

Selbsterkenntnis und Lebendigkeit (SAT Modul I)

Termin:	Fr., 9.5.2025, 18.30 h bis So., 18.5.2025, 14.00 h
Ort:	ZIST Penzberg, Penzberg
Kursgebühr:	1415 € (zuzüglich Vollpension)
Kursnummer:	250531
Leitung:	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* in ZIST hingewiesen.

Weitere Informationen unter: www.naranjo-sat.com

[Flyer zum Herunterladen](#)

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.

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

Claudio Naranjo

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

The SAT Program is a comprehensive training program aimed at promoting human psycho-spiritual unfolding. It is intended to address the limitations associated with our own character structures in order to reveal the deeper identity of the self.

The program consists of several modules each of which focuses on specific themes. The central element of the work is the Enneagram of personality, which goes back to Claudio Naranjo, combined with methods of modern psychotherapy and practices of Eastern traditions geared towards facilitating sustainable personal and professional development. The SAT program is aimed equally at people in helping, therapeutic and training professions as well as at people who wish to transcend the boundaries of psychotherapeutic work. The program is internationally staffed, both in terms of participants and facilitators. The modules are conducted by Katrin Reuter and the team of the international SAT school, under the overall guidance of Claudio Naranjo.

I regard the SAT Program as a university of love and of global consciousness.

Claudio Naranjo

For further information please refer to: www.naranjo-sat.com

Weitere Teile dieser Workshop-Reihe:

- Wiederherstellung der Beziehungen (SAT Modul II)

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.

Ph.D., Psychotherapist and Psychooncologist, trained in cognitive behavior therapy, hypnotherapy and system and family constellations. Clinically her focus is in psychooncology. Since 2007 she has been a student and collaborator of Claudio Naranjo in the international SAT School and since 2014 she has been head of the Hoffman Institute France and SAT Germany – France.

Internet: www.PPPO-freiburg.de, www.naranjo-sat.com
und Team der internationalen SAT Schule

URL: <https://www.zist.de/de/veranstaltung/fort-weiter-und-ausbildung/selbsterkenntnis-und-lebendigkeit-sat-modul-i>

Fragestunde: Hochsensibel oder psychische Störung?* – online

Termin: Do., 15.5.2025, 20.00 h bis 22.00 h

Kursgebühr: 45 €

Kursnummer: 250520

Leitung: Karin Ortner-Willnecker

Diagnose AD(H)S, Autismus, Borderline, Posttraumatische Belastungsstörung, Dissoziative Störung oder doch hochsensibel? Diagnosen können Orientierung geben oder aber zutiefst verstören. Insbesondere 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 dieses besonderen Themenkreises beitragen werden.

Fragestunden Hochsensibel – online*

Hochsensible Menschen sind mit vielen Fragen an sich selbst konfrontiert, die sie häufig sehr verunsichern. Diese Serie von Fragestunden zu ganz verschiedenen Aspekten von Hochsensibilität sind so konzipiert, dass sie sowohl für hochsensible Menschen 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 reichen Erfahrungsschatz.

Zudem sind die Fragestunden ergänzend für Psychotherapeuten und Berater (jeweils m/w/d), die mit hochsensiblen Menschen arbeiten, als Fortbildung gedacht.

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

Die Fragestunden sind einzeln buchbar.

Weitere Teile dieser Workshop-Reihe:

- Fragestunde: Hochsensibilität und Traumata* – online
- Fragestunde: Hochsensibel – schön anstrengend* – online
- Fragestunde: Hochsensibilität im beruflichen Kontext* – online
- Fragestunde: Hochsensibel – Bereicherung und Herausforderung zugleich für Partnerschaft und Familie* – online

Weitere Informationen:

Bitte beachten Sie, dass eine Anmeldung aus organisatorischen Gründen nur bis eineinhalb Tage vor Beginn der Veranstaltung mittags um 12.00 h möglich ist.

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

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.

Internet: www.ortner-willnecker.de

URL: <https://www.zist.de/de/veranstaltung/selbsterfahrung/fragestunde-hochsensibel-oder-psychische-stoerung-online>

Dance it: A walk on the wild side

Termin:	Fr., 18.7.2025, 18.30 h bis So., 20.7.2025, 14.00 h
Ort:	ZIST Penzberg, Penzberg
Kursgebühr:	265 € (zuzüglich Vollpension)
Kursnummer:	250733
Leitung:	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.

[Flyer zum Herunterladen](#)

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.

URL: <https://www.zist.de/de/veranstaltung/selbsterfahrung/dance-it-walk-wild-side>

Yoga-Basierte-Traumatherapie (YBT) Practitioner* (Modul 3)

Aufbaukurs zum YBT Foundation Training

Termin:	Do., 23.10.2025, 18.30 h bis So., 26.10.2025, 14.00 h
Ort:	ZIST Penzberg, Penzberg
Kursgebühr:	460 € (zuzüglich Vollpension)
Kursnummer:	251031
Leitung:	Dietmar Mitzinger

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

Die Yoga-Basierte-Traumatherapie stützt sich auf Forschungsergebnisse aus netzwerkbasierenden neurobiologischen Modellen zur posttraumatischen Belastungsstörung, Faszienforschung, körperorientierten Traumaforschung, Polyvagalthorie (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 mit Komorbidität wie Somatoforme Belastungsstörung.

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.

[Flyer zum Herunterladen](#)

Weitere Informationen:

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

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*.

Internet: yoga-basierte-traumatherapie.de

URL: <https://www.zist.de/de/veranstaltung/fort-weiter-und-ausbildung/yoga-basierte-traumatherapie-ybt-practitioner-modul-3>

Kontakt- und Bindungsfähigkeit

Ein Einführungsworkshop in die Bodydynamic Arbeit

Termin:	Fr., 24.10.2025, 18.30 h bis So., 26.10.2025, 14.00 h
Ort:	ZIST Penzberg, Penzberg
Kursgebühr:	295 € (zuzüglich Vollpension)
Kursnummer:	251033
Leitung:	Michael Rupp

Die Fähigkeit zur Kontakt- und Bindungsfähigkeit ist wesentlich für das Schließen von Freundschaften oder den Aufbau einer intimen Partnerschaft.

Eine besonders wichtige Rolle spielt diese Fähigkeit darüber hinaus auch bei der Überwindung und Heilung interpersonaler traumatischer Erfahrungen. Trauma verletzt unser Vertrauen und unser Gefühl der Sicherheit in Bezug auf alle Personen – dann ziehen wir uns meist emotional und körperlich zurück.

Die Fähigkeit, bewusst und offen Kontakte einzugehen, ist eine wichtige Ressource, um neue Beziehungserfahrungen zu machen und alte Verletzungen zu überwinden. Sie ist deshalb ein wesentlicher Faktor somatischer Resilienz.

An diesem Wochenende *reisen* wir mittels körperlicher Übungen durch die frühen Entwicklungsphasen des Kindes und werden gemeinsam erfahren, wie das Kind diese spezifische Fähigkeit schrittweise aufbauen und verkörpern lernt.

Dabei nutzen wir besonders altersspezifische motorische Bewegungen, um die jeweiligen Faszien und Muskeln und die ihnen innewohnenden natürlichen Ressourcen neu zu aktivieren.

Alle Übungen werden mit einem Partner (m/w/d) oder in der Gruppe ausgeführt, damit wir die Möglichkeit haben, neue, heilsame Beziehungserfahrungen zu machen.

Mehr über die körperpsychotherapeutische Arbeit Bodydynamic unter: www.bodydynamic.de

[Flyer zum Herunterladen](#)

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.

Internet: www.bodydynamic.de

URL: <https://www.zist.de/de/veranstaltung/fort-weiter-und-ausbildung/kontakt-und-bindungsfaehigkeit>