

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)

Termin:	Mi., 6.8.2025, 18.30 h bis So., 10.8.2025, 14.00 h
Ort:	ZIST Penzberg, Penzberg
Kursgebühr:	545 € (zuzüglich Vollpension)
Kursnummer:	250833
Leitung:	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 somato-psychischen 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 Körper selbst 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 nonverbalem 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.

[Flyer zum Herunterladen](#)

Weitere Informationen:

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

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.

Internet: www.stressmanagement.de

URL: <https://www.zist.de/de/veranstaltung/fort-weiter-und-ausbildung/methodenuebergreifende-integration-von-emotionsregulation>

Dem Leben mehr Farbe geben

Termin: Do., 11.9.2025, 18.30 h bis So., 14.9.2025, 14.00 h

Ort: [ZIST Penzberg, Penzberg](#)

Kursgebühr: 365 € (zuzüglich Vollpension)
Kursnummer: 250931
Leitung: 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.

[Flyer zum Herunterladen](#)

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.

URL: <https://www.zist.de/de/veranstaltung/selbsterfahrung/dem-leben-mehr-farbe-geben>

Einführung in die Spieltherapie*

Modul der Zusatzqualifikation in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie

Termin: Mo., 13.10.2025, 18.30 h bis Fr., 17.10.2025, 14.00 h
Ort: ZIST Penzberg, Penzberg
Kursgebühr: 960 € (zuzüglich Vollpension)
Kursnummer: 251071
Leitung: 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), *Personenzentrierte Kinderpsychotherapie – mit einer Falldarstellung*, München: Reinhardt Verlag

Weinberger, S. (2015), *Kindern spielend helfen – Einführung in die Personenzentrierte Spielpsychotherapie*, Weinheim Basel: Beltz Juventa

[Flyer zum Herunterladen](#)

Weitere Informationen:

Grundsätzliche Informationen zur kompletten *Zusatzqualifikation in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie* finden Sie [hier](#).

An der *Zusatzqualifikation in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie* Interessierte füllen bitte das [Anmeldeformular](#) 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.

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

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).

Internet: www.hockel.net

URL: <https://www.zist.de/de/veranstaltung/fort-weiter-und-ausbildung/einfuehrung-die-spieltherapie-1>

Achtsamkeit, Kontakt und Prozess: Gestalttherapeutische Konzepte und ihre Anwendung

Eine intensive Einführung in die Gestalttherapie

Termin: Do., 6.11.2025, 18.30 h bis So., 9.11.2025, 14.00 h
Ort: ZIST Penzberg, Penzberg
Kursgebühr: 440 € (zuzüglich Vollpension)
Kursnummer: 251130
Leitung: 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 kontaktpoll. 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, entdeckerrfreudig 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.

[Flyer zum Herunterladen](#)

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.)

Internet: www.feuerbach.biz

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