

● **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 Penzberg. Von dort geht es weiter mit dem Taxi. Wir empfehlen, das Taxi vorzubestellen unter den Rufnummern: +49-8856-81844 oder +49-8856-2270

● **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 Unter-aurach (dort steht links ein Wegweiser Richtung ZIST) wieder nach rechts und auf dem Nantesbucher Weg durch Wiesen und Wälder und an Seen vorbei genau 3,7 km bis ZIST.



● **ZIST ist** ein Institut für persönliche und berufliche Fortbildung zur Entwicklung menschlicher Kompetenz durch Selbsterfahrung in Krisenhilfe, Wegbegleitung und Psychotherapie vor dem Hintergrund der Humanistischen Psychologie in herrlicher Alleinlage im bayrischen Voralpenland und Heimat der *ZIST Akademie für Psychotherapie*.

Das Programmangebot von ZIST umfasst

- Workshops zur Selbsterfahrung in den Bereichen Persönliches Wachstum, Beziehungen, Gesundheit, Kreativität und Spiritualität.
- Workshops zur Fortbildung und
- längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen in tiefenpsychologisch fundierten, potentialorientierten und Spiritualität integrierenden Verfahren.
- Ausbildung zu Psychologischen Psychotherapeuten sowie zu Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeuten an der staatlich anerkannten *ZIST Akademie für Psychotherapie*.



**ZIST gemeinnützige GmbH**

Zist 1 | 82377 Penzberg

E-Mail **info@zist.de**  
 Telefon **+49-8856-93690**  
 Telefax **+49-8856-936970**  
 Mo. – Fr. 9.00 – 13.00 Uhr  
 und 14.00 – 15.30 Uhr  
 Do. bis 18.00 Uhr

[www.zist.de](http://www.zist.de) | [www.zist-akademie.de](http://www.zist-akademie.de) | Facebook

Wolf Bütig  
 Leonard Seifert und Thomas Meier: TaKeTiNa

## GESUNDE AGGRESSION, DESTRUKTIVITÄT UND DEPRESSION\*



FORT-, WEITER- UND AUSBILDUNG  
 FORTBILDUNG – SERIE

# GESUNDE AGGRESSION, DESTRUKTIVITÄT UND DEPRESSION

## ● TERMIN & PREIS

So., 12.5., 18.30 h –

Fr., 17.5.19, 14.00 h

Kursgebühr 580 €

zuzüglich Vollpension

Ort/Anmeldung: ZIST

Penzberg Nr. 190555

## ● KURSBESCHREIBUNG

Aggression – von lat. aggredi: entgegengehen, angreifen – bedeutet im allgemeinen Sprachgebrauch eine feindselige, destruktive Verhaltensweise, zu deren Erklärung Sigmund Freud den Todestrieb erfand. Dem setzte Karen Horney den Begriff der konstruktiven Aggression entgegen, das Fritz Perls ergänzte durch das Durchkauen zur notwendigen Zerstörung von materieller oder geistiger Nahrung als Vorbedingung für deren Assimilation (Aneignung)<sup>1</sup>. Aggression kann auch auf das Selbst gerichtet sein: zum einen als selbstverletzendes Verhalten bis hin zu Autoimmunkrankheiten; zum anderen als Abwehr von Impulsen zur Potentialentfaltung und schließlich als liebevolle Hinwendung zum Selbst als Interesse am eigenen Sein.

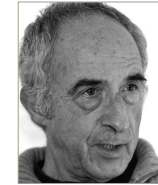
Depression heißt auf Deutsch *Weg- oder Niederdrücken* und meint in der Psychologie die psychosomatische, das heißt die mit Gedanken- und mit Muskelkraft vollzogene Aktivität, in der Vergangenheit Unverdautes und für den Kompromiss der Anpassung Bedrohliches dem Bewusstsein fernzuhalten.

Im Workshop erkunden wir Gewohnheiten destruktiver und Möglichkeiten konstruktiver Aggression gegenüber anderen und uns selbst.

Dieser Workshop ist Teil der Serie *Potentialorientierte Psychologie in der Menschenführung*.

<sup>1</sup>Perls, F.: *Das Ich, der Hunger und die Aggression*

## ● BIOGRAFIE



**Wolf Bütig**, Dr. med., geb. 1937, ist Arzt mit Zusatztitel Psychotherapie, von der Bayerischen Landesärztekammer anerkannter Lehrtherapeut für tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie, Gestalttherapie, Bioenergetik und Balintgruppen. Er entwickelt, praktiziert und lehrt Potentialorientierte Psychotherapie. Er hat mit Christa Bütig ZIST aufgebaut und leitet heute die *ZIST gemeinnützige GmbH*.