

● TERMIN & PREIS

Fr., 27.6., 18.30 h –
So., 29.6.25, 14.00 h

Kursgebühr 280 €
zuzüglich Vollpension
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250634

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

● Anreise nach ZIST

Anreise Informationen scannen:



Falls Sie ein Taxi benötigen:
Taxi Zanker: +49-8856-2270 oder +49-172-8307339
Taxi Murat: +49-8856-8690576 oder +49-176-31756445

 **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 und ist zudem Sitz der *ZIST Akademie für Psychotherapie*.

ZIST liegt in herrlicher Alleinlage im bayerischen Voralpenland in der Nähe von München.

Das Programmangebot von ZIST umfasst

SELBSTERFAHRUNG

- Workshops zur Selbsterfahrung in den Bereichen Persönliches Wachstum, Beziehungen, Gesundheit, Kreativität und Spiritualität.

FORT-, WEITER- UND AUSBILDUNG

- Workshops zur Fortbildung und
- längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen in tiefenpsychologisch fundierten, potentialorientierten und Spiritualität integrierenden Verfahren.

ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE

- Ausbildung zu Psychologischen Psychotherapeuten (m/w/d) an der staatlich anerkannten *ZIST Akademie für Psychotherapie*.

WEITERE ANGEBOTE

- Vorträge von namhaften Referenten und Dozenten (jeweils m/w/d).
- Schnuppertage.

ZIST gemeinnützige GmbH

Zist 1 | 82377 Penzberg

E-Mail info@zist.de
Telefon **+49-8856-93690**

www.zist.de | www.zist-akademie.de | Facebook



 WINFRIED POHL | MEIKE ROSEMEYER

WAS IST, DARF SEIN – KULTIVIERTE EMOTIONALITÄT*

Trainings- und Fortbildungsworkshop zur emotionalen Kompetenz



FORTBILDUNG WORKSHOP

JUNI 2025

WAS IST, DARF SEIN – KULTIVIERTE EMOTIONALITÄT*

● KURSBESCHREIBUNG

Der Mensch wird am Du zum Ich einander reichen die Menschen das Himmelsbrot des Selbstseins.

Martin Buber

Was ist, darf sein – diese möglichst offene, wohlwollend-freundliche Haltung gegenüber allen Gefühlen, auch den unangenehmen, ist die Grundlage für eine kultivierte Emotionalität. Sie lernen in diesem Workshop, aus dieser Haltung heraus, ohne jede Zensur ihre Gefühle wahrzunehmen und willkommen zu heißen. Und das impliziert gleichzeitig, damit aufzuhören, sie abzuwerten, zu blockieren, zu unterdrücken, zu verdrängen oder anderweitig im *Gefühlsstau* zurückzuhalten.

Kultivierte Emotionalität beinhaltet auch die Handlungsebene: Sie lernen nicht nur, Ihre Gefühle als Basis-Orientierung in Ihrem Leben wahrzunehmen und zu würdigen, sondern auch sich ihnen entsprechend zu verhalten, sie angemessen auszudrücken und zu leben, allein, im Rückzug, im Kontakt und in Beziehung mit anderen.

Dies erfordert, nicht nur bei mir, sondern in mir zu sein. Und dieses *Ich-in-mir* aufrecht zu erhalten und nicht zu verlieren, wenn ich in Kontakt mit anderen trete: *Ich in mir und mit Dir*.

Zielgruppe dieser Fortbildung sind Selbsterfahrungs- und Fortbildungs-Interessierte, die ihre persönliche Kompetenz im Umgang mit Gefühlen, den eigenen wie auch denen der anderen, gezielt schulen und weiter entwickeln wollen.

In diesem Workshop arbeiten wir weitestgehend mit einem fortlaufenden, ausgewogenen Wechsel zwischen stärkenden Rückzugs- und nährenden Kontakt-Ritualen. Wir zentrieren uns in unserem leiblich erspürten *Ich-in-mir* im Rückzug und lassen uns dann überraschen, wie sich dieses *Ich-in-mir* entwickelt, vertieft, erweitert und verändert, wenn wir im Kontakt mit anderen sind.

Unsere Workshop-Struktur orientiert sich im Wesentlichen an den Prinzipien und Methoden der dialogischen Gestalttherapie. Zusätzlich eingeflossen sind die Erkenntnisse der klassischen Meditation (Buddhismus, Zen) und des psychoanalytischen Zwiegesprächs (Lukas Möller).

● BIOGRAFIE



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



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.

