFIKATION IN
GRUPPENPSYCHOTHERAPIE

Was bietet die Zusatzqualifikation in
Gruppenpsychotherapie

Die ZIST Akademie bietet für approbierte Psychologische Psychotherapeuten (TP/PA) sowie für in Ausbildung befindliche Psychotherapeuten {(PiA) (jeweils m/w/d)) nach Zwischenprüfung die Möglichkeit, die von den Kassenärztlichen Vereinigungen (KV) geforderten Qualifikationsnachweise für die Durchführung und Abrechnung von Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie zu erlangen. Sie erhalten so die Option, nach Approbation und Zulassung als Psychologischer Psychotherapeut einen Antrag auf Erteilung der entsprechenden Abrechnungsgenehmigung bei ihrer jeweiligen KV zu stellen.

Theoretische Ausbildung

Der Lehrplan der *Zusatzqualifikation in Gruppenpsychotherapie* orientiert sich an von den Kassenärztlichen Vereinigungen festgeschriebenen Maßgaben. Da es keine bundeseinheitliche Regelung über Umfang und Inhalt der Zusatzqualifikation gibt, gestalten wir das Curriculum so, dass Sie nach Abschluss der Zusatzqualifikation in allen Bundesländern die Abrechnungserlaubnis erhalten können.

Die theoretische Ausbildung umfasst 200 Unterrichtseinheiten (UE). Dabei können nach Entscheidung von ZIST bis zu 150 UE aus dem Curriculum der Akademie angerechnet werden. Die weiteren 50 UE können derzeit durch einen weiteren mehrtägigen Workshop im Rahmen des offenen Programms von ZIST (siehe Curriculum) abgeleistet werden.

Einzelne, aus wichtigem Grund versäumte Workshops der theoretischen Ausbildung können in entsprechenden Workshops des offenen Programms oder der ZIST Akademie, nach vorheriger Abstimmung mit der ZIST Akademie, nachgeholt und angerechnet werden.

Einzelne Workshops können vonseiten der ZIST Akademie online abgehalten werden.

Praktische Ausbildung unter Supervision

Insgesamt müssen mindestens 60 Doppelstunden kontinuierlicher Gruppenbehandlung, auch in mehreren Gruppen, unter Supervision mit mindestens 40 Stunden in tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie über unsere Institutsambulanz abgerechnet werden.

Die Verantwortung für die Patientenbehandlungen liegt kraft Gesetzes in der probatorischen Phase bei den Lehrpraxisinhabern (m/w/d), danach bei den mitwirkenden Supervisoren (m/w/d). Jede dritte Behandlungsstunde muss supervidiert sein. Alle Supervisionsstunden finden in Einzelsupervision statt.

Curriculum und Dozenten (m/w/d)

Pflichtteil der theoretischen Ausbildung
Gruppenpsychotherapie, Reinhard Hauser
Gruppenpsychotherapie – Leitung ambulanter Gruppen, Reinhard Hauser

Gruppenselbsterfahrung

Teile aus bisher absolvierten Ausbildungen sind nach Prüfung durch die ZIST Akademie anrechnungsfähig. Fehlende Selbsterfahrungsstunden können nach Vereinbarung absolviert werden, zum Beispiel *Szenische Psychotherapie, Reparenting (Pesso)*, Richard Hoffmann
Energiekonzepte der psychodynamischen Körperpsychotherapie, Angela Klopstech
oder andere Fortbildungsgruppen mit Selbsterfahrung des offenen Programms von ZIST, für die Fortbildungspunkte erteilt werden.

Kosten

Externe Psychologische Psychotherapeuten zahlen pro Workshop (vier- beziehungsweise fünftägig) zwischen 960 EUR und 1200 EUR. Alle Teilnehmer (m/w/d) zahlen die Supervisionen bei ihren Supervisoren nach Vereinbarung. Unterkunft und Verpflegung während der Dauer der Workshops siehe: <https://www.zist.de/de/seminarhaus/unterkunft-und-verpflegung>

Start der Zusatzqualifikation in
Gruppenpsychotherapie

Informationen über mögliche Termine erhalten Sie bei Ursula Clormann.
Der nächst mögliche Termin ist 10.1. – 15.1.2025.

Anmeldeverfahren

An der *Zusatzqualifikation in Gruppenpsychotherapie* Interessierte füllen bitte das Anmeldeformular (<https://www.zist.de/sites/default/files/downloads/aka-gz-zq-anmeldung-20231024.pdf>) aus und reichen dieses mit einem kurzen Bewerbungsschreiben an die ZIST Akademie bei Ursula Clormann (ursula.clormann@zist-akademie.de) ein.

Ausführliche Informationen erhalten Sie bei Ursula Clormann.

● GRUPPENPSYCHOTHERAPIE –
LEITUNG AMBULANTER GRUPPEN*

- *Postgraduale Fortbildung für approbierte Psychotherapeuten, Psychiater und für PiA nach der Zwischenprüfung sowie Heilpraktiker (jeweils m/w/d) begrenzt auf das Gebiet der Psychotherapie sowie andere in der Heilkunde tätige Personen, die sich für eine integrierende psychotherapeutische Praxis interessieren*
- *Modul zur Erlangung der Zusatzqualifikation in Gruppenpsychotherapie*

Reinhard Hauser

In diesem Workshop werden wir die Haltungen und Werkzeuge vertiefen, die Teilnehmern (m/w/d) und der Gruppe Erfahrungen von Kohäsion ermöglichen, die *Lösungserfahrungen* von interpersonellen und inneren Spannungen bieten. Fragen umfassen Unterschiede in der Begleitung einer Gruppe in verschiedenen Phasen, mit unterschiedlichen Störungsbildern, während persönlichen und gruppalen Krisen, bei Abschieden und Neuzugängen.

Der Hintergrund zur Arbeit mit der Gruppe bilden gruppenpsychotherapeutische Ansätze wie die erfahrungsorientierte prozess-geleitete Gruppenpsychotherapie, die analytisch-psychodynamische und die interaktionelle Gruppenpsychotherapie, welche im Rahmen der Ausbildung an der *ZIST Akademie für Psychotherapie* im Modul *Gruppenpsychotherapien* eingeführt wurden.

Ein Fokus des Workshops ist die *innere Arbeit* des Therapeuten (m/w/d), welche ihre Haltung und damit ihr Handeln begründen. Wir üben Offenheit und Wertschätzung aller Stimmen und Gefühle im Raum, besonders marginalisierten und polarisierenden Anteilen. Durch Benennen und Rahmen von Prozessen entsteht ein sicherer Raum, in dem therapeutische Prozesse und Erfahrungen der Teilnehmer entfaltet werden, im Einzelsetting, in Beziehung und in der Gruppe.

Der Workshop verbindet analytisches Denken unter Einbeziehung früher Erfahrungen und deren Spiegelungen in Übertragung und Gegenübertragung sowie interpersonelle erfahrungsorientierte Arbeit im Hier und Jetzt.

Anhand kurzer Falldarstellungen der Teilnehmer suchen wir Zugänge, auch sogenannt *schwierige* Prozesse potentialorientiert zu entfalten. Wie unterstützen wir strukturschwächere Teilnehmer? Wie nutzen wir Träume sinnvoll, wie Körpererfahrungen und Symptome? Wie arbeiten wir mit Widerstand und Wahrnehmungsgrenzen, mit Feedback sowie der Dynamik von Rang und Privilegien und ihren interpersonellen Wirkungen im Feld?

DATEN & PREISE

Gruppenpsycho-
therapie – Leitung
ambulanter Gruppen*

Fr., 10.1., 18.30 h –
Mi., 15.1.25, 14.00 h
Kursgebühr 1200 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250176

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

**www.zist.de/de/seminarhaus/unterkunft-und-verpflegung



DATEN & PREISE

Szenische Psychotherapie, Reparenting (Pesso)*

Informationen über mögliche Termine erhalten Sie bei Ursula Clormann. Kursgebühr 1200 € zuzüglich Vollpension**

Fragen der Teilnehmenden haben vorrangig Platz:

- Zusammenstellen von ambulanten Gruppen, homogen/störungsspezifisch versus heterogen/gemischt. Strukturniveau und ambulante Gruppen, Grenzen und Möglichkeiten. Erfahrungen und Austausch.
- Fragen aus der Praxis der ambulanten Gruppenpsychotherapie. Umgang mit Krisen in der Gruppe, repetitiven Störungen. Umgang mit Mikrokonflikten, Kritik und (Selbst-)Entwertung).

Der Workshop bietet theoretische Inputs, Reflexionsrunden sowie eine Praxis mit Einzel-, Beziehungs- und Gruppenarbeiten sowie Übungen zu ausgewählten Themen.

An der *Zusatzqualifikation in Gruppenpsychotherapie* Interessierte füllen bitte das Anmeldeformular (<https://www.zist.de/sites/default/files/downloads/aka-gz-zq-anmeldung-20231024.pdf>) aus und reichen dieses mit einem kurzen Bewerbungsschreiben an die ZIST Akademie bei Ursula Clormann (ursula.clormann@zist-akademie.de) ein.

Der Workshop ist auch einzeln für Psychologische Psychotherapeuten (m/w/d) zur Fortbildung buchbar.

● SZENISCHE PSYCHOTHERAPIE, REPARARENTING (PESSO)*

Modul zur Erlangung der Zusatzqualifikation in Gruppenpsychotherapie

Richard Hoffmann

Ziel des Workshops
Körperpsychotherapeutisches Arbeiten zur Bildung und Stärkung des Körper-Selbst-Gefühls; wie kann ich szenische Elemente im Sinne eines *reparentings* nutzen?

- Inhalte sind
- Umgang mit Atmung, Bewegung, Aggression in Bezug auf das augenblickliche Erleben mit dem Ziel, Körper-Selbst-Gefühl zu bilden und zu weiten.
 - Biografische Be- und Durcharbeitung von Bindungsthemen mittels szenischen körperorientierten Arbeitens im Sinne eines *reparentings* nach Pesso.
 - Gruppentherapeutische und einzeltherapeutische Varianten. Welche Teilbereiche dieser Arbeit können die PiAs {Psychotherapeuten in Ausbildung (m/w/d)} in ihrer klinischen Praxis umsetzen und für die eigene therapeutische Arbeit nutzen?
 - Kennenlernen und Anwenden der Tiefenpsychologisch fundierten Körperpsychotherapie und Pesso Therapie (PBSP).

An der *Zusatzqualifikation in Gruppenpsychotherapie* Interessierte füllen bitte das Anmeldeformular (<https://www.zist.de/sites/default/files/downloads/aka-gz-zq-anmeldung-20231024.pdf>) aus und reichen dieses mit einem kurzen Bewerbungsschreiben an die ZIST Akademie bei Ursula Clormann (ursula.clormann@zist-akademie.de) ein.

● ENERGIEKONZEPTE DER PSYCHODYNAMISCHEN KÖRPERPSYCHOTHERAPIE*

Modul zur Erlangung der Zusatzqualifikation in Gruppenpsychotherapie

Angela Klopstech

Ziel des Workshops ist das Erlernen der Grundlagen der Körperpsychotherapie zur Anwendung in der Praxis.

- Inhalte sind
- Grounding/Erdung: Ein Grundkonzept jeder Körperpsychotherapie.
 - Energie, ein wirksames aber nicht eindeutig definiertes Konzept.
 - Das Konzept von energetischer Ladung/Charge.
 - Bewegung und Bewegungsmuster – Wie gehe ich ins/durchs/im Leben?
 - Ein Überblick über Entwicklungstheorien.
 - Die Rolle des Atmens.
 - Der Körper in Beziehung zu sich selbst und in Beziehung zu anderen, ein unterbewerteter Aspekt der therapeutischen Dyade.
 - Sprache und Körpersprache: zu zweit ein machtvolles Gespann.

- Körperlesen, klassisch und im interaktionellen Kontext.
- Unsere Umgangssprache ... siedelt Gefühle im Körper an: Wörter mit Bedeutungsfeld und Körperecho, Körpermetapher.
- Das Konzept der Selbstregulierung in der Körperpsychotherapie.
- Einbettung der Körperpsychotherapie in den Kontext der allgemeinen Psychotherapie: historisch wie auch insbesondere in der gegenwärtigen Psychotherapielandschaft.

Theoretische Grundlagen werden in einen praktischen Kontext übertragen.
Übung therapeutischer Interventionen in Kleingruppen oder Paararbeit. Demonstration einzelner Beispiele im Plenum.

An der *Zusatzqualifikation in Gruppenpsychotherapie* Interessierte füllen bitte das Anmeldeformular (<https://www.zist.de/sites/default/files/downloads/aka-gz-zq-anmeldung-20231024.pdf>) aus und reichen dieses mit einem kurzen Bewerbungsschreiben an die ZIST Akademie bei Ursula Clormann (ursula.clormann@zist-akademie.de) ein.

DATEN & PREISE

Energiekonzepte der psychodynamischen Körperpsychotherapie*

Informationen über mögliche Termine erhalten Sie bei Ursula Clormann. Kursgebühr 1200 € zuzüglich Vollpension**

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

**www.zist.de/de/seminarhaus/unterkunft-und-verpflegung





Das Geheimnis von Wandlung ist es,
das Alte zurückzulassen und den
eigenen Weg mit dem Ziel der
Reifung zu gehen.

Stanley Keleman

DATEN & PREISE

Einführung in die Traumatherapie
Somatic Experiencing

Fr., 17.1., 18.30 h –
So., 19.1.25, 14.00 h
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250130

Fr., 5.12., 18.30 h –
So., 7.12.25, 14.00 h
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 251230

Kursgebühr je
Workshop 345 €
zuzüglich Vollpension**

Das Enneagramm
der Persönlichkeit und
der Gesellschaft – ein
erfahrungsorientierter
Workshop

Fr., 21.2., 18.30 h –
So., 23.2.25, 14.00 h
Kursgebühr 320 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250236

Informationstag zur
Approbationsausbildung
zum Psychologischen
Psychotherapeuten
(m/w/d)

jeweils 9.30 h – circa 17.00 h
Mo., 24.2.2025 Nr. 250200
Sa., 26.7.2025 Nr. 250700
Sa., 20.9.2025 Nr. 250900
Mittagessen, Obstkorb
und Pausengetränke 20 €
Preisänderung vorbehalten
Ort: ZIST Penzberg

Bitte melden Sie sich
über unsere Webseite an:
<https://www.zist.de/de/akademie/ueber-die-akademie/infotag>

EINFÜHRUNG IN DIE
TRAUMATHERAPIE
SOMATIC EXPERIENCING
Doris Rothbauer

Beschreibung siehe Seite 53.

DAS ENNEAGRAMM
DER PERSÖNLICHKEIT UND
DER GESELLSCHAFT – EIN
ERFAHRUNGSORIENTIERTER
WORKSHOP
Katrin Reuter

Beschreibung siehe Seite 47.

INFORMATIONSTAG ZUR
APPROBATIONS-AUSBILDUNG
ZUM PSYCHOLOGISCHEN
PSYCHOTHERAPEUTEN (M/W/D)
Dr. Sandra Hagen

Beschreibung siehe Seite 83.

EINFÜHRUNG IN DIE
*YOGA-BASIERTE-TRAUMATHERAPIE**
Dietmar Mitzinger

Beschreibung siehe Seite 51.

TAKETINA – SCHNUPPERTAG
Sabine Bundschu und Martin Höhn (Surdo)

Hier haben Sie die Gelegenheit, die von Reinhard Flatischler entwickelte Rhythmische Körper-Bewusstseinsarbeit TaKeTiNa, die Gerald Hütter als die "Kunst, sich im Loslassen zu finden" bezeichnete, und Sabine Bundschu bei der Arbeit kennenzulernen.

EINFÜHRUNGSABEND IN DIE
MODERNE BEWUSSTSEINSZENTRIERTE
KÖRPERPSYCHOTHERAPIE MIT
PRAKTISCHEN ÜBUNGEN*
Dr. Christian Gottwald

Diese Art der Begleitung von Veränderungsprozessen in der Therapie und Individualisationsarbeit berücksichtigt Ergebnisse der Hirnforschung, der Säuglingsforschung und der Psychotherapieforschung. Sie erinnert damit an unsere antike Heilkultur in den Kultstätten des Asklepios. Ein wesentliches Element besteht in der Integration einer achtsamen Übungspraxis, wie sie im Osten seit 2500 Jahren ausgeübt wird. Der ganzheitliche Ansatz ermöglicht eine möglichst passgenaue Antwort auf die Anliegen von Klienten und Patienten (jeweils m/w/d).

DATEN & PREISE

Einführung in die
*Yoga-Basierte-
Traumatherapie**

Fr., 21.3., 18.30 h –
Mo., 24.3.25, 14.00 h
Kursgebühr 460 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250331

TakeTiNa – Schnuppertag

jeweils 10.00 h – 17.00 h
So., 6.4.2025 Nr. 250440
So., 28.9.2025 Nr. 250940
Kursgebühr jeweils 115 €
Ort: Yogawerkstatt,
Plinganserstr. 23,
81369 München
Anmeldung:
ZIST Penzberg

Einführungsabend
in die moderne
bewusstseinszentrierte
Körperpsychotherapie mit
praktischen Übungen*

Do., 13.3.25, 19.30 h
Gebühr 20 €
Ort: EIDOS-Haus,
Wehnerstr. 23,
81243 München
Vor Anmeldung
telefonisch unter
089-89689424 oder an:
office@gottwald-eidos.de

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

**www.zist.de/de/seminarhaus/unterkunft-und-verpflegung





Wir leiden heute nicht an dem,
was einmal zu viel war oder gefehlt hat,
sondern daran, dass wir an den reaktiven
Mustern in Wahrnehmung, Fühlen,
Denken und Handeln festhalten,
mit denen wir in der Vergangenheit
über die Runden gekommen sind.

Wolf Büntig

DIE NÄCHSTEN
AUSBILDUNGEN
NACH DER ALTEN
AUSBILDUNGS-
ORDNUNG

5-jährige Ausbildung zum
Psychologischen
Psychotherapeuten (m/w/d)
mit Beginn

Ab Januar 2025
AA 25.01

Ab Mai 2025
AA 25.02

Ab September 2025
AA 25.03

AUSBILDUNG
ZUM PSYCHOLOGISCHEN
PSYCHOTHERAPEUTEN (M/W/D)

nach dem Psychotherapeutengesetz mit dem
Schwerpunkt tiefenpsychologisch fundierte
Psychotherapie (nach der sogenannten alten
Ausbildungsordnung)

- Integrative Approbationsausbildung in tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie auf Grundlage der aus der Psychoanalyse hervorgegangenen psychodynamischen Traditionen – getragen von einem intersubjektiven Verständnis der therapeutischen Beziehung und des therapeutischen Dialogs
- Theorie und Praxis in starker Orientierung an der potentialorientierten Haltung der Humanistischen Psychologie vermittelt durch eine Vielfalt therapeutischer Methoden
- Theoretische Konzepte kombiniert mit ausführlicher Selbsterfahrung und Gruppenselbsterfahrung
- Gemäß individueller Fokussierung können nach der Zwischenprüfung unterschiedliche Zusatzqualifikationen (aktuell ZQ in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie, Gruppenpsychotherapie sowie EMDR) ergänzend begonnen werden. Durch Anrechnung von Teilen der Theorie sowie der praktischen Tätigkeit können hierdurch bedeutende Synergieeffekte genutzt werden.
- Blockunterricht im bayerischen Voralpenland, praktische Arbeit in Wohnortnähe

ZIST AKADEMIE

ZIST gründete die *ZIST Akademie für Psychotherapie* (ZIST Akademie) mit dem Ziel, das Verständnis der Humanistischen Psychologie und die jahrzehntelange Erfahrung von ZIST in der Weiterbildung in Potentialorientierter Psychotherapie in einem staatlich anerkannten, tiefenpsychologischen Ausbildungsinstitut zu verankern. Seit 2011 veranstaltet nun die ZIST Akademie Ausbildungen für Psychologen (m/w/d) zur Erlangung der Approbation als Psychologischer Psychotherapeut (m/w/d).

Die ZIST Akademie integriert in der Potentialorientierten Psychotherapie als einer Variante der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie

- die Haltung der Humanistischen Psychologie mit ihren Konzepten vom menschlichen Potential und der Selbstaktualisierung, die sich in nicht-egozentrischen Motiven ausdrückt;

- in der Theorievermittlung
 - die Kenntnis der Theorie des Unbewussten und der verschiedenen psychoanalytischen Ansätze und darin zentral die Kenntnis von der Übertragung früher Beziehungserfahrung auf die Beziehungen der Gegenwart, vom Widerstand gegen Veränderung durch Abwehr und von der Wiederholung der vergangenen leidvollen Erfahrung infolge dieser Abwehr sowie die Kenntnis der Ich-Psychologie;
 - die Beobachtung Wilhelm Reichs, dass Widerstand gegen Veränderung sich in der körperlichen, psychischen und charakterlichen Struktur der Persönlichkeit äußert;
 - das Wissen der Verhaltensforschung, dass unspezifische Reize reflexartig in frühen Lernerfahrungen gebahnte, der gegenwärtigen Situation unangemessene Reaktionen auslösen, als Wegweiser zu blockierter Potentialentfaltung wahrgenommen und durch Konfrontation mit neuer Lernerfahrung mobilisiert werden und durch deren Wiederholung zu bewusstem Verhalten reifen können;
 - die Einsicht aus dem Systemstellen, dass Leugnung und Verdrängung von Gegebenheiten in der Familiengeschichte ebenso wie in der persönlichen Entwicklung Lebenskraft bindet und dass die Anerkennung des Erlebten heilt,
- und
- in der therapeutischen Praxis eine Vielfalt an therapeutischen Methoden wie Körperpsychotherapie, Gestalttherapie, Ericksonscher Hypnotherapie, Systemstellen, kreativen Methoden und anderen.

Die Psychotherapeuten (m/w/d) in Ausbildung (PiA) an der ZIST Akademie der bisherigen Jahrgänge schätzen das integrative Lernen und die Möglichkeit, das Gelernte auch im alltäglichen Umgang miteinander in einer vertrauensvollen Gemeinschaft an einem ganzheitliches Lernen unterstützenden Ort – dem ZIST Seminarhaus – übend zu erfahren.

ZIEL DER AUSBILDUNG

Ziel der Ausbildung an der ZIST Akademie ist die optimale Entfaltung des therapeutischen Potentials der PiA (m/w/d) durch herausragende Lehrer (m/w/d), teilweise von internationalem Rang, in einem vielfältigen und anspruchsvollen Curriculum.

Die PiA sollen am Ende der Ausbildung

- ein breites Wissensspektrum dank der Vermittlung des theoretischen Hintergrundes einer Bandbreite moderner integrativer Verfahren psychodynamisch humanistischer Psychotherapie haben.
- Reifung als einen Prozess verstehen, in dem sie durch die Auseinandersetzung mit der eige-

nen Persönlichkeit in der Selbsterfahrung um die Möglichkeiten der Überwindung von Krisen durch Potentialentfaltung wissen, und auf dem Hintergrund dieses Wissens Hilfesuchende *einladen, inspirieren* und *ermutigen* können, ihr Heilungspotential durch Selbsterkundung zu unterstützen.

- anwendungsorientierte therapeutische Kompetenz dank der praktischen Tätigkeit in der Klinik, der Umsetzung der im theoretischen Unterricht vermittelten Vorgehensweisen in praktischen Übungen in Patient-Therapeut-Supervisor-Triaden sowie der in der Patientenbehandlung unter Supervision erworbenen Praxiserfahrung besitzen und als reife Therapeutpersönlichkeiten persönlich, kompetent und flexibel Störungen mit Krankheitswert behandeln können.

GESAMTÜBERSICHT

Aufnahmeverfahren				
1. Jahr	2. Jahr	3. Jahr	4. Jahr	5. Jahr
Theoretische Ausbildung: insgesamt 1530 AE. Grundlagen der Psychotherapie: Mindestens 200 AE. Mindestens 400 AE vertiefte theoretische Ausbildung im Schwerpunktgebiet. Rest als sogenannte <i>freie Spitze</i>: die Differenz bis zu mindestens 1530 AE insgesamt.				
Selbsterfahrung mindestens 120 Std., davon einzeln mindestens 40 Std., Rest Gruppe. Gegebenenfalls ist zur Bearbeitung aktivierter Konflikte deutlich mehr zu empfehlen.				
Praktische Tätigkeit mindestens 1200 Stunden Psychiatrie und 600 Stunden Psychosomatik.		Praktische Ausbildung mindestens 600 Std. Patientenbehandlung unter mindestens 150 Std. Supervision, davon mindestens 50 Std. Einzelsupervision.		
Staatsexamen				

PRAKTISCHE TÄTIGKEIT

Wir empfehlen unseren Interessenten (m/w/d), nicht direkt nach dem Studium mit der praktischen Tätigkeit in Kliniken zu beginnen, sondern in den ersten Workshops der theoretischen Ausbildung psychiatrisches und psychodynamisches Wissen sowie eine Grundkompetenz im Umgang mit Patienten (m/w/d), in der Gesprächsführung und der Selbstfürsorge zu erwerben.

Meist zu Beginn der Ausbildung absolvieren die Teilnehmer (m/w/d) 1800 Stunden praktische Tätigkeit, davon 1200 Stunden an psychiatrischen klinischen Einrichtungen und 600 Stunden an psychosomatischen Einrichtungen, Reha-Kliniken oder Praxen.

SELBSTERFAHRUNG

Die alte Ausbildungs- und Prüfungsverordnung schreibt während der Ausbildung mindestens 120 Stunden Selbsterfahrung vor. In der ZIST Akademie werden davon meist (wir behalten uns Auflagen nach dem Bewerbungsgespräch vor) mindestens 40 Stunden Einzelselbsterfahrung bei kooperierenden Lehrtherapeuten (m/w/d) absolviert. Die geforderte Einzelselbsterfahrung muss bis zur Zwischenprüfung absolviert sein, damit die PiA gelernt haben, ihre eigenen, in ihrer Persönlichkeit wurzelnden Reaktionen während der Patientenbehandlung – die sogenannte Gegenübertragung – wahrzunehmen, bevor sie anfangen, mit Patienten zu arbeiten. Für die meisten PiA ist es dringend ratsam, in Belastungsphasen während der Ausbildung mehr als die vom Gesetzgeber geforderten Stunden Einzelselbsterfahrung in Anspruch zu nehmen. Die verbleibenden 80 Stunden Gruppenselbsterfahrung werden als solche im Curriculum ausgewiesen

Stunden = ganze Stunden
Std. = mindestens
50 Minuten in der
Patientenbehandlung
und Supervision
AE = Ausbildungseinheit
à 45 Minuten

und während einzelner dafür vorgesehener Workshops vermittelt und bescheinigt. Der überwiegende Teil auch der anderen Workshops der theoretischen Ausbildung schließt Übungen mit Selbsterfahrungscharakter ein. Diese zusätzliche Gruppenselbsterfahrung während der Theorievermittlung wird als freie Spitze verbucht.

THEORETISCHE AUSBILDUNG

Theoretischer Schwerpunkt der Ausbildung an der ZIST Akademie ist die tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie.

Die theoretische Ausbildung wird in dreißig meist fünftägigen stationären Workshops im Seminarzentrum ZIST Penzberg vermittelt. Die Workshops beginnen in der Regel am Sonntagabend und enden Freitagmittag, damit die Teilnehmer ausgeruht vom

Das Curriculum zur Ausbildung sowie die Dozenten (m/w/d) finden Sie auf der Webseite der ZIST Akademie: www.zist-akademie.de

Wochenende zur Ausbildung kommen und am Wochenende nach dem Workshop Zeit zur Integration des Gelernten haben.

- Die theoretische Ausbildung beinhaltet
- *theoretische Grundlagen* der Psychotherapie,
 - *vertiefte theoretische Ausbildung* im Schwerpunktgebiet *tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie* und die sogenannte
 - *freie Spitze*.

Die theoretische Ausbildung ist in den Bereichen *theoretische Grundlagen* sowie *vertiefte theoretische Ausbildung* inhaltlich festgelegt. Die darüber hinausgehende sogenannte *freie Spitze* kann inhaltlich von den Instituten selbst bestimmt werden.

- Die freie Spitze enthält an der ZIST Akademie
- Workshops zur Ergänzung des theoretischen Hintergrundes und zur Vermittlung neuer Therapieverfahren;
 - zusätzliche Gruppenselbsterfahrung;
 - die Rhythmische Körper-Bewusstseinsarbeit TaKeTiNa nach Reinhard Flatischler, die – wie die *Konzentrierte Bewegungstherapie* – die Möglichkeit bietet, die theoretischen Inhalte in Selbsterfahrung zu reflektieren;
 - Meditationsübungen, die erfahrungsbasiertes Lernen sowie psychosomatische Heilungsprozesse unterstützen und beschleunigen;
 - gelegentlich das Studium von während der Workshops erstellten Video-Mitschnitten der Demonstrationen sowie der zur Übung durch die Psychotherapeuten in Ausbildung kollegial geleiteten und supervidierten Therapiesitzungen;
 - das Studium psychodynamischer und soziologischer Prozesse sowie existenzieller Konflikte in Spielfilmen,
 - den Austausch und die kollegiale Supervision in den Intervallen zwischen den Workshops sowie
 - Zeit für die Examensvorbereitung.

Alle Seminare im Rahmen der *Grundlagen der Psychotherapie* sowie *vertiefte theoretische Ausbildung* im Schwerpunktgebiet *tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie*, die Übungen in Kleingruppen beinhalten, sind in der Regel auf achtzehn Teilnehmer beschränkt, neben den maximal sechzehn Gruppenmitgliedern des eigenen Ausbildungsjahrgangs können wenige Nachholer oder Gasthörer (jeweils m/w/d) hinzukommen. Für Seminare mit vorwiegend Vorlesungscharakter können zwei Gruppen von je sechzehn Teilnehmern zu einer Gruppe von maximal zweiunddreißig zusammen unterrichtet werden. Versäumte Workshops können an äquivalenten Workshops späterer Jahrgänge nachgeholt werden.

PRAKTISCHE AUSBILDUNG
Die PiA führen ihre Patientenbehandlungen entweder in der Institutsambulanz der ZIST Akademie oder in einer der im gesamten Bundesgebiet mit der ZIST Akademie kooperierenden Lehrpraxen durch. Das Psychotherapeutengesetz schreibt Patientenbehandlungen von mindestens 600 Behandlungsstunden vor, die im Verhältnis 4:1 in mindestens 150 Stunden supervidiert werden müssen.

DER LEHRKÖRPER
Für die theoretische Ausbildung kooperiert die ZIST Akademie mit herausragenden Dozenten (m/w/d) mit langjähriger Erfahrung in Praxis, Forschung und Lehre. Eine Liste der aktuell mit der ZIST Akademie kooperierenden Dozenten finden Sie im Internet unter: www.zist.de/de/zist-akademie/dozenten

Für die praktische Tätigkeit führt die ZIST Akademie Listen von bundesweit kooperierenden psychiatrischen und psychosomatischen Kliniken und Praxen, an denen die PiA ihre praktische Tätigkeit absolvieren können sowie Listen von Lehrpraxen, in denen die PiA die Patientenbehandlungen im Rahmen der praktischen Tätigkeit durchführen und von Lehrtherapeuten, bei denen die PiA zum einen die geforderte Einzelselbsterfahrung und zum anderen die Supervision der Patientenbehandlungen absolvieren können.

ALLEINSTELLUNGSMERKMALE DER AUSBILDUNG
Folgende Schwerpunkte sind kennzeichnend für die Ausbildung an der *ZIST Akademie für Psychotherapie*:

Breiter theoretischer Hintergrund
Die Ausbildung der ZIST Akademie vermittelt die grundlegenden und vertiefenden Konzepte der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie auf dem neuesten Stand einschließlich der zentralen Elemente verwandter oder daraus abgeleiteter Verfahren wie der Gestalttherapie und der in der Tradition des Freud-Schülers Wilhelm Reich stehenden tiefenpsychologisch fundierten Körperpsychotherapie. Die Ausbildung integriert darüber hinaus in Theorie und Selbsterfahrung Konzepte der Verhaltens- und der Hirnforschung, der transgenerational-systemischen Psychologie und spirituelle Aspekte menschlicher Entwicklung.

Theorievermittlung integriert mit Selbsterfahrung
Lernen geschieht, das bestätigt die Hirnforschung, vornehmlich im Zusammenhang mit emotional relevanter Erfahrung. Ebenso ist eine gründliche theoretische Vorbildung für den Beruf als Psychotherapeut (m/w/d) zwar wichtig, entscheidend ist jedoch die persönliche emotionale Erfahrung und deren kognitive Integration in der Selbsterkundung. Deswegen wird an der ZIST Akademie die Gruppenselbsterfahrung in die theoretische Ausbildung integriert und in der freien Spitze mehr Selbsterfahrung als offiziell gefordert vermittelt.

Die Lerngemeinschaft
Die Psychotherapeuten in Ausbildung (PiA) an der ZIST Akademie kommen aus dem gesamten Bundesgebiet. Sie leben während der Workshops der theoretischen Ausbildung zusammen im Seminarzentrum ZIST Penzberg (Bedingung auch für Teilnehmer aus der näheren Umgebung). Sie entwickeln dabei kollegiale Beziehungen und streiten, trauern und feiern miteinander. Sie lernen in Klient-Therapeut-Supervisor-Triaden miteinander, aneinander und voneinander und stellen einander durch Referate in Abendseminaren über die Pflichtfächer hinausgehende theoretische Modelle und praktische Therapieverfahren vor. Sie lernen auch außerhalb der Unterrichtszeit miteinander, indem sie sich in den Intervallen zwischen den Workshops in Privatwohnungen beziehungsweise in Skype- oder Telefonkonferenzen zum Erfahrungsaustausch und zum Üben treffen.

ANMELDUNG
Bitte melden Sie Ihr Interesse an der Ausbildung über unsere Webseite (<https://www.zist.de/de/akademie/bewerbung-und-termine>) an. Sie erhalten dann Informationen zum Antragsverfahren mit Fragen zu Ihrer persönlichen und beruflichen Entwicklung, Ihrer Motivation, Ihren Zielvorstellungen und weiteren Gegebenheiten. Bitte verwenden Sie bei Ihrer Korrespondenz die Nummer der entsprechenden Ausbildung.

Wir leiden heute nicht an dem, was einmal zu viel war oder gefehlt hat, sondern daran, dass wir an den reaktiven Mustern in Wahrnehmung, Fühlen, Denken und Handeln festhalten, mit denen wir in der Vergangenheit über die Runden gekommen sind.

Wolf Büntig

DATEN & PREISE

Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie auf den einfachsten Nenner gebracht

Die tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie gehört zu den sogenannten psychodynamischen Verfahren. Psychodynamik bedeutet das seelische Spiel zwischen Impuls und Hemmung, zwischen seelischer Wahrnehmung und körperlicher Manifestation im Verhalten. Tiefe bezieht sich einerseits auf die unbewussten Prozesse in der Tiefe der Seele, andererseits auf die Beziehung zwischen gegenwärtigem Erleben und Verhalten zu Erfahrungen in der Tiefe der Zeit, vor allem der frühen Kindheit. Die psychodynamischen Verfahren anerkennen die Erkenntnisse der Psychoanalyse durch Sigmund Freud und seine Nachfolger, nämlich die Theorie des Unbewussten, die Theorie der Übertragung und Gegenübertragung, von Abwehr und Widerstand, die in der Durcharbeitung fixierter Lebensgeschichte münden.

Menschliches Verhalten ist weitgehend motiviert durch unbewusste Triebe wie

- sexuelle Impulse (Sigmund Freud),
- Geltungsdrang (Alfred Adler),
- gesunde Aggression (Karen Horney),
- Überlebenstrieb, vor allem Hunger (Fritz Perls),
- kollektive Menschheitserfahrungen (Carl Gustav Jung) sowie
- eine starke Motivation zur Verwirklichung des umfassenden menschlichen Potentials (Carl Rogers, Abraham Maslow).

In frühkindlicher Anpassung an die Umwelt, auf die wir angewiesen sind, entwickeln wir ein *Ich-Ideal*, das nicht unserer wesentlichen Eigenart entspricht. In der Folge werden wir uns selbst fremd, indem wir

- uns mit diesem Ich-Ideal *identifizieren*,
- das Ich-Ideal gefährdende Impulse zur Wahrnehmung und Durchsetzung der Eigenart abwehren,
- damit verbundene Empfindungen, Gefühle und Emotionen wegdrücken (deprimieren),
- unliebsame Erinnerungen verdrängen,
- frühe Beziehungserfahrung auf die Beziehungen der Gegenwart übertragen und
- in der Gegenwart unangemessenes Verhalten an den Tag legen,
- Widerstand leisten gegen Veränderung durch die Abwehr von möglicherweise heilsamer Beziehungserfahrung in Partnerschaft oder Psychotherapie und
- infolge dieses Widerstandes vergangene leidvolle Erfahrung wiederholen.

Zentrales Element und gemeinsamer Nenner des Widerstandes ist die Abwehr von mitmenschlichem Kontakt, der die Identifikation mit dem Ich-Ideal infrage stellen und in der *Regression* zur Entlastung von der Selbstüberforderung im Dienst an der Selbstoptimierung führen kann. Deshalb ist die Arbeit am Widerstand und an der Abwehr das wirksamste Mittel der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie.



● INFORMATIONSTAG ZUR APPROBATIONS-AUSBILDUNG ZUM PSYCHOLOGISCHEN PSYCHOTHERAPEUTEN (M/W/D)

Dr. Sandra Hagen

An den Informationstagen können Psychologen (m/w/d), die an einer Ausbildung in tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie an der *ZIST Akademie für Psychotherapie* interessiert sind und die ihr Studium bis zum 30.8.2020 aufgenommen haben,

- Dr. Sandra Hagen als Leiterin der ZIST Akademie,
- das Curriculum der Ausbildung im Überblick,
- einen Vortrag zur Einführung in die Tiefenpsychologie eines an der ZIST Akademie approbierten Psychotherapeuten (m/w/d) hören sowie
- das Seminarzentrum ZIST Penzberg und die Umgebung kennenlernen und alle Fragen stellen, die sie bewegen.

INSTITUTSAMBULANZ DER ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE

Die *ZIST Akademie für Psychotherapie* vermittelt Erwachsenen mit psychischen und psychosomatischen Problemen Hilfe durch fachkundige psychotherapeutische Behandlung mit dem Schwerpunkt tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie.

Behandlung

Die Behandlung wird in der Institutsambulanz der ZIST Akademie in Penzberg sowie in bundesweit kooperierenden Lehrpraxen durchgeführt. Die Behandler sind Psychologen (jeweils m/w/d), die nach einem Studium mit Diplom- oder Master-Abschluss in einer fünfjährigen psychotherapeutischen Fachausbildung an der ZIST Akademie nach anderthalb Jahren Klinikerfahrung Patientenbehandlungen unter der Supervision durch erfahrene Psychotherapeuten (m/w/d) durchführen.

In einem ersten Beratungsgespräch klären die Leitung der ZIST Institutsambulanz beziehungsweise die niedergelassenen Lehrpraxisinhaber (m/w/d) mit dem Patienten (m/w/d), welche Form der psychotherapeutischen Behandlung sinnvoll erscheint und welcher Psychotherapeut aktuell zur Verfügung steht.

Kosten

Die Kosten für die Behandlung in der ZIST Institutsambulanz beziehungsweise in den kooperierenden Lehrpraxen werden von den gesetzlichen Krankenkassen getragen (keine Kostenübernahme durch private Krankenkassen).

Kontakt für Patienten und überweisende Kollegen (jeweils m/w/d)

Bitte wenden Sie sich entweder telefonisch oder per E-Mail an die Institutsambulanz der ZIST Akademie
Zist 1 | 82377 Penzberg
Tel.: +49-8856-936917
Di. – Do.: 9.30 h – 11.00 h
Bettina Rauh
E-Mail: ambulanz@zist-akademie.de
oder an eine der bundesweit kooperierenden Lehrpraxen, die Sie auf unserer Webseite www.zist.de/de/institutsambulanz finden.

DATEN & PREISE

Informationstag zur Approbationsausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten (m/w/d)

jeweils 9.30 h – circa 17.00 h
Mo., 24.2.2025 Nr. 250200
Sa., 26.7.2025 Nr. 250700
Sa., 20.9.2025 Nr. 250900
Mittagessen, Obstkorb und Pausengetränke 20 €
Preisänderung vorbehalten
Ort: ZIST Penzberg
Mittagessen, Obstkorb und Pausengetränke 20 €
Preisänderung vorbehalten
Ort: ZIST Penzberg

Bitte melden Sie sich über unsere Webseite an:
<https://www.zist.de/de/akademie/ueber-die-akademie/infotag>



Nicht weil es schwer ist, wagen wir
es nicht, sondern weil wir es nicht
wagen, ist es schwer.

Lucius Annaeus Seneca

● ● ● ● ● ZIST PROGRAMM



Michael
Bachg



Mascha
Bleckwenn-Gulde



Astrid
Bosshard



Peter
Bourquin



Ela
Buchwald

Michael Bachg, Dipl.-Psych., Psychologischer Psychotherapeut sowie Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeut, Supervisor, Ausbilder, Begründer der Methode Feeling-Seen, Leiter des Feeling-Seen Institut und des *Albert Pesso Institut* für Fort- und Weiterbildung in Pesso-Therapie und Feeling-Seen. Dozent der Ärztekammer Niedersachsen sowie an zahlreichen Ausbildungsinstituten in Deutschland, Österreich, Niederlande, Tschechische Republik, China und den USA.

www.albert-pesso-institut.de
www.feeling-seen.de

-> Elterngespräche nach Feeling-Seen,
Seite 56

Mascha Bleckwenn-Gulde, Dipl.-Psych., Psychoanalytikerin, Psychologische Psychotherapeutin für analytische und tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie
Schwerpunkte: Entwicklungspsychologie und phasenspezifische Störungen/Unbewusstes in Traum und Bild.

-> Entwicklungspsychologie 1, Seite 57
-> Entwicklungspsychologie 2, Seite 57

Astrid Bosshard, geb.1964, Master TaKeTiNa Teacher, Musik- und Bewegungspädagogin mit Professur an der *Hochschule für Musik Basel*, Erforschung und Integration von TaKeTiNa Prinzipien in der Musikpädagogik, Studium Mozarteum/Orff Salzburg, Humanistische Psychotherapie ZIST, Weiterbildung Embodied Voice Work, Alexandertechnik, Polarity, SE und psychotherapeutischer Selbsterfahrung. Seit 1999 TaKeTiNa Workshops in verschiedenen Feldern.

-> TaKeTiNa – Durch Rhythmus zu Bewusstsein, Seite 24

Peter Bourquin ist gebürtig Deutscher und lebt und arbeitet seit 1998 als Leiter des Instituts ECOS unweit von Barcelona in Spanien. Ausgebildet unter anderem in Gestalttherapie, Integrative Psychotherapie (mit Richard Erskine) und Brainspotting (mit David Grand), arbeitet er hauptsächlich mit dem Familienstellen und ist international tätig. Seit 2008 leitet er gemeinsam mit Carmen Cortés Seminare für allein gebliebene Zwillinge. Er ist Autor von neun Büchern sowie zahlreicher Artikel.

Auf Deutsch sind unter anderem erschienen:
Peter Bourquin & Carmen Cortés:

Der allein gebliebene Zwilling, Innenwelt Verlag, Köln, 2016

Peter Bourquin: *Heilung ist ein Raum*, Synergia Verlag, Basel, 2012

Peter Bourquin & Kirsten Nazarkiewicz (Hg.): *Trauma und Begegnung*, Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen, 2017
www.ecosweb.net

-> Der allein gebliebene Zwilling,
Seite 14, 36

Ela Buchwald, Mutter von drei erwachsenen Kindern, ist Heilpraktikerin, Traumatherapeutin (Somatic Experiencing) und ausgebildet in Bewusstseins- und Körperarbeit. Geprägt von der langjährigen Zusammenarbeit mit Diana Richardson (Slow Sex) liegt der Schwerpunkt ihrer Arbeit auf dem Thema *Entspannte Sexualität* und körperorientierte Therapie. Ela Buchwald ist Produzentin des Films *Slow Sex – wie Sex glücklich macht*. Sie arbeitet als Coach, Seminarleiterin und Autorin.

www.elabuchwald.de
www.einfach-liebe.de

-> Das Einfach Liebe Retreat für Paare,
Seite 18

ZIST PROGRAMM

● ● ● ● ●



Volker
Buchwald



Maja
Büntig-Ludwig



Sabine
Bundschu



Russell
Delman



Karin
Enz Gerber

Volker Buchwald, Vater von drei erwachsenen Kindern, ist Golf- und Meditationslehrer und ausgebildet in Bewusstseinsarbeit. Das Kennenlernen der Arbeit von Diana und Michael Richardson (Slow Sex) im Jahr 2003 war für ihn ein tiefgreifender, persönlicher und heilsamer Veränderungsprozess und ganz entscheidender Wendepunkt in seinem Leben. Seitdem forscht er zusammen mit seiner Frau Ela Buchwald auf dem Gebiet von Liebe und *Entspannter Sexualität* und arbeitet als Coach, Seminarleiter und Autor zu diesem Thema.

www.einfach-liebe.de

-> Das Einfach Liebe Retreat für Paare,
Seite 18

Maja Büntig-Ludwig, geb. 1963. Vierjährige Ausbildung in der Feldenkrais-Methode bei Bruria Milo, Edward Dwell, Alison Rapp, Carl Ginsburg, Angel De Benedetto, Myriam Pfeffer und Roger Russell. Anschließend Advanced Trainings bei Eli Wadler. Weiterbildung Somatic Experiencing bei Peter Levine und Larry Heller. Seit 2010 selbstständig als Feldenkrais Lehrerin.

-> Bewegungs-Spielräume, Seite 21

Sabine Bundschu, geb. 1959. Schauspielerin, Sängerin, Komponistin und TaKeTiNa Rhythmuspädagogin. Circle Singing Ausbildung bei Rhiannon. Gruppenleiterin TaKeTiNa, Stimme, Improvisation, Rhythmus Rahmentrommel. Freie Dozentin an der Theater *Akademie München*, *Hochschule für Schauspielkunst Ernst Busch, Berlin*, *Sibelius Academy Helsinki*, *Bayerische Philharmonie*, *Trauma Hilfe Zentrum München*. Interaktive Konzerte und Workshops auf Kongressen und Firmen Events (Allianz, BMW, RTL, Wöhr, Marco Polo, IBM, DGfS). Sprecherin und Sängerin auf zahlreichen CDs.

www.sabinebundschu.de

-> When The Drummers Were Women,
Seite 18, 24

-> TaKeTiNa – Schnuppertag, Seite 65

Russell Delman began his study Zen meditation and somatic psychology in 1969 as an undergraduate student in psychology. His training and personal relationship with Moshé Feldenkrais began in 1975, and he has since helped train more than 2500 Feldenkrais teachers all over the world. In recent years, Russells close friendship with Eugene Gendlin has strongly influenced his work. Russell offers a mentorship program in *The Embodied Life*.

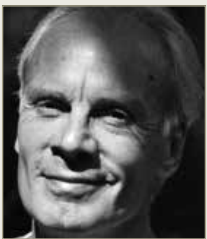
www.russelldelman.com

-> The Embodied Life Retreat, Seite 21, 28

Karin Enz Gerber, geb. 1964, Rhythmus-, Stimm- und Improvisationslehrerin, Körpertherapeutin, Ausbildung in TaKeTiNa Rhythmuspädagogik (Reinhard Flatischler) und Humanistischer Psychotherapie (Wolf Büntig) in ZIST, Weiterbildung in Embodied Voice Work (Lisa Sokolov), Polarity Therapeutin, SE Traumatherapie. Seit 1996 Kursleiterin für *Körpermusik* (Stimme, TaKeTiNa, Improvisation) im *Atelier für Körpermusik* in Liestal (CH). Leitung der Aus- und Weiterbildung *Körpermusik* mit Andreas Gerber.

www.koerpermusik.ch

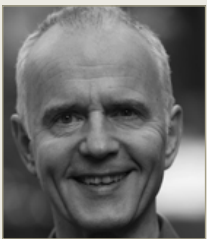
-> Singing Pool, Seite 26



Peter Erlenwein



Linda Evans Delman



Johannes Feuerbach



Anna-Maria Flatischler



Reinhard Flatischler

Peter Erlenwein, Dr. phil., ist Heilpraktiker beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie, Sozialwissenschaftler, Autor und wirkte als Radiojournalist beim BR 20 Jahre als freier Mitarbeiter. Er war unter anderem Lehrbeauftragter am *C. G. Jung Institut* in Zürich, hatte einen Lehrauftrag für Interreligiösen Dialog an der Hochschule für Theologie und Philosophie in Pune, Indien. In Bezug auf Tanz hat er zahlreiche Aus- und Weiterbildungen absolviert, unter anderem *African Dance* bei M. Vandewalle (in Brüssel, Haiti und im Senegal), *Movement Analysis* bei Amos Hetz in Israel und *Contact Improvisation* bei Nancy Smith, USA. Seine besondere Leidenschaft gilt dem freien Tanz, den er aus der bioenergetischen Körperarbeit heraus mittels spontaner Improvisationen im therapeutischen Feld wie in offenen Ausdruckstanzprozessen einsetzt. -> *Dance it: A walk on the wild side*, Seite 24

Linda Evans Delman has been an international consultant and educator in the fields of psychology, conscious movement and spirituality for over 40 years. She trained directly with Dr. Moshé Feldenkrais, graduating in 1983 and is an authorized Feldenkrais trainer and *educational director*. She joined the faculty of the *Embodied Life School* in 2015. She is a certified counselor in anthroposophical psychology. Spacial dynamics, choreocosmos, meditation, prayer and mother nature have been deep influences in her life. Her study of consciousness, movement and freedom, continues to guide her life. She lives on Cape Cod, in the United States with her husband Russell. -> *The Embodied Life Retreat*, Seite 21, 28

Johannes Feuerbach, Dipl.-Päd. Aus der Lomi-Körperarbeit, der Gestalttherapie, der Kontemplation und dem Tango entwickelte er *Beziehung, die man tanzen kann* als

Selbsterfahrungsmethode für Paare, die er in mehreren europäischen Ländern unterrichtet. In der Ausbildung von Gestalttherapeuten (m/w/d) arbeitet er als Dozent, Lehrtherapeut und Supervisor; in seiner Berliner Praxis mit den Schwerpunkten Paar- und Gruppentherapie und Kontemplation. Er ist von der Europäischen Vereinigung für Psychotherapie (EAP) und der Europäischen Vereinigung für Gestalttherapie (EAGT) akkreditiert. Veröffentlichungen (2010): *Beziehung, die man tanzen kann: Selbsterfahrung für Paare*. In: Musik-, Tanz- und Kunsttherapie. 21. Jg., H. 3, S. 113–122 (2017): *Beziehung, die man tanzen kann: Partnerschaft und Tango*. In: Ralf Sartori (Hg.): *Tango Global Bd. 3 – Tango in Berlin*. Allitera: München, S. 122–144 (2019): *Das Selbst als Tor und Brücke in den Basisbewegungen des Tango Argentino*. In: Musik-, Tanz und Kunsttherapie. 29. Jg., H. 1, S. 29–34 (2022): *Beziehung, die man tanzen kann – Gestalttherapeutische Perspektiven*. In: Gestalttherapie – Forum für Gestaltperspektiven. 36. Jg, H. 2, S. 95–119 (Die Essays sind als Sonderdruck in ZIST erhältlich.) www.paartherapie-feuerbach.berlin -> *Meditationen für zwei*, Seite 30 -> *Beziehung, die man tanzen kann*, S. 19 -> *Achtsamkeit, Kontakt und Prozess: Gestalttherapeutische Konzepte und ihre Anwendung*, Seite 36

Anna-Maria Flatischler ist TaKeTiNa Rhythmspädagogin im Master-Training und leitet gemeinsam mit Reinhard Flatischler Ausbildungen in Europa und Brasilien, sowie die Rhythmustherapie Weiterbildung in Nürnberg. Sie hat Querflöte, Musikpädagogik, Musikvermittlung und Kammermusik studiert und verfügt über 20 Jahre Unterrichtserfahrung an Musikschulen und Musikhochschulen. Als Infor-

mationsdesignerin und Geschäftsführerin von TaKeTiNa Online arbeitet sie an der Schnittstelle von Musik, Pädagogik und Design. Ihre Expertise wird durch zahlreiche Weiterbildungen im Bereich hypnotherapeutische Kommunikation am Milton Erickson Institut sowie durch Workshops im Bereich Stimme, unter anderem bei Lisa Sokolov, Daniel Prieto und in der Complete Vocal Technique, abgerundet. www.taketina.com -> 55 Stunden TaKeTiNa nonstop, Seite 25

Reinhard Flatischler wurde 1950 in Wien geboren und absolvierte ein Studium an der Wiener Musikuniversität, bevor er bei Meistertrommlern weltweit jahrelang Trommeln und Perkussion studierte. 1970 begründete er die TaKeTiNa Rhythmspädagogik. In über 25 Ausbildungen in Europa, den USA, Australien und Brasilien bildete er bereits mehr als 400 TaKeTiNa Rhythmspädagogen aus. Er ist Komponist und Begründer der legendären Gruppe *MegaDrums*, in der er einige der besten Perkussionisten unserer Zeit vereinte und mit ihnen auftrat, unter anderem Zakir Hussain, Aíro Moreira, Glen Velez, Leonard Eto (KODO), Samulnori und Johnny Bertl hat er mit *TaKeTiNa Symphonic* einen neuen Stil der sinfonischen Orchestermusik geschaffen. Flatischlers einzigartige Arbeit verbindet die Bereiche Musik, Bildung, Therapie, Performance und Meditation. Er ist Autor von vier Büchern und Komponist/Produzent von acht preisgekrönten Alben, die Bestseller im Bereich rhythmusorientierter Musik sind. Veröffentlichungen *TaKeTiNa – die heilsame Kraft rhythmischer Urbewegungen*, Irisiana Verlag (2012) *Urkraft Rhythmus*, Junfermann Verlag (2009)



Kathrin Franckenberg



Andreas Gerber



Thomas Geßner



Devapria Gokani



Christian Gottwald

Rhythm for Evolution, Schott Verlag (2006) *Rhythmus als Weg*, Synthesis Verlag (2000) www.taketina.com -> 55 Stunden TaKeTiNa nonstop, Seite 25

Kathrin Franckenberg, Point Zero Painting Trainerin, Künstlerin, Kunstglaserin, Coach und Maltherapeutin, entdeckte in den 1990er-Jahren ihre Begeisterung am Malen wieder. Sie begegnete 2001 dem Point Zero Painting und Michele Cassou (USA), wurde ihre Assistentin und ist von ihr autorisierte Trainerin für Europa. Sie gibt eigene Workshops und Weiterbildungsseminare zur Kreativitätsentwicklung und -entfaltung bei Kindern und arbeitet als Coach mit künstlerischen Methoden für Einzelpersonen und Organisationen. www.malfreude.de -> *Point Zero Painting – Die Kraft der kreativen Freiheit erleben*, Seite 25

Andreas Gerber, geb. 1956, Musiker, Rhythmus- und Improvisationslehrer im *Atelier für Körpermusik* in Liestal (CH). Zwanzig Jahre Lern- und Lehrerfahrung mit TaKeTiNa Rhythmspädagogik und anderen Formen von Körpermusik. Ausbildung in TaKeTiNa Rhythmspädagogik (Reinhard Flatischler) und Humanistischer Psychotherapie (Wolf Büntig) in ZIST. Studienreisen nach Brasilien, USA, Westafrika, Bali, Indien, Korea. Dozent an der FHNW und in der Lehrer-/Lehrerinnenfortbildung. Seit 2007 Leitung der Aus- und Weiterbildung *Körpermusik* mit Karin Enz Gerber. www.koerpermusik.ch -> *Singing Pool*, Seite 26

Thomas Geßner, Dipl.-Theologe, Lehrtherapeut für Systemaufstellungen (DGfS), Autor. 1964 in Halle (Saale) geboren, zwei Kinder, verheiratet. Er war 20 Jahre evangelischer Pfarrer, bevor er sich 2011 ganz

dem Aufstellen zuwandte. An seinem Ausbildungsinstitut in Halle (Saale) praktiziert und lehrt er phänomenologische Aufstellungsarbeit, Lebensintegrationsprozess (LIP nach Nelles) und Beratung. Er verbindet dies mit seinen beruflichen Wurzeln in der Seelsorge. Darüber hinaus ist er in vielen europäischen Ländern als Gastdozent tätig. Thomas Geßner arbeitet für Menschen, die es mit sich selbst leichter haben wollen. Er unterstützt sie dabei, die gegenwärtige Bewegung ihres Lebens wahrzunehmen, sie klarer zu erkennen und sich ihr anzuvertrauen. Methodisch legt er dabei den Fokus auf das relativ sichere *Jetzt* eines Menschen im Unterschied zum möglicherweise bedrohlichen *Damals*. Inhaltlich geht es darum, was das Leben gerade von uns will und wie wir dem folgen können. Literatur Thomas Geßner: *Der blaue Fisch. Über den Zeitgeist*, Innenwelt Verlag, Köln, 2022 Thomas Geßner: *Wie wir lieben. Und was wir alles aus Liebe tun oder vermeiden*, Innenwelt Verlag, Köln, Edition Neue Psychologie, 2018 Wilfried Nelles, Thomas Geßner: *Die Sehnsucht des Lebens nach sich selbst. Der Lebensintegrationsprozess in der Praxis*, Innenwelt Verlag, Köln, 2014 www.gessner-aufstellungen.de -> *Werden, was ich bin.*, Seite 14 -> *Wozu bin ich krank? Symptome und unbewusste Liebe*, Seite 21, 36

Devapria Gokani, geb. 1964 in einer indischen Familie, lebt und atmet Devapria Ayurveda und Massage länger als sie sich erinnern kann. Sie ist ausgebildet in Tiefengewebsmassage (Rebalancing), Holistischer Massage, Craniosacraler Biodynamik, Ayurvedischer Yogamassage, Hawaiiianischer Massage, Japanischer Gesichtsmassage, Holistic Counselling, Primärtherapie, Lachyoga, ISP (Integrale Somatische

Psychologie) und Gurdjieff Movements. Außerdem hat sie verschiedene indische Tanzstile studiert und sich mit anderen internationalen Tanzstilen beschäftigt. Sie leitet Tanzworkshops, Trainings in Massage und gibt Einzelsitzungen in vielen Ländern. Ihre meditative Haltung ist ihr dabei die wichtigste Inspirations- und Kraftquelle. -> *Freier Fluss für einen freien Kopf – mit indischer Kopfmassage*, Seite 22, 37

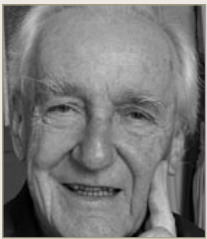
Christian Gottwald, Dr. med., geb. 1943, verheiratet seit 1974, zwei erwachsene Söhne. Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Psychoanalyse. Hakomi-Lehrtherapeut. Eigene vertragsärztliche Praxis in München. Dozent und Supervisor in der Weiterbildung von Psychotherapeuten (m/w/d) in bewusstseinszentrierter Körperpsychotherapie. Coaching und Teamentwicklung. Veröffentlichungen zum Thema Neurobiologie und Körperpsychotherapie. www.gottwald-eidos.de -> Vortrag: Einführungsabend in die moderne bewusstseinszentrierte Körperpsychotherapie mit praktischen Übungen, Seite 65 -> *Öfter wohl, zufriedener oder glücklich sein können*, Seite 15



Sandra Hagen



Reinhard Hauser



Curd Michael Hockel



Martin Höhn



Richard Hoffmann

Sandra Hagen, Dr. phil., geb. 1979, verheiratet, drei Kinder; Ausbildung in Systemischer Psychotherapie; Psychologische Psychotherapeutin (VT); Promotion über die Behandlung von Patienten (m/w/d) mit emotional-instabiler Persönlichkeitsstörung; PESSO Therapeutin.
-> Informationstag zur *Approbationsausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten (m/w/d)*, Seite 64, 83

Reinhard Hauser, Dr. phil., eidgenössisch anerkannter Psychotherapeut, Coach, Supervisor und Gruppenleiter, begleitet seit 30 Jahren Veränderungsprozesse mit Einzelpersonen, Paaren, Führungspersonen und Teams (u. a. ETH Zürich). Als Facilitator in der *Worldwork Methodologie* unterstützt er Konfliktarbeit und Gruppenbildungsprozesse in Klein- und Großgruppen. Mit Keynotes an Konferenzen und Publikationen unterstützt er Prozessarbeit weltweit, zuletzt *Prozessorientierte Psychotherapie. Eine Einführung in Theorie, Methoden und Praxis*, Psychosozial Verlag, 2022. Reini ist verheiratet und lebt in Zürich.
Mitgliedschaften
Institut für Prozessarbeit (IPA), Zürich
ZIST Akademie für Psychotherapie, Penzberg, Deutschland
Fachverband Schweizer Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten (ASP)
Internationale Assoziation Prozessorientierte Psychologie (IAPOP)
Internationale Federation for Psychotherapy (IFP)
www.reinihauser.net
-> Gruppenpsychotherapie – Leitung ambulanter Gruppen, Seite 38, 59

Curd Michael Hockel, Dipl.-Psych., geb. 1943, Studium der Philosophie und Psychologie, Diplompsychologe 1970. Kinderforschung 1973–1976, freie Praxis seit 1.10.1976; Gründungspräsident der Europäischen Föderation der Berufsverbände von Psychologen (EFPA) 1981–1982. Leitete von 1979–1991 die Abteilung Psychologie/Psychotherapie des Münchner Gesundheitsparks. Gesprächspsychotherapeut GwG seit 1976, Ausbilder in GPT seit 1977, Lehraufträge in Kinderpsychotherapie und GPT an der UNI München und Innsbruck. Berater für TV-Serie SAFE von Caroline Link (ZDF Mediathek).
www.hockel.net
-> Einführung in die Spieltherapie, Seite 39, 55

Martin Höhn, geb. 1976. Focusing-Berater und -Ausbilder (DFI), Hochschuldozent und Musikpädagoge. Studium der Elementaren Musikpädagogik. Ausbildungen in Focusing-Therapie und TaKeTiNa. Langjährige Tätigkeit als Gruppenleiter und Kreativtherapeut.
www.martinhohn.de
-> TaKeTiNa – Schnuppertag, Seite 65

Richard Hoffmann, Psychologischer Psychotherapeut. Ausbilder für tiefenpsychologisch fundierte Körperpsychotherapie und international zertifizierter Supervisor für Pesso Boyden System Psychomotor – PBSP.
-> Szenische Psychotherapie, Reparenting (Pesso), Seite 60



Klaus Horn



Barbara Innecken



Christoph Keil



Angela Klopstech



Michael Kraft

Klaus Horn, Dr., beschäftigt sich mit menschlichen Veränderungsprozessen. Er sammelte Erfahrungen in der Sozialarbeit, Managementberatung, Meditation und spiritueller Therapie, systemischen Ansätzen sowie der ganzheitlichen Personal- und Organisationsentwicklung. Er studierte Philosophie und Sozialwissenschaften und promovierte in Psychologie. Heute arbeitet er als persönlicher Coach und Trainer für Organisationen sowie in der Aus- und Weiterbildung von Coaches und Trainern (jeweils m/w/d). Klaus Horn ist zertifizierter Lehrtrainer für Systemaufstellungen (DGfS), anerkannter Lehrcoach des Deutschen Coaching Verband sowie anerkannter Mastertrainer für Systemaufstellungen Infosyon.
www.horncoaching.de
www.dr-horn-training.de
-> Power of Silence – die Frequenz der Stille, Seite 39

Barbara Innecken, Heilpraktikerin beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie, Pädagogin, Sprachtherapeutin, Lehrtherapeutin für Systemaufstellungen (DGfS), NIG Dozentin und Gründerin des NIG Instituts. Sie arbeitet in eigener Praxis und lehrt das von Eva Madelung entwickelte Neuro-Imaginative Gestalten (NIG) im In- und Ausland. Ihr behutsamer und klarer Umgang mit Aufstellungsarbeit sowohl in der Selbsterfahrung als auch in der Fortbildung stützt sich auf ihre jahrzehntelange praktische Erfahrung mit verschiedenen therapeutischen Vorgehensweisen, unter anderem auch auf die Einbindung traumatheapeutischer Methoden.
Literatur (Auswahl)
Barbara Innecken: *Auf der Suche nach den gefundenen Kraftquellen*. In Jaquet, Ziepert und Ohler (Hrsg.): *Vom Träumen und Aufwachen*, Carl-Auer Verlag, 2022
Barbara Innecken: *Bildhafte Ressourcen*.

M. Lockert (Hrsg.): *Perlen der Aufstellungsarbeit*, Carl-Auer Verlag, 2018
Barbara Innecken: *Traumasppezifische Vorgehensweisen in Aufstellungen*. In Bourquin und Nazarkiewicz (Hrsg.): *Trauma und Begegnung*, Vandenhoeck & Ruprecht, 2017
E. Madelung und B. Innecken: *Im Bilde sein. Vom kreativen Umgang mit Aufstellungen in Einzeltherapie, Beratung, Gruppen und Selbsthilfe*, Carl-Auer Verlag, 2015
Barbara Innecken: *Weil ich euch beide liebe – Systemische Pädagogik für Eltern, Erzieher und Lehrer*, Tredition Verlag, 2015
www.barbara-innecken.de
www.nig-institut.de
-> Familienaufstellungen, Seite 19
-> Weil ich euch beide liebe, Seite 20

Christoph Keil, geb. 1977, Dipl.-Psych., Psychologischer Psychotherapeut in tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie. Seit 2017 niedergelassen in eigener Praxis. Verheiratet, drei Kinder. Seit 2002 praktizierender Schüler im Diamond Approach. Nach zwölfjährigem Lehrertraining zertifizierter Diamond Approach Lehrer.
<https://ridhwan-stiftung.de/deutschsprachige-lehrende-des-diamond-approach/>
-> Selbsterkundung und Essenz, Seite 16, 28

Angela Klopstech, Dr. rer. oec., Dipl.-Psych., Dipl.-Math., Psychologische Psychotherapeutin, Ausbilderin am *International Institute for Bioenergetic Analysis*, New York. Ausbildungs- und Methodenhintergrund: Bioenergetische Analyse, Gestalttherapie, Tanztherapie, EMDR, Positive Psychology (Tiefenpsychologisch fundierte Körperpsychotherapie/Bioenergetische Analyse).
-> Energiekonzepte der psychodynamischen Körperpsychotherapie, Seite 61

Michael Kraft. Nach der Schule freie Mitarbeit in der Ausgrabung Alt-Ägina. Zivildienst in einer Schule für mehrfach behinderte Kinder. Studium der klassischen Archäologie und Altphilologie. Ausbildung an der *Graf-Bothmer-Schule für Gymnastik*. Selbstständiger Inhaber eines Fachgeschäftes für Naturkost und Baubiologie. Berater und Entwickler für ökologische und soziale Projekte. Seit 2005 selbstständiger Bestatter zusammen mit Susanne Kraft. Seit 2005 Trainer für Gewaltfreie Kommunikation.
-> Dem Tod neu begegnen – Abschied und Bestatten als Tor zum Leben, Seite 15, 28



Susanne Kraft



Elmar Kruithoff



Sabine Löffler



Regina Lord



Túpac Mantilla

Susanne Kraft, Begleiterin für innere Entwicklung und Transformation. Künstlerische Arbeit mit Kindern und Müttern in arabischen SOS-Kinderdörfern. Studium der freien Malerei und Aufbaustudium Kunsttherapie, Dozentin an der Uni Witten (Aktzeichnen), ehrenamtliche Arbeit als Kunsttherapeutin mit traumatisierten Opfern der Bürgerkriege in Kroatien und Südafrika. Bestatterin im eigenen Unternehmen *Die Barke* in Herdecke und seit 2004 *Phönix – Individuell Bestatten* mit Michael Kraft, viele Jahre in der Ausbildung von Trauerbegleitern (m/w/d) bei den *Verwaisten Eltern* e. V. Seit 2002 zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg, heute auch als Mentorin und Assessorin in der Ausbildung.
-> Dem Tod neu begegnen – Abschied und Bestatten als Tor zum Leben, Seite 15, 28

Elmar Kruithoff ist Dipl.-Psych. und der Gründer des *Zentrum für Focusing Kompetenzen* in Roskilde, Dänemark. Er arbeitet mit Menschen daran, ihre Beziehungen, Entscheidungen und Selbstfürsorge zu verbessern, indem sie lernen, ihr inneres Erleben achtsam zu explorieren und ihr inneres Handeln in Richtung Empathie und Akzeptanz zu verändern. Elmar spricht Deutsch, Englisch und Dänisch. Er ist verheiratet und hat einen Sohn.
www.focusing-center.com
-> Frei sein vom inneren Kritiker, Seite 16

Sabine Löffler, Dipl.-Psych., Familientherapeutin, international zertifizierte PBSP Therapeutin (im deutschen Sprachraum als Pesso-Therapie bekannt) und Trainerin. Weiterbildungen in Ego-State-Therapie, Ressourcenorientierter Psychotherapie und Brainspotting. Langjährige Mitarbeit im sozialpsychiatrischen Dienst, eigene Praxis als Therapeutin (Einzel und Gruppen). Als langjährige Simultanübersetzerin von Al Pesso in seinen Weiterbildungen am Münchner CIP ist sie besonders dieser Psychotherapiemethode sehr verbunden, bleibt aber immer offen für weitere kreative Möglichkeiten oder der Verbindung verschiedener Ansätze, wie zum Beispiel Pesso-Therapie und Ego-State-Therapie. Gemeinsam mit Uwe Minde leitet sie Selbsterfahrungsseminare und Weiterbildungen für Therapeuten (m/w/d).
-> Come To Life – von Scham und Schuld zu Integration und Verbundenheit, Seite 16, 40

Regina Lord, Künstlerin, Therapeutin, Psychologin und Coach. Studium der Psychologie und Pädagogik an der LMU München. Studium der Kunst bei Professor Daucher, LMU München. Kunsttherapeutische Ausbildung am A.K.T. *Forum für Analytische und Klinische Kunsttherapie*. Therapeutische Weiterbildung in Gestalt, NLP, Bioenergetik und Aufstellungsarbeit. Lehrtätigkeit in Kunsttherapie an der Hochschule Nürtingen und der *Akademie der Bildenden Künste München*. Seit mehr als zwanzig Jahren Arbeit als Therapeutin und Coach mit Menschen in Lebenskrisen und Menschen, die mehr über sich erfahren wollen. Gleichzeitig Arbeit mit Führungskräften in diversen Unternehmen zur persönlichen Weiterentwicklung. Seit 2010 eigene Coaching-Ausbildung mit kunsttherapeutischen Mitteln.
-> Dem Leben mehr Farbe geben, Seite 26

Túpac Mantilla holds degrees in classical, world and Indian percussion from the University of Javeriana (Bogotá, Colombia), the New England Conservatory (Boston, USA) and Harvard University (Cambridge, USA). He performs regularly in concert halls such as Carnegie Hall, Lincoln Center and the Kennedy Center as well as at festivals such as Montreux, Newport and North Sea Jazz and collaborates with artists such as Bobby McFerrin, Esperanza Spalding, Julian Lage (with whom he was nominated for a Grammy for Best Contemporary Jazz Album in 2009), and lately with the legendary Indian tabla icon Zakir Hussain, with who he is nowadays touring worldwide with, as part of the Masters of Percussion project. He regularly teaches and holds lectures and residencies at educational institutions such as Stanford University, New York University, Carnegie Hall, Berklee College and universities across Europe. In 2012, he founded PERCUACTION (www.percuaction.com), an organization that develops and implements rhythm-based artistic and social programs around the world using his own rhythm curriculum. In 2018, Túpac launched R.I.T.M.O., a learning methodology and rhythm process for well-being, that helps people experience embodiment through rhythmic flow and reach deeper levels of consciousness and integration through movement and the use of the body as a musical instrument. In recent years, he began his latest training DRUM IT!, a Drums and Percussion training that integrates all his experience about world-percussion and his pedagogic approach.
www.tupacmantilla.com/tupacmantilla
www.tupacmantilla.com
-> Body Rhythm Flow, Seite 27



Angela Mende



Uwe Minde



Dietmar Mitzinger



Franke Nagel



Irmela Neu

Angela Mende. Mit ihrem reichen Erfahrungsschatz als Wirtschaftspsychologin (M.Sc.) und Qigonglehrerin baut Angela Mende die Brücke zwischen Coaching, Qigong und Aufstellungsarbeit. Seit 2014 selbstständig, lädt sie Menschen dazu ein, dem Leben zu vertrauen und offen zu sein für Veränderung und persönliches Wachstum. Angela Mende öffnet einen Resonanzraum, um mit sich selbst in Kontakt zu kommen, hinzuschauen, sich zu erforschen, zu erkennen und selbst anzunehmen. Auf diesem Nährboden dürfen Leichtigkeit und authentisches Sein gedeihen.
www.angelamende.de
-> Mit Qigong die Balance von Körper, Kopf und Herz entdecken, Seite 22, 40

Uwe Minde, Dipl.-Psych., Psychologischer Psychotherapeut, Verhaltenstherapeut, international zertifizierter PBSP Therapeut und Supervisor (Pesso-Therapie). Weiterbildung in klinischer Hypnose (MEG). Langjährige Mitarbeit in einer psychiatrischen Klinik. Dort Aufbau einer Station für chronisch Kranke sowie Aufbau einer psychotherapeutischen Station mit dem Ziel, verhaltenstherapeutische und tiefenpsychologische Konzepte zu integrieren. Seit 1998 in eigener Praxis in Darmstadt niedergelassen. Seit 2007 Durchführung von PBSP Gruppen in der eigenen Praxis. Seit 2013 Workshops am Benediktushof zum Thema *Heilende Erinnerungen*. Eine Erweiterung der heilenden Aspekte der PBSP Methode mit Methoden aus dem Zen-Training. Seit 2000 Zen-Training. Gemeinsam mit Sabine Löffler bietet er verschiedene PBSP Workshops an.
www.uweminde.de
-> Come To Life – von Scham und Schuld zu Integration und Verbundenheit, Seite 16, 40

Dietmar Mitzinger, Dipl.-Psych., Psychologischer Psychotherapeut und Supervisor. Er leitete 25 Jahre eine Lehrpraxis in Neuss und war Ausbildungsleiter für Yogalehrer an einem vom BDY anerkannten Yogalehrinstitut. Er ist heute Wissenschaftlicher Mitarbeiter im *Zentrum für Naturheilkunde und Planetare Gesundheit* im Universitätsklinikum Essen. Seit 35 Jahren Dozent für Yogatherapie und Begründer der Yoga-Basierten-Traumatherapie (YBT). Dietmar Mitzinger ist Autor von *Yoga in Prävention & Therapie* sowie von *Der Pranayama-Effekt*. www.yoga-basierte-traumatherapie.de
-> Einführung in die *Yoga-Basierte-Traumatherapie*, Seite 51, 65
-> Yoga-Basierte-Traumatherapie, Seite 49
-> Yoga-Basierte-Traumatherapie (YBT) Practitioner, Seite 23, 40

Franke Nagel, geb. 1980, Dipl.-Kulturpädagogin, verheiratet, drei Kinder. Seit 2008 praktizierende Schülerin im Diamond Approach. Zertifizierte Diamond Approach Lehrerin (nach zwölfjährigem Lehrertraining). Nebenberufliche Tätigkeit an der Waldorfschule Weilheim.
<https://ridhwan-stiftung.de/deutschsprachige-lehrende-des-diamond-approach/>
-> Selbsterkundung und Essenz, Seite 16, 28

Irmela Neu, Prof. Dr. phil., geb. 1950 in Stuttgart, ist Sprachwissenschaftlerin und Politologin mit Schwerpunkt *Interkulturelle und Empathische Kommunikation* sowie Friedensforschung. Bereits als Jugendliche beschäftigte sie die Frage, wie innerer Frieden zu erreichen sein kann. Nach Tanz und Yoga entdeckte sie die Kampfkunst Taekwondo und die Gesundheitslehren von Großmeister Seo Yoon-Nam (9. Dan im Taekwondo). Sie trainierte und unterrichtete in seinem Dojo, wobei sie den 3. Dan erreichte. An den Publikationen von *Meister Seo* war sie aktiv beteiligt. Darüber hinaus ist sie Trainerin für die *Grundübungen der Kraft* sowie für den *Herzkreis*; beide entstammen dem Formenkreis vom *Quan Dao Kung Fu*, die sie in eigenen Seminaren unterrichtet. Seit einiger Zeit trainiert sie Aikido, was eine Erweiterung der bisher erfahrungsuntermauerten Grundlagen darstellt, mit denen sie sich in zahlreichen Artikeln befasst hat. Zuletzt beteiligte sie sich mit einem Leitartikel im Buch *Kardiosophie*, das beim Tredition Verlag erschienen ist.
-> Aikido als Friedenskunst, Seite 23



Karin
Ortner-Willnecker



Winfried
Pohl



Katrin
Reuter



Meike
Rosenmeyer



Doris
Rothbauer

Karin Ortner-Willnecker, Dr. phil., Dipl.-Psych., Studium Psychologie (LMU München), Philosophie (Hochschule für Philosophie SJ), zehnjährige Forschungstätigkeit am Max-Planck-Institut für Psychologische Forschung und an der LMU München. Weiterbildungen unter anderem in Traumatherapie (E. Nijenhuis), Integrativer Psychotherapie (Fritz-Pearls-Institut), Initiatischer Therapie (Dürckheim), Mentaltechniken (unter anderem H. Leuner, L. Reddemann), Körperarbeit (unter anderem Clyde W. Ford, Visionary Craniosacral Work nach H. Milne), Paar- und Familienberatung (J. Juul), Heilarbeit (The Foundation for Shamanic Studies). Seit dem Jahr 2001 Praxis für Souveräne Lebensführung mit Schwerpunkt Traumatherapie, Lebensübergänge, Hochsensibilität.
www.ortner-willnecker.de
-> Fragestunde: Hochsensibel – den Gefühlen ausgeliefert?, Seite 30
-> Hochsensibilität und Spiritualität, Seite 16, 23
-> Fragestunde: Hochsensibilität und Traumata, Seite 31
-> Fragestunde: Hochsensibel oder psychische Störung?, Seite 31
-> Fragestunde: Hochsensibel – schön anstrengend, Seite 31
-> Fragestunde: Hochsensibilität im beruflichen Kontext, Seite 31
-> Fragestunde: Hochsensibel – Bereicherung und Herausforderung zugleich für Partnerschaft und Familie, Seite 31

Winfried Pohl, Dipl.-Psych., Psychologischer Psychotherapeut, Gestalttherapeut DVG, Supervisor BDP/DVG, Professional Coach DBVC. Ausbilder in Gestalttherapie. Gründer und Leiter des Gestalt-Zentrums Tübingen. Dozent der Landespsychotherapeutenkammer Baden-Württemberg sowie an zahlreichen Ausbildungsinstitutionen. Eigene vertragspsychotherapeutische Praxis.
www.gestaltzentrum-tue.de
-> Was ist, darf sein – Kultivierte Emotionalität, Seite 42

Katrin Reuter, Dr. phil., Dipl.-Psych., Psychologische Psychotherapeutin und Psychoonkologin, ausgebildet in kognitiver Verhaltenstherapie, Hypnotherapie und System- und Familienaufstellungen. Klinischer Tätigkeitsschwerpunkt innerhalb der Psychoonkologie in Praxis und Weiterbildung. Seit 2007 Mitarbeit bei Claudio Naranjo in der internationalen SAT Schule und seit 2014 Leiterin des Hoffman Institutes Frankreich und SAT Deutschland – Frankreich.
www.PPPO-freiburg.de
www.naranjo-sat.com
-> Das Enneagramm der Persönlichkeit und der Gesellschaft – ein erfahrungsorientierter Workshop, Seite 47, 64
-> Selbsterkenntnis und Lebendigkeit (SAT Modul I), Seite 17, 46
-> Wiederherstellung der Beziehungen (SAT Modul II), Seite 17, 47

Meike Rosemeyer Dr. phil., Master of Science Psychologin, Gestalttherapeutin, Heilpraktikerin (Psychotherapie). Angestellte Beraterin beim *Trainings- und Beratungszentrum Metis*, selbstständige Arbeit in eigener Praxis in Stuttgart und in der Erwachsenenbildung. Meditations- und Yogapraxis seit der Kindheit.
-> Was ist, darf sein – Kultivierte Emotionalität, Seite 42

Doris Rothbauer, Heilpraktikerin beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie, arbeitet seit 1998 in eigener Praxis mit Somatic Experiencing (SE). Nach langjähriger Assistenz bei Dr. Peter Levine und anderen Seniorlehrern (m/w/d) ist sie seit einigen Jahren Mitglied des Lehrteams des *Somatic Experiencing Trauma Institute* (SETI) und leitet SE Trainings europaweit. Zu ihrem Hintergrund gehören unter anderem Ausbildungen und Lehrtätigkeit in NARM (Dr. Laurence Heller) und Neuroaffektiver Entwicklungspsychologie (Dr. Susan Hart, Marianne Bentzen).
www.dorisrothbauer.de
-> Einführung in die Traumatherapie *Somatic Experiencing*, Seite 53, 64
-> Somatic Experiencing, Seite 52



Michael
Rupp



Irmgard
Schmelcher-
Haimerl



Brant
Secunda



Raja
Selvam



Lisa
Sokolov

Michael Rupp ist Heilpraktiker beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie in eigener Praxis in München. Davor war er viele Jahre als Sozialpädagoge in der Jugendhilfe tätig, davon fünf Jahre in der Leitung. Gleichzeitig arbeitete er im therapeutischen Fachdienst für zwei heilpädagogischen Tagesstätten. Er wurde in verschiedenen humanistischen Therapieformen, wie Bioenergetik und Arbeit mit dem Inneren Kind ausgebildet und studierte sieben Jahre Transpersonale Psychologie im Diamond Logos unter der Leitung von Faisal Muqaddam. Er ist Bodydynamic Therapeut, Supervisor und unterrichtet als Trainer Bodydynamic Foundation, Practitioner und Schock/Trauma in Deutschland und international, unter anderem in Kanada, England und der Türkei.
www.bodydynamic.de
-> Die Kraft des verkörperten Herzens, Seite 17, 42
-> Kontakt- und Bindungsfähigkeit, Seite 17, 43

Irmgard Schmelcher-Haimerl, Dipl.-Sozialpädagogin (FH) und Heilpraktikerin für Psychotherapie in eigener Praxis. Seit 1991 unter anderem ausgebildet in Bioenergetik in ZIST sowie in ressourcenorientierter Fachberatung in Psychotraumatologie (DeGPT/BAG) und als IFS Therapeutin bei Richard Schwartz und Susan McConnell. Ausbildungsleiterin des IIFS-Instituts Berlin und Mitglied im Kernlehrteam des IIFS-Instituts Heidelberg.
www.ifs-institut-berlin.de
www.praxis-schmelcher-haimerl.de
www.ifs-europe.net
-> Erforschung der Innenwelt, Seite 17, 43

Brant Secunda, Schamane und Heiler in der Tradition der Huichol Indianer aus Mexiko, hat eine umfassende Lehrzeit von zwölf Jahren bei dem bekannten, im November 1990 im Alter von 110 Jahren verstorbenen Schamanen Don José Matsuwa abgeschlossen. Brant ist der adoptierte Enkel von Don José und war sein naher Vertrauter. Als Direktor der *Dance of the Deer Foundation*, Zentrum für schamanische Studien in Kalifornien, leitet er weltweit Zeremonien und Workshops. Außerdem ist er Co-Autor des Buches *Fit Soul – Fit Body. So bringen Sie Körper, Seele und Geist in Bestform*.
www.shamanism.com
-> Schamanismus der Huichol, Seite 29

Raja Selvam, Ph.D., Ph.D. Sein Hintergrund umfasst die körpertherapeutischen Systeme der Postural Integration und der Bodydynamic Cranio Sacral Therapy, die körperorientierten Psychotherapiesysteme Somatic Experiencing und Biodynamische Analyse, Jungsche und Archetypische Psychologie, sowie die intersubjektiven und Objektbeziehungsschulen der Psychoanalyse. Raja Selvam ist Senior Trainer in Somatic Experiencing der *Foundation of Human Enrichment* und Mitglied der Fakultät des *Santa Barbara Graduate Institute* und Entwickler der Integralen Somatischen Psychologie (ISP). Seine Lehrtätigkeit erstreckt sich auf zwanzig Länder in Asien, Europa, Südamerika und dem Nahen Osten.
www.traumahealing.com
www.integralsomaticpsychology.com
-> Somatic Experiencing, Seite 52

Lisa Sokolov, M.A., CMT, ist Full Arts Professor an der *Tisch School of the Arts* der *New York University* und Leiterin des *Institute for Embodied Voice Work*, Institute for the Arts in Psychotherapy. Sie ist eine Pionierin in der Entwicklung von Stimmtechniken in der Musiktherapie, gibt weltweit Konzerte, leitet Workshops in Stimm- bildung und hält Vorträge. Ihre CDs sind preisgekrönt, Presence gewann die Auszeichnung *Best of the Year Masterpiece* und kam auf die *Best of the Decade list* des *DownBeat Magazine*.
www.lisasokolov.com
-> Stimmiger Körper – verkörperte Stimme, Seite 27



Joachim Vieregge



Sonja Weißbacher



Ulrike Wichtmann



Andreas Wittwer



Gerhard Wolfrum

Joachim Vieregge, geb. 1939 in Berlin, verheiratet. Lehrer/Studienrat an Gymnasien für Deutsch, Politik und Geografie 1968–2013. Ausbildungen in Körperpsychotherapie (Core Energie bei John Pierrakos), Shiatsu bei Ohashi und Etherikos (bei Dr. Nicholas Demetry, Schüler von Daskalos). Heilpraktiker-Praxis in München 1983–2023. ECP (European Certificate of Psychotherapy). Zehn Jahre Körperpsychotherapeut an der psychiatrischen Reha-Klinik Bad Tölz. Kursleiter am Odenwald-Institut Wald-Michelbach 1983–2022. Zahlreiche Fort- und Ausbildungsseminare im In- und Ausland. Mitglied der EABP (European Association of Bodypsychotherapy).
-> Spirituelle Transformation von Gedankenformen im subtilen Körper, Seite 17, 29

Sonja Weißbacher, Dr. phil., geb. 1967 in München, wohnt und wirkt in Wolfratshausen. Sie ist als Sozial- und Gesundheitspädagogin Koordinatorin eines Familienpatientenprojekts, freiberuflich HeartMath-Coach und -Therapeutin und hat 21 Jahre lang als Dozentin an der Sebastian-Kneipp-Akademie in Bad Wörishofen unterrichtet, wo sie unter anderem die wissenschaftliche Leitung der Gesundheitspädagogen-Ausbildung innehatte. Seit ihrem 19. Lebensjahr unterrichtet sie Budokünste. Sie hat den 2. Dan in Taekwondo und den 5. Dan in Aikido und ist Vorstand und Trainingsleiterin des Vereins *Aikido im Oberland e. V.* Sie ist Trainerin für Selbstbehauptung und -verteidigung, speziell für Frauen. Es sind zahlreiche Artikel von ihr veröffentlicht worden. Zuletzt erschien ihr Buch *Sicher in unsicheren Zeiten* beim Tredition Verlag.
-> Aikido als Friedenskunst, Seite 23

Ulrike Wichtmann, Dr. med., geb. 1952, Fachärztin für Psychosomatische Medizin/ Psychoanalyse, Fachärztin für Anästhesiologie und Intensivmedizin, niedergelassen in eigener psychotherapeutischer Praxis in Lehmühlen bei Landsberg. Schon seit ihrer Jugend an der *Wissenschaft vom Bewusstsein* interessiert. Dabei hat Dr. Julie Henderson, die Begründerin der Zapchen Methode, deren Schülerin Ulrike Wichtmann seit fast 25 Jahren ist, ihr Verständnis entscheidend beeinflusst. Mit ihrer Ermächtigung lehrt sie seit 15 Jahren Grundlagen und spezielle Anwendungsgebiete dieser innovativen und tief sinnigen Methode.
-> Zapchen somatics – Oder: Wie man sich mit alledem schneller wieder wohl fühlen kann, Seite 18, 44

Andreas Wittwer, Master TaKeTiNa Rhythmspädagoge, Studium in Orgel, Dirigieren und Gesang, langjährige Berufspraxis und Leitung von Chören. Aus- und Weiterbildungen in körperbezogener Stimmarbeit und Percussion. Musikpädagogische Tätigkeit in Schulen, Erforschung der Anwendung von TaKeTiNa Arbeitsweisen in der Musikpädagogik. Leitet mit Astrid Bosshard seit 20 Jahren TaKeTiNa Workshops in verschiedenen Feldern.
-> TaKeTiNa – Durch Rhythmus zu Bewusstsein, Seite 24

Gerhard Wolfrum, geb. 1948, Studium der Psychologie, arbeitete anfangs als wissenschaftlicher Mitarbeiter bei verschiedenen Forschungsprojekten. Längere Zeit war er sowohl einzel- als auch gruppenpsychotherapeutisch und auch als wissenschaftlicher Mitarbeiter der diagnostischen Abteilung einer analytisch orientierten psychiatrischen Klinik tätig, seit 1994 parallel auch in eigener Praxis. Er ist Lehr- und Kontrollanalytiker, gründete mit Kollegen (m/w/d) das *Trauma-Hilfe-Zentrum München* (THZM), spezialisierte sich im Bereich Psychotraumatologie (EMDR, ZPTN-Curriculum, spez. Screen-Technik, MPTT bei DAPT Köln, Brainspotting bei David Grand) und damit auf die Behandlung von Patienten (m/w/d) mit Traumafolgestörungen. Durch sein großes Interesse an Neurobiologie entdeckte er David Grands Brainspotting und praktiziert dies seitdem mit großer Faszination in seiner psychotherapeutischen Praxis in München.
Veröffentlichungen (Auswahl)
Gerald Hüther; Alexander Korittko; Gerhard Wolfrum; Lutz Besser: *Neurobiologische Grundlagen der Herausbildung psychotraumabedingter Symptomatiken*. In: Trauma & Gewalt, 4. Jahrgang, Heft 1, Februar 2010, S. 18–31.
Neue Bilder braucht das Hirn: Semiotische Progression durch bildhafte Einsicht, Zeugenschaft und feinfühliges Begleitung, Zeitschrift für Psychotraumatologie, Psychotherapiewissenschaft, Psychologische Medizin, 01/2013, S. 75–85.
Brainspotting – Themenheft. Trauma, Zeitschrift für Psychotraumatologie und ihre Anwendungen, 03/2017.
The Power of Brainspotting. An International Anthology. Ed., 2018, Kröning: Asanger.
Das Lehrbuch Brainspotting. Ein neuer Weg in der Traumatherapie (2020). Kröning: Asanger.
-> Brainspotting (BSP), Phase 2, Seite 48



Gerhard Zimmermann

Gerhard Zimmermann, Dr. med., Arzt mit Zusatzbezeichnung Psychotherapie in eigener Praxis in Mainz. Aus- und Weiterbildungen in Verhaltenstherapie, Bioenergetik und Gestalttherapie, Medizinischer Hypnose und verschiedenen körperpsychotherapeutischen Verfahren. Arbeitsschwerpunkte: Psychotherapie, Psychosomatik, Psychotraumatologie, Verhaltensmedizin, Stressmanagement.
www.stressmanagement.de
-> Emotionales Lernen – Körper und Seele im Dialog, Seite 18, 44
-> Methodenübergreifende Integration von Emotionsregulation, Polyvagaltheorie und körpertherapeutischen Interventionen in die psychotherapeutische Behandlung, Seite 45

There is a crack in everything,
that's how the light gets in. Leonard Cohen

ZIST	● Hintergrund	90
	● Potentialorientierte Selbsterfahrung – wozu? Vortrag von Wolf Büntig	94
	● Aufenthalt in ZIST	96
	● In eigener Sache	97
	● Wegbeschreibung	99
	● Impressum	102

Text: Dr. Wolf Bütig

Dritte Kraft

Verhaltensforschung

Psychoanalyse

Humanistische Psychologie

Abraham Maslow

Das menschliche Potential
Inbild
Vorbild
Auftrag

Hierarchie der Bedürfnisse

HUMANISTISCHE PSYCHOLOGIE

Die Humanistische Psychologie etablierte sich in den 1960er-Jahren in den USA neben Verhaltensforschung und Psychoanalyse als die *Dritte Kraft* der Psychologie.

In Experimenten mit Laboratoriumstieren gewonnene Erkenntnisse der Verhaltensforschung wurden dahingehend gedeutet, dass auch menschliche Verhaltensweisen in Wahrnehmung, Fühlen, Denken und Handeln als konditionierte Reflexe zu verstehen sind, die in der frühen Kindheit gebahnt wurden und in der Gegenwart durch unspezifische Reize – wie das Speicheln des Pawlowschen Hundes durch ein Klingelzeichen – jederzeit wieder ausgelöst werden können.

Die Psychoanalyse hat uns in jahrzehntelanger klinischer Forschung tiefe und unverzichtbare Einsichten in die Neigung der Persönlichkeit beschert, in der frühen Kindheit erworbene Beziehungsmuster auf die Beziehungen der Gegenwart zu übertragen und gegen Veränderungen – auch zum Besseren hin – Widerstand zu leisten (Psychodynamik, Objektbeziehungstheorie).

Die Humanistische Psychologie erforscht darüber hinaus Menschsein vor und jenseits aller Konditionierung beziehungsweise Sozialisierung. Sie sieht den Menschen von Beginn an als einzigartiges, mit einem vielfältigen menschlichen Potential begabtes Individuum an, das sich in mitmenschlicher Beziehung von der durch ihre Vergangenheit geprägten Persönlichkeit zur gegenwartsbezogenen Person entfaltet.

Abraham Maslow, einer der Gründerväter der Humanistischen Psychologie, erforschte, was das eigentlich Menschliche am Menschen ausmacht. Deshalb untersuchte er – im Gegensatz zu Sigmund Freud – nicht die Folgen fehlgeleiteter Sozialisierung, sondern die Eigenart besonders gesunder und in ihrer Menschlichkeit ausgereifter Menschen. Er entdeckte dabei ein umfangreiches Repertoire an spezifisch menschlichen Eigenschaften, das (von Aldous Huxley) sogenannte menschliche Potential.

Das menschliche Potential ist als Inbild (genetischer Code) eingeboren; es wird an einem Vorbild als Wert erkannt, als Bedürfnis, Notwendigkeit und Auftrag erlebt und durch Übung im Alltag als menschliche Kompetenz verwirklicht. Das menschliche Potential entfaltet sich im Lauf der Entwicklung entsprechend einer Hierarchie der Bedürfnisse: Aufbauend auf den Grundbedürfnissen, deren Befriedigung das Überleben sichert (Nahrung, Geborgenheit, Schutz) und das Dasein bestätigt (Beachtung), werden die sozialen Bedürfnisse (Zugehörigkeit, Geselligkeit, Anerkennung und Achtung) sowie die Selbstbehauptungsbedürfnisse (Territorium, Fortpflanzung, Rang und Status) aktualisiert. Ein unbefangener Umgang mit diesen Grundbedürfnissen ist nach den Beobachtungen Maslows eine gute Basis für die Realisierung der spezifisch menschlichen Neigungen – der höheren oder Meta-Bedürfnisse: Interesse, Anteilnahme, Freude, Wille, Wahrheitsliebe, Präsenz, Ästhetik und Kreativität, Wertschätzung und Wertbildung, Dienstbereitschaft, Hingabe, Autonomie, Sinnfindung und so weiter, bis hin zum Streben nach Selbsterkenntnis, Selbstbewusstheit und Selbstverwirklichung.

Selbstverwirklichung bedeutet dabei keinesfalls ichbezogene Durchsetzung individueller Vorlieben. Vielmehr gehören zum Menschsein das Mitgefühl und die Bereitschaft zum Dienst an der Gemeinschaft ebenso wie – nach Viktor Frankl – die Transzendenz: der Drang, über die durch Sozialisierung definierten Ich-Grenzen hinaus zu wachsen und die Ausrichtung auf eine umfassende Wirklichkeit jenseits der durch gesellschaftliche Übereinkunft festgelegten Realität.

Die sogenannten höheren, spezifisch menschlichen Neigungen haben nach Maslow ebenso Instinktcharakter wie die biologischen Bedürfnisse, von denen sie sich nicht prinzipiell, sondern lediglich durch größere Differenziertheit einerseits und geringere Triebkraft andererseits unterscheiden. Wissensdurst, Mitgefühl und Spiritualität gehören demnach ebenso zu unserer menschlichen Natur wie der Durst nach Wasser, der Beachtungshunger und der Sexualtrieb. Kulturelle Leistung ist – so gesehen – kein Widerspruch zu menschlichen Trieben, sondern deren Erfüllung.

Humanistische Psychologen vertreten hinsichtlich der Möglichkeiten der Entfaltung des menschlichen Potentials vorzugsweise eine optimistische Sichtweise – zum einen durch die Behauptung einer menschlichen Neigung zum Guten, zum anderen durch die Wahrnehmung einer lebenslangen Entwicklungsfähigkeit.

Einzelne Autoren beziehen in die sich entwickelnde Wissenschaft vom Menschen auch das Böse, das Leiden sowie schicksalhafte Verstrickungen ein.

Dabei wird die Aggression – in Anlehnung an Karen Horney – von der Destruktivität unterschieden und als eine Leben unterstützende Kraft gesehen, die den Menschen wie alle Lebewesen befähigt, auf das zuzugehen, was nährt und nützt, von dem wegzugehen, was zehrt und schadet, und gegen das anzugehen, was Integrität bedroht.

Text: Dr. Wolf Bütig

den und als eine Leben unterstützende Kraft gesehen, die den Menschen wie alle Lebewesen befähigt, auf das zuzugehen, was nährt und nützt, von dem wegzugehen, was zehrt und schadet, und gegen das anzugehen, was Integrität bedroht.

HUMANISTISCHE PSYCHOTHERAPIE

Humanistische Psychotherapie integriert die Erkenntnisse der Humanistischen Psychologie. Während Verhaltenstherapie und Psychoanalyse in ihren klassischen Ausprägungen die Determiniertheit menschlichen Verhaltens und Erlebens durch Konditionierung und unbewusste Übertragung von Objektbeziehungsmustern in den Vordergrund der ihren Maßnahmen zugrunde liegenden Betrachtungen stellen, betont die Humanistische Psychotherapie die spezifisch menschlichen Faktoren der bewussten Wahl, des Willens und der persönlichen Entscheidung.

Zentrales Anliegen der Humanistischen Psychotherapie ist der Aufbau einer verlässlichen, unterstützenden und innigen Beziehung, in der die in ihrer Entwicklung gehemmte Persönlichkeit

- sich vom Widerstand gegen beziehungsweise von der Fixierung auf Mangelbedürfnisse lösen,
- auf allen Stufen der Bedürfnispyramide ihre Bedürftigkeit erkennen, Kompetenz zur Befriedigung erarbeiten sowie
- ihr Potential für ein Leben als selbstbewusste Person entfalten lernen kann.

Humanistische Psychotherapie konzentriert sich jenseits der Unterschiede im technischen Vorgehen unter anderem auf

- die Integration von Körper, Seele und Geist; von Empfinden, Fühlen, Wahrnehmen; Erinnern, Denken, Fantasie; Imagination, Intuition, Staunen; und situationsgemäßem Handeln;
- das gegenwärtige Erleben der Person; sowie
- die Wechselbeziehung zwischen persönlicher Entfaltung und gesellschaftlich verantwortlichem Handeln.

Eine solche Humanistische Psychotherapie nutzt für die Beseitigung von Symptomen und die Wiederherstellung von Funktionsfähigkeit Erkenntnisse und Verfahren der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie wie der Verhaltenstherapie. Sie

- umfasst darüber hinaus ein breites und differenziertes Spektrum von gegenwarts-, körper- und personenbezogenen Verfahren, die auf die Entfaltung des menschlichen Potentials ausgerichtet sind,

- ermöglicht den Begleitung bei der Selbstfindung Suchenden die Lösung von Blockaden gegen die Wahrnehmung von Gefühlen sowie den Ausdruck von Emotionen,
- achtet die persönlichen Neigungen auf dem ganzen Spektrum menschlicher Natur, von den materiellen und seelischen Grund- bis zu den höheren Bedürfnissen,
- fördert insbesondere Wahrnehmung und Ausdruck der Einzigartigkeit und Eigenart der Person und
- unterstützt damit deren Drang nach Selbstverwirklichung als spirituelle, für die Wahrnehmung und Bezeugung des Seins im Dasein offene Person.

In der praktischen therapeutischen Arbeit achtet Humanistische Psychotherapie mehr darauf, wie die Person ihr Potential unterdrückt beziehungsweise entfaltet, als auf Anpassung an eine Konsensusrealität, die in der Regel Ausdruck dessen ist, was wir wahrnehmen oder übersehen gelernt haben. Im Schutzraum der therapeutischen Beziehung kann die Hilfe suchende Person

- freundliche Aufmerksamkeit entwickeln gegenüber den Bewegungen der Seele,
- reaktive Abwehrmuster erkennen und überwinden,
- Erinnerungen, Gefühle und Emotionen zulassen,
- sich von der Identifikation mit dem Kind lösen, das mit zu wenig und zu viel fertig werden musste,
- Raum entfalten sowohl für die Erinnerung an die Zeit, in der die Entwicklung einer Abwehrreaktion sinnvoll war, als auch für ein Erkennen der Sinnwidrigkeit der Übertragung dieser Reaktionen in die Gegenwart,
- Alternativen in Wahrnehmung, Fühlen, Denken und Handeln erkunden und so
- Kompetenz entwickeln für eine ihrem Wesen gemäße Lebensgestaltung.

Humanistische Psychotherapie kann schließlich übergehen in spirituelle Praxis, in der die Person den Raum des Seins pflegt, zum einen durch beharrliches Üben zum Beispiel in der Meditation, zum anderen durch bewusste Anwesenheit in einem teilnahmsvoll gestalteten Alltag.

Zentrales Anliegen der Humanistischen Psychotherapie

Identifikation lösen

Raum entfalten

Alternativen erkunden

Kompetenz entwickeln

Krankheit als Herausforderung

Symptome als Wegweiser

Fühlen

POTENTIALORIENTIERTE PSYCHOTHERAPIE

Potentialorientierte Psychotherapie ist eine Variante der Humanistischen Psychotherapie für Menschen, die

- an dem inneren Konflikt zwischen übermäßiger Anpassung an die Normen anderer (Normopathie) einerseits und dem Bedürfnis nach Selbstbestimmung (Autonomie) andererseits leiden oder gar krank geworden sind,
- Krise, Leiden und Krankheit als Herausforderung erleben, eigene Möglichkeiten und Fähigkeiten nicht länger fremden Vorstellungen zuliebe zu unterdrücken, und
- Symptome als Wegweiser in die wesensgemäße Richtung werten entsprechend der Devise "Angst ist Lust, der man keine Richtung gibt".

Eine zentrale Rolle kommt in der Potentialorientierten Psychotherapie dem Fühlen zu. Das Fühlen ist – im Gegensatz zu den Gefühlsreaktionen, die durch unspezifische Reize reflexartig und der Situation meist unangemessen ausgelöst werden – ein bewusstes Tun in der Gegenwart. Fühlen bedeutet, mit Sinnen wahrzunehmen, was uns im Inneren bewegt, und der immer neuen inneren Bewegung eine der immer wieder neuen Situation angemessene Bedeutung zu geben.

- Durch das Fühlen kann die fühlende Person
- die Prägung durch die Bedingungen ihrer Sozialisierung erkennen,
 - sich lösen von der Identifikation mit dem Opfer der eigenen Geschichte,
 - situationsgemäß handeln,
 - wahrnehmen, was jetzt wahr ist und
 - Zeuge werden des gegenwärtigen unbedingten Seins.



POTENTIALORIENTIERTE SELBSTERFAHRUNG – WOZU?

Psychoanalyse studiert die Entwicklung der Persönlichkeit am erinnerten Kind, Verhaltensforschung durch unmittelbare Beobachtung der Mutter-Kind-Beziehung. Der englische Psychoanalytiker John Bowlby hat die Ergebnisse beider Schulen in der Bindungstheorie integriert. Danach entwickeln wir unsere Lebenskunst, das heißt die Art und Weise, wie wir

- Beziehung gestalten,
- mit Stress umgehen,
- Resistenz gegen Krankheit und
- Resilienz bei Krankheit entwickeln,
- Rhythmen leben (Wachen-Schlafen, Leistung-Erholung, Sitzen-Gehen, Mahlzeiten und so weiter),
- Zuversicht und Humor entfalten,
- ein kohärentes Selbstbild und
- Wertvorstellungen entwickeln, die über die gängige Moral hinausgehen, weitgehend in den ersten zwei Lebensjahren in Abhängigkeit von der Qualität der Beziehung zur Mutter (Bedingungslose Zuwendung, Präsenz, Freude, verlässliche Erreichbarkeit, Toleranz für Kontaktabbruch, Wiederaufnahme des Kontaktes und so weiter).

Die Bindungstheorie wird durch die moderne Hirnforschung inzwischen weitgehend bestätigt. Diese zeigt, dass die rechte Großhirnrinde, der die für die Lebensbewältigung so wichtige Affektkontrolle obliegt, ab der Schwangerschaftsmittle einen Wachstumsspurst beginnt und bis zum 18. Lebensmonat zu 80 % ausgereift ist, während die Entwicklung der linken, für die Symbolbildung zuständigen Hemisphäre erst später einsetzt. Das heißt, dass wir leben lernen, bevor wir die Welt in Bildern abbilden, denken und sprechen können.

Unsere Motivation zur erfüllenden Lebensgestaltung in Beziehung ist zwar genetisch vorgegeben; doch was vom Entwicklungspotential tatsächlich verwirklicht wird, hängt davon ab, was durch mitmenschliche Beziehung bestätigt wird.

Diverse Formen der Zuwendung, wie Dasein bestätigende Beachtung, Halt und Schutz, Verlässlichkeit, Rhythmus und Anerkennung von Leistung, aktivieren genetische Programme (in Klammern) zur Freisetzung von diversen Botenstoffen – Endorphin (Wohlsein), Adrenalin (Kampf und Flucht), Oxytocin (Bindung), Serotonin (Schlaf- und Leistungsbereitschaft) und Dopamin (Tatendrang) –, die zur aktiven Lebensgestaltung motivieren.

Viele Menschen haben mangels angemessener Zuwendung in der frühen Kindheit nicht gelernt, sich selbst zuzuwenden, um zu fühlen, was sie brauchen. Sie leiden an einer sogenannten Alexithymie. So bezeichnen wir die Unfähigkeit, die gegenwärtigen, mit Sinnen wahrnehmbaren Erregungsmuster, durch die sich Bedürfnisse kundtun, angemessen zu deuten; das heißt, diese Menschen können nicht fühlen.

Die Alexithymie ist eine Folge der Normalen Depression. Depression ist die mit Muskelkraft vollzogene Tätigkeit, durch die wir mittels Drosselung der Atmung und körperlicher Verspannung der Muskulatur Erregung dämpfen, Bedürfnisse abspalten, Gefühle verdrängen sowie Emotionen unterdrücken und zur Bewältigung unterschiedlicher Fallangst uns zusammenreißen, uns festhalten, uns oben halten, alles für uns behalten, uns zurückhalten und uns raushalten.

Die Normale Depression ist der Zustand der Bevölkerung in den Industrienationen, in denen die alten Kulturen, die der Entfaltung des Potentials zum Menschsein im Einklang mit der Natur dienten, zunehmend abgelöst werden von einer einseitig auf Profitsteigerung ausgerichteten Zivilisation. Der Anblick der gestressten, besorgten, misstrutigen, grimmigen, traurigen und verzweifelten oder gar ausdruckslosen Gesichter, die uns am Ende der Rolltreppe in jedem beliebigen Kaufhaus nicht anschauen, ist eine klinische Demonstration der Normalen Depression.

Die Normale Depression – und mit ihr die Alexithymie – geht auf die landläufige Konditionierung in der frühen Kindheit zurück. Seit vor über hundert Jahren der paranoide deutsche Arzt Dr. Daniel Gottlob Moritz Schreber feststellte, Schreien sei gut für die Lungen, deutsche Kinder müssten frühzeitig Pünktlichkeit lernen und man dürfe sie nicht verwöhnen, damit sie nicht verweichlichen, füttern Mütter, die nichts falsch machen wollen, ihren Säugling nach der Uhr und nicht nach seinem Bedürfnis. Ein solches Kind lernt erstens, sich inkompetent zu fühlen, weil das, was es kann – Schreien – nichts bewirkt; zweitens, Bedürfnisse für sich zu behalten oder gar zu unterdrücken, denn es kommt ja ohnehin keiner; und drittens, sich zusammenzureißen oder gar tot zu stellen, weil mehrmals am Tag zu schreien einfach zu weh tut an Zwerchfell und Kehlkopf.

Schockerlebnisse wie Verlassenheit (Verlust der Mutter, Krankenhausaufenthalt), Gewalt, sexueller Missbrauch und so weiter, die mangels Halt nicht abgeschüttelt werden können, lassen das Kind erstarren im Trauma.

Mit der Erziehung kommt die Trotzphase – die Zeit, in der die Erwachsenen anfangen, sich der freien Entfaltung der Eigenart der Kinder zu widersetzen, wogegen die sich ihrerseits zur Wehr setzen.

Es gibt eine Reihe von Potentialen, durch die wir Menschen uns von den anderen Tieren etwas unterscheiden. Dazu gehören der aufrechte Gang, die Bilder machende Sprache, das Weinen, das Lachen, die Wissbegier, das Staunen und die Selbstbewusstheit. Dem gegenüber stehen entsprechende Erziehungsprinzipien: "Lass dich nicht gehen!", "Halt den Mund!", "Hör auf zu heulen!", "Lach nicht so blödl!", "Frag nicht so viel!", "Mach den Mund zu, sonst siehst du so doof aus!" und: "Wer glaubst du denn, dass du bist?". Unter dem Strich ist die Botschaft: "Sei kein Mensch – sei normal!" Und so entwickeln wir das, was Viktor von Weizsäcker, der Urvater der Psychosomatik, als *Normopathie* bezeichnete: Die Ausrichtung von Wahrnehmung, Fühlen, Denken und Handeln an den Normen der anderen auf Kosten der Entfaltung unserer Autonomie – des Gehorsams gegenüber dem uns eingeborenen Gesetz, das uns sagt, was das Leben von uns will.

Ohne Zuwendung, die der Bedürftigkeit, dem absoluten Angewiesensein und der völligen Offenheit dem Leben gegenüber entspricht, wird die Ausschüttung von Motivation fördernden Botenstoffe vermindert und ersetzt durch Suchtgewohnheiten (Image-, Arbeits- und Geltungssucht, Attraktivitäts- und Jugendlichkeitswahn, Fernseh-, Spiel- und Computersucht, Beziehungs- und Sexsucht, süchtiges Jogging und so weiter) und/oder Suchtsubstanzen (Zucker, Koffein und andere Stimulanzien, Nikotin und Alkohol, Medikamente und andere weiche, Designer- und harte Drogen).

Sucht ist der vergebliche Versuch, ein Grundbedürfnis mit Ersatz zu stillen. Der Versuch, mangels mitmenschlicher Beziehung Motivation durch Suchtgewohnheiten und Konsum von Suchtsubstanzen zu steigern, führt zu seelischen und körperlichen Mangelerscheinungen, Störungen der Befindlichkeit und schließlich zu Depression, Burnout, chronischem Erschöpfungssyndrom, Allergien, Bandscheibenleiden, Bluthochdruck, Herz- und Hirninfarkt, Krebs und anderen psychosomatischen Krankheiten.

Die ärztliche Behandlung dieser Erkrankungen führt allzu oft nur zur Beseitigung der Symptome. Viele Patienten klagen, dass ihnen über die vortreffliche medizintechnische Behandlung der Symptome hinaus das Gespräch fehlt.

Manche von ihnen sehen in der Krankheit die Notwendigkeit und die Chance, nicht nur zu überleben, sondern sich darüber hinaus zu fragen, welches Leben von ihnen gelebt werden will. Durch Potentialorientierte Selbsterfahrung lernen sie

- Haltemuster erkennen, durch die sie vertraute, Potentialentfaltung behindernde Gewohnheiten in Wahrnehmung, Fühlen, Denken und Handeln aufrecht halten.
- Gegenwart wahrnehmen und Gegenwärtigkeit entwickeln, um die Resignation zu überwinden, nur noch mit dem Wahrscheinlichen zu rechnen, und Möglichkeiten zu erkennen.
- ihre Sinne gebrauchen.
- fühlen, das heißt, dem mit Sinnen Wahrgenommenen eine persönliche Bedeutung geben, und entscheiden, was zu viel ist und was fehlt.
- Groll über Vergangenes lassen und
- Aggression – die Fähigkeit, sich gehen zu lassen – entfalten: hin zu dem, was nährt und nützt, weg von dem, was hindert und schadet und gegen das, was bedrohlich ist.
- wahrnehmen, dass Zuwendung gut tut und dass es bei einer Fülle erreichbarer Bezugspersonen all das gibt, was bei denen, auf die sie in früher Zeit angewiesen waren, immer gefehlt hat.
- sich auf mitmenschliche Beziehung einlassen;
- Beziehungen pflegen, die die Entwicklung der beteiligten Personen fördern, und Beziehungen beenden, die Entwicklung behindern.
- tun, was getan sein will, und fassen, was sich überlebt hat.
- das Leben – einschließlich des Sterbens – nehmen, wie es ist.

Datenschutz
Ihre Daten sind bei uns in guten Händen. Unsere Datenschutzerklärung können Sie auf unserer Webseite unter www.zist.de/de/datenschutzerklaerung abrufen.

Unterkunft und Verpflegung

Mit Ihrer Anmeldung verpflichten Sie sich, am gesamten Kurs teilzunehmen. Wir empfehlen den Aufenthalt in unserem Haus während der Teilnahme an einem unserer Workshops, da er ein wesentlicher und integraler Bestandteil der ZIST Erfahrung ist. Was in Theorie und Selbsterfahrung in einem ZIST Workshop – ob zur persönlichen Entwicklung oder zur beruflichen Fort-, Weiter- oder Ausbildung – gelernt wurde, wird in der Gemeinschaft der Gruppe im miteinander gelebten ZIST Alltag erprobt, vertieft und integriert. Abweichungen aus wichtigem Grund müssen mit unserer Anmeldeabteilung abgesprochen werden. Weiterhin verpflichten Sie sich mit Ihrer Anmeldung zur Einhaltung unserer Hausordnung (www.zist.de/de/seminarhaus/hausordnung).

Sie buchen bei uns Unterkunft und Verpflegung (Vollpension) pauschal. Wir bitten um Ihr Verständnis, dass nicht eingenommene Mahlzeiten nicht erstattet werden können.

Unsere Zimmer in verschiedenen Kategorien sind einfach und behaglich. Bitte informieren Sie sich auf unserer Webseite über die aktuellen Preise (<https://www.zist.de/de/seminarhaus/unterkunft-und-verpflegung>) und kreuzen Sie die gewünschte Kategorie und eine Alternative – falls eine Kategorie bereits ausgebucht sein sollte – auf dem Anmeldeformular zu Ihrem Workshop an.

Küche

Unsere vegetarische Küche arbeitet mit frischen und saisonalen Lebensmitteln, überwiegend in Bio-Qualität. Die bei unseren Gästen beliebten Rezepte aus unserer Küche finden Sie immer auch auf dem ZIST Blog (<https://www.zist.de/blog/rezepte/>).

Wir kommen Ihnen – soweit möglich – gerne entgegen, wenn Sie aus gesundheitlichen Gründen auf eine bestimmte Ernährungsweise angewiesen sind. Bitte teilen Sie uns Ihre Wünsche bereits bei der Anmeldung mit.

Internet

Während Ihres Aufenthaltes steht Ihnen kostenloses WLAN zur Verfügung.

Café

Das Café dient Ihnen in den Pausen und an den Abenden als Aufenthaltsraum. Tagsüber stellen wir Ihnen dort kostenlos Obst, Filterkaffee und Tee zur Verfügung. Darüber hinaus können Sie – bei Selbstbedienung – diverse alkoholfreie und alkoholische Getränke, unterschiedliche Kaffees sowie Knabbereien erwerben.

Seminarladen

Der Empfang ist zugleich unser Seminarladen, in dem Sie Schreibartikel für Ihren Workshop, ausgewählte Literatur – zum Teil von unseren Referenten (m/w/d) verfasst –, Audio CDs mit Vorträgen von Wolf Büntig, ZIST Postkarten und Meditationsartikel sowie kleine Geschenke erwerben können.

Natur und Freizeitmöglichkeiten

Die Natur, die unser Seminarhaus umgibt, unterstützt die heilsamen Aspekte, die ein Aufenthalt in ZIST hat. ZIST liegt absolut ruhig in Alleinlage im Wald und in der Nähe verschiedener Seen und Weiher und ist ein idealer Ausgangspunkt für Spaziergänge, Radtouren und baden im Frühjahr, Sommer und Herbst – oder zum Langlaufen im Winter. Für längere Radtouren empfehlen wir Ihnen, Ihr eigenes Fahrrad mitzubringen.

Stilles Sitzen

Wenn unser Meditationsraum nicht anderweitig belegt ist, können ihn alle Interessierten von 7.30 h – 8.00 h zum Meditieren, zur Übung des Stillen Sitzens nutzen.

Feldenkrais Einzelbehandlungen auf Wunsch

Während Ihres Aufenthalts in ZIST haben Sie die Möglichkeit, gegen eine entsprechende Gebühr Feldenkrais Einzelbehandlungen mit Maja Büntig-Ludwig zu buchen. Bitte sprechen Sie Termine rechtzeitig telefonisch mit ihr ab: Telefon 08809-1065

Kinder

Für Kinder von drei bis sechs Jahren sowie Schüler (m/w/d) von sieben bis vierzehn Jahren, die im Zimmer der Eltern schlafen, bieten wir eine reduzierte Pauschale für Vollpension in Höhe von 28 € beziehungsweise 61 € pro Tag an. Jüngere Kinder logieren (bei Übernachtung im Zimmer der Eltern) kostenfrei.

Kleidung

Sie brauchen in ZIST lockere, bequeme Kleidung. In den Zimmern und in den Gruppenräumen bitten wir Sie, Hausschuhe oder Socken zu tragen.

Haustiere

Wir bitten Sie um Verständnis, dass Sie – auch mit Rücksicht auf Gäste (m/w/d), die an Allergien leiden – Ihre Haustiere leider nicht mitbringen können.

Wir wünschen Ihnen einen schönen Aufenthalt bei uns in ZIST.

WERBUNG

ZIST Programmheft

Trotzdem wir uns bemühen, Änderungen zu vermeiden, kommt es immer wieder einmal vor, dass angekündigte Kurse aus verschiedenen Gründen abgesagt werden müssen oder noch nicht angekündigte Kurse stattfinden. Bitte informieren Sie sich daher immer auf unserer Webseite, die unsere Veranstaltungen aktuell abbildet.

zist.de

Auf unserer Webseite finden Sie unser aktuelles Programm sowie Informationen über Ausstellungen in ZIST, neue Veröffentlichungen, Interviews von und mit unseren Referenten (m/w/d), Stellenangebote in ZIST sowie Neuigkeiten aus ZIST und unseren Blog. Ebenso gelangen Sie an die Seiten der *ZIST Akademie für Psychotherapie*, der Institutsambulanz sowie des *ZIST Förderverein e. V.* Es lohnt sich also immer mal wieder hineinzuschauen, auch wenn Sie nicht unmittelbar nach Veranstaltungen suchen.

zist-akademie.de

Die *ZIST Akademie für Psychotherapie* finden Sie auch unter dieser eigenen Adresse.

ZIST Blog

Auf unserem Blog widmen wir uns spannenden Themen rund um die Humanistische Psychologie und unsere Workshopinhalte. Neben Biografien von Referenten (m/w/d), Buch- und Filmtipps, Veranstaltungstipps und interessanten Artikeln gibt es dort auch aktuelle Impressionen, köstliche vegetarische Rezepte und Denkanregungen aus ZIST zu lesen. <https://www.zist.de/blog>

Newsletter ZIST POST

Unser Newsletter erscheint regelmäßig monatlich. Ihm können Sie Informationen über aktuelle Highlights und eventuelle Änderungen des Programms, Kunstausstellungen in ZIST sowie andere Neuigkeiten aus ZIST entnehmen. Hier können Sie die ZIST POST abonnieren: <https://www.zist.de/de/newsletter-zist-post-bestellen>

ZIST auf Facebook

ZIST und die *ZIST Akademie für Psychotherapie* sind mit den jeweiligen aktuellen Informationen auf Facebook präsent. Die ZIST Seite bietet viele interessante Hintergrundinformationen zu Methoden, Schulen, Richtungen der Psychotherapie und Selbsterfahrung sowie mehr Informationen, Bilder und Videos zu unseren Referenten (m/w/d) und deren Aktivitäten. Wir freuen uns, wenn Sie uns folgen.

Ihre Empfehlung ist unsere beste Werbung

Natürlich müssen wir unser Angebot bewerben, damit unsere Veranstaltungen gut gebucht werden und wir Ihnen weiterhin das Programmangebot unterbreiten können, das unserem Qualitätsanspruch gerecht wird. Wir freuen uns daher immer besonders über Ihre persönliche Weiterempfehlung in Gesprächen mit Freunden und Bekannten (jeweils m/w/d), denn das ist die beste Werbung für uns. Wenn Sie sich verbunden fühlen, können Sie auch unser gedrucktes Werbematerial in Ihren Praxisräumen und Instituten auslegen. Gerne senden wir Ihnen hierzu Flyer. Bitte wenden Sie sich hierzu an die Kollegen (m/w/d) im Empfang unter: info@zist.de Vielen Dank!

Ihr Feedback

Für unser Qualitätsmanagement sind wir auch auf Ihr Feedback angewiesen. Wir senden Ihnen kurzfristig nach Beendigung einer Teilnahme an einem Workshop bei uns einen digitalen Feedbackbogen, den Sie anonym ausfüllen können. Sie helfen uns damit zu erfahren, womit Sie zufrieden sind und wo wir Dinge verändern könnten.

SEMINARHAUS

Einmietungen in ZIST Penzberg

Auch wenn die Auslastung unseres Hauses mit eigenen Gruppen sehr gut ist, vermieten wir gerne – wenn es terminlich möglich ist – unsere Seminarräume. Bitte wenden Sie sich bei Interesse direkt an Irene Hansel, E-Mail: irene.hansel@zist.de

Kunstaussstellungen

Wir zeigen ständig Kunstausstellungen in den öffentlichen Räumen unseres Seminarhauses. Der erste Tag einer neuen Ausstellung wird meistens sonntagnachmittags in einer Vernissage im Café mit Livemusik gefeiert. Die Termine für die Ausstellungen und Vernissagen können Sie unserer Webseite entnehmen und wir informieren Sie in unserem Newsletter darüber. In Penzberg und Umgebung sowie in der Umgebung der ausstellenden Künstler (m/w/d) liegen Faltblätter mit Informationen über die Kunst und ihre Künstler aus.

Außerdem gibt es eine ständige Ausstellung im Innenhof von ZIST, auf der wir Skulpturen von Thomas Grünwald und Max Strack präsentieren. In unseren Büroräumen hängen Bilder von Clemens Büntig (www.clemensbuentig.de)



SPENDEN

Die ZIST gemeinnützige GmbH ist ein unabhängiges Seminarzentrum, das sich ohne öffentliche Fördermittel selbst finanziert. Durch eine Vielzahl von großen und kleinen Spenden wurde uns in der Vergangenheit vieles ermöglicht, das sonst kaum für uns zu finanzieren gewesen wäre. Ohne diese Unterstützung unserer großzügigen Spender wäre ZIST nicht das, was es heute ist! Dafür sind wir sehr dankbar und freuen uns natürlich über jede weitere Zuwendung.

Förderung der Teilnahme an unseren Veranstaltungen im Bereich Selbsterfahrung durch den ZIST Förderverein e. V.

Für Menschen in finanzieller Notlage besteht die Möglichkeit zur Kostenübernahme bis zu 50 % der Kursgebühr für Workshops zur Selbsterfahrung durch den ZIST Förderverein e. V. Wenden Sie sich im Bedarfsfall gerne an: verein@zist.de
Ihr Anliegen wird selbstverständlich vertraulich behandelt.

ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Bitte entnehmen Sie unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen unserer Webseite (<https://www.zist.de/de/allgemeine-geschaeftsbedingungen>). Sie stehen dort auch als PDF zum Download zur Verfügung. Sollten Sie keinen Zugang zum Internet haben, können Sie Anmeldeformulare sowie Ausdrucke der Allgemeinen Geschäftsbedingungen in unserem Büro telefonisch unter +49-8856-93690 anfordern.

WEGBESCHREIBUNG

Anreise mit der Bahn

Fahren Sie vom Starnberger Bahnhof, einem Flügelbahnhof des Münchener Hauptbahnhofs, in Richtung Garmisch bis Tutzing und von dort weiter mit der Regionalbahn Richtung Kochel bis nach Iffeldorf oder Penzberg – oder möglicherweise auch direkt von München Richtung Kochel nach Iffeldorf oder Penzberg. Von dort geht es weiter mit dem Taxi. Wir empfehlen, das Taxi vorzubestellen unter den Rufnummern:
Taxi Zanker
+49-8856-2270 oder +49-172-8307339
Taxi Murat
+49-8856-8690576 oder +49-176-31756445

Anreise mit dem Auto

Mit dem Auto fahren Sie auf der Autobahn München–Garmisch bis zur Ausfahrt Penzberg, dann rechts in Richtung Iffeldorf, nach etwa 120 m direkt nach dem Ortsschild Untereurach (dort steht links ein Wegweiser Richtung ZIST) wieder nach rechts und auf dem Nantesbucher Weg durch Wiesen und Wald und an Seen vorbei genau 3,7 km bis ZIST.

Anreise mit Navi

Bitte beachten Sie, dass Sie von manchen Navis auf einen Hof – den Zisthof – weitergeleitet werden.

Sie müssten ZIST gleich bei der Einfahrt am Schild erkennen können, dann sind Sie richtig.

Wir freuen uns, wenn Sie mit darauf achten, denn unsere Nachbarn vom Zisthof sind froh, wenn Sie ungestört sein können.





DANK

Wir möchten unseren Gästen (m/w/d) einen geschützten Raum bieten, in dem sie sich in einer entspannten und umhегten Atmosphäre selbst erkunden und für wertvolle Erfahrungen öffnen können.

Das wird durch den Einsatz *aller* Mitarbeiter (m/w/d) möglich gemacht und getragen.

- Wir danken unseren Kollegen, die sich für
- Planung und Organisation der Veranstaltungen sowie
 - deren Bewerbung,
 - die Beratung und Betreuung der Gäste und der Referenten (jeweils m/w/d),
 - die gute und achtsame Atmosphäre am Platz,
 - die köstliche vegetarische Küche,
 - die Pflege des Geländes, der Gebäude und der Wohnbereiche,
 - die Buchhaltung
- einsetzen sowie
- unseren Kolleginnen aus der ZIST Akademie, die vielschichtige Aufgaben bewältigen und die für die Psychotherapeuten in Ausbildung {(PiA) (m/w/d)} da sind,
- von ganzem Herzen.

Außerdem bedanken wir uns herzlich bei den Referenten des offenen Programms sowie den Dozenten (jeweils m/w/d) der ZIST Akademie, die mit unseren Gästen (m/w/d) und den PiA ihre Erkenntnisse teilen, Impulse geben, begleiten und ausbilden.

Last not least: Die Basis von ZIST ist das bis zu seinem Tod im August 2021 unermüdliche Schaffen von Wolf Büntig. Sein Schaffen ist uns Inspiration und Auftrag für die kommenden Jahre, in denen ZIST weiter Raum für Selbsterforschung und Fort,- Weiter- und Ausbildung sein soll, ebenso wie ein Raum der Stille, in dem in dieser unüberschaubaren Zeit meditative und kontemplative Momente möglich sind.

Wir danken Wolf mit vollem und dankbarem Herzen.



Anschriften
ZIST gemeinnützige GmbH
Zist 1 | 82377 Penzberg

Tel.: +49-8856 -93690
Fax: +49-8856-936970

E-Mail: info@zist.de
Internet: www.zist.de

ZIST Akademie für Psychotherapie
Zist 1 | 82377 Penzberg

Tel.: +49-8856-936916
Fax: +49-8856-936970

E-Mail: info@zist-akademie.de
Internet: www.zist-akademie.de

ZIST GEMEINNÜTZIGE GMBH

Registergericht München
HRB: 155909
Umsatzsteuer-Identifikationsnummer
DE815474954
Geschäftsführung
Silke Bunda Watermeier
Prokura
Kaufmännische Leitung
Alexander Lippert

BANKVERBINDUNGEN

Sparkasse Oberland
IBAN: DE75 7035 1030 0009 1391 06
BIC: BYLADEM1WHM
Postbank Nürnberg
IBAN: DE68 7601 0085 0541 6558 57
BIC: PBNKDEFF

PROGRAMM

Leitung Programm, Redaktion
Silke Bunda Watermeier
Programmorganisation, Lektorat
Einmietungen
Irene Hansel

SEMINARHAUSBETRIEB/VERWALTUNG

Leitung Seminarhausbetrieb
Dunja Hausmann
Buchhaltung
Sigrid Haas
Personalverwaltung
Charlotte Gaiser
Nicole Krieg
Seminarorganisation
Isabel Alcántara
Michael Bartl
Sonja März
Stephanie Wagner
Onlineprojekte
Elisa Berger
IT-Projekte
Volkmar Tenschert
Leitung Küche
Wolfgang Stangl
Leitung Housekeeping
Joanna Rohmoser, Sabine Schwarz
Haustechnik
Michael Oppenrieder

MARKETING

Leitung Marketing
Silke Bunda Watermeier
Onlinemarketing
Elisa Berger
Grafikdesign
Stefan Höcherl

ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE

Leitung
Dr. phil. Sandra Hagen
Organisation
Praktische Ausbildung
Institutsambulanz
Approbationsprüfung
Bettina Rauh
Interessenten/Bewerber (m/w/d),
Praktische Tätigkeit, Einzelselbsterfahrung
Franziska Borth
Studienbüro. Zwischenprüfung,
Zusatzqualifikationen
Ursula Clormann
Psychotherapie-Antragsverfahren,
Kooperationen mit Supervisoren (m/w/d)
und Lehrpraxen, Gruppenmoderation,
Praktikanten (m/w/d)
Beata Dudzik
Theoretische Ausbildung, Dozenten (m/w/d)
Gudrun Eder

PROGRAMMHEFT AUSGABE 2025

Redaktion
Silke Bunda Watermeier
Lektorat
Irene Hansel
Gestaltung und Satz
Stefan Höcherl
Fotos ZIST und Umgebung
Elisa Berger
Stefan Höcherl
Eckhart Matthäus (www.em-foto.de)
Fotos Referenten (m/w/d)
Von Privat
V. i. S. d. P.
Silke Bunda Watermeier

ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE
WISSEN DURCH ERFAHRUNG

Staatlich anerkannte Approbationsausbildung
in tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie

Integrative Approbationsausbildung in tiefenpsychologisch fundierter
Psychotherapie auf Grundlage der aus der Psychoanalyse hervorgegangenen
psychodynamischen Traditionen – getragen von einem intersubjektiven
Verständnis der therapeutischen Beziehung und des therapeutischen Dialogs

Theorie und Praxis in starker Orientierung an der potentialorientierten Haltung der
Humanistischen Psychologie vermittelt durch eine Vielfalt therapeutischer Methoden

Theoretische Konzepte kombiniert mit ausführlicher Selbsterfahrung und Gruppenselbsterfahrung

Gemäß individueller Fokussierung können nach der Zwischenprüfung unterschiedliche
Zusatzqualifikationen (aktuell ZQ in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie,
Gruppenpsychotherapie sowie EMDR) ergänzend begonnen werden. Durch
Anrechnung von Teilen der Theorie sowie der praktischen Tätigkeit können
hierdurch bedeutende Synergieeffekte genutzt werden.

Blockunterricht im bayerischen Voralpenland, praktische Ausbildung in Wohnortnähe

 **ZIST – MENSCHLICHES POTENTIAL ENTFALTEN**

 **SELBSTERFAHRUNG**

 **FORT-, WEITER- UND AUSBILDUNG**

 **ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE**

 **ZUSATZQUALIFIKATIONEN**

 **WEITERE ANGEBOTE**

- Persönliches Wachstum
- Männer, Frauen, Kinder – Beziehungen
- Gesundheit, Vorsorge, Selbstheilung
- Kreativität
- Spiritualität
- Onlineworkshops
- Fortbildung – Workshops
- Fortbildung – Serien
- Längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen
- Workshops im Rahmen der Zusatzqualifikationen für Psychologische Psychotherapeuten (m/w/d)
- Einführungen
- Vorträge
- ZIST Akademie für Psychotherapie
- ZIST Institutsambulanz