

ZIST MENSCHLICHES POTENTIAL ENTFALTEN

ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE WISSEN DURCH ERFAHRUNG





ZIST	● Editorial	3
	● Über ZIST	4
	● Veranstaltungskalender	8
	● ZIST Förderverein e. V.	11
SELBSTERFAHRUNG	● Persönliches Wachstum	14
	● Männer, Frauen, Kinder – Beziehungen	21
	● Gesundheit, Vorsorge, Selbstheilung	24
	● Kreativität	26
	● Spiritualität	29
	● Onlineworkshops	30
FORT-, WEITER- UND AUSBILDUNG	● Fortbildung – Workshops	40
	● Fortbildung – Serien	54
	● Längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen	59
ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE	● ZIST Akademie für Psychotherapie	78
	● Institutsambulanz	83
ZUSATZQUALIFIKATIONEN	● Workshops im Rahmen der Zusatzqualifikationen für Psychologische Psychotherapeuten (m/w/d)	65
WEITERE ANGEBOTE	● Einführungen	74
	● Vortrag	75
REFERENTEN (m/w/d)	● A – Z	86
ZIST	● Hintergrund	100
	● Potentialorientierte Selbsterfahrung – wozu? Vortrag von Wolf Bütig	102
	● Aufenthalt in ZIST	104
	● In eigener Sache	105
	● Wegbeschreibung	107
	● Impressum	110
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 Bütig



Silke Watermeier

Liebe Leser (m/w/d),

2023 feierte ZIST sein 50-jähriges Bestehen. 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 Bütig und Christa Bütig 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 konnte beginnen. Was als Verein begann, hatte sich im Laufe der Zeit zu einer gemeinnützigen GmbH gewandelt. Die Workshops zur Selbsterfahrung – häufig geleitet von Pionieren der humanistischen Haltung von Weltrang – hatten 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 Bütig 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."

Am Ende des letzten Jahres haben wir einen Gedenkstein zu Ehren Wolf Bütigs mit einer Büste sowie eben diesem Zitat im Innenhof von ZIST aufgestellt.

Das impliziert, dass wir uns dessen bewusst werden wollen, 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 be-

wusst 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 Lernmoment 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) 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 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 bedanken wir uns an dieser Stelle noch einmal von ganzem Herzen bei Wolf dafür, dass er sich, seiner Idee, seinem Lebenswerk, immer treu geblieben ist, er 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 Intelligenz, seine außergewöhnlichen Begabungen und seine Gelassenheit geprägt hat.

Wir freuen uns darauf, Sie als Gast 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 Schlussfolgerungen 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 erfülltem 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 erfülltem 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

51 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 wesentliches 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 erfülltem 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 Bütting 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 Bütting 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 78).

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. Bütting († 14. August 2021)

Im August 2021 verstarb Dr. med. Wolf Bütting, Gründer und bis zu seinem Lebensende Leiter von ZIST, im Kreise seiner Familie in ZIST. Wolf Bütting 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 Bütting 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.

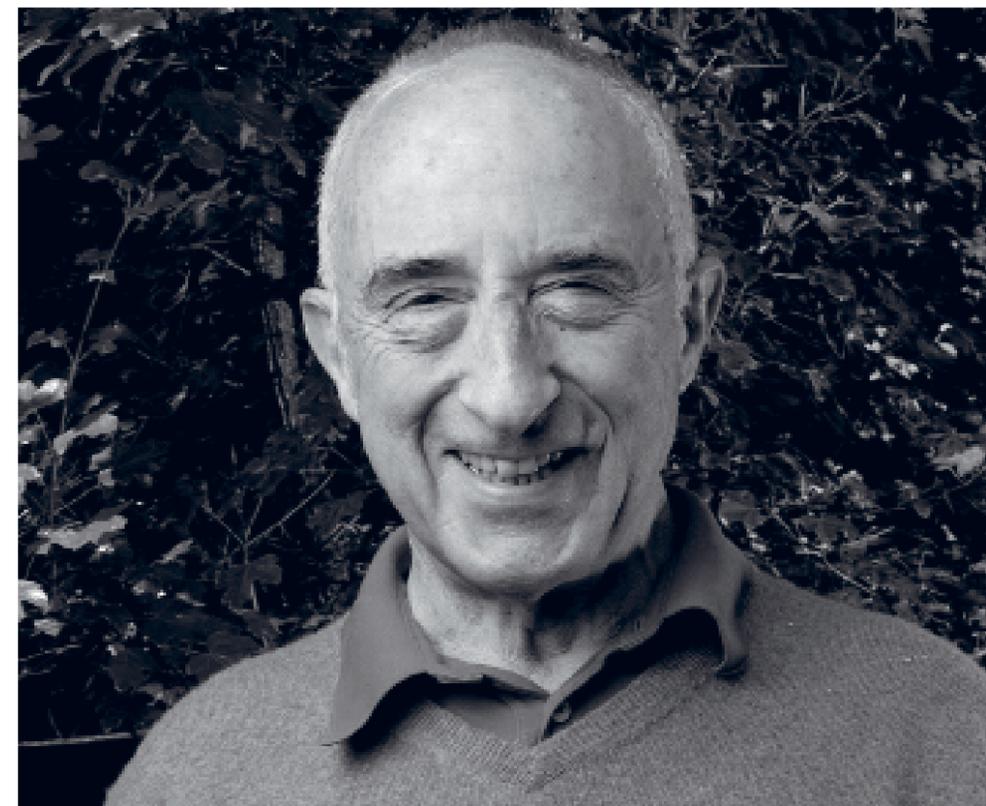
Wolf Bütting besaß zudem ein besonderes sprachliches Talent, mit dem er mit großer Akribie schwierige Zusammenhänge verständlich ausdrücken konnte. Viele seiner Texte sind kleine Diamanten, die uns wertvolle Wegbegleiter – auch auf dem Weg hin zu einem besseren Verständnis von uns selbst und den anderen 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 Veranstaltungsverbots- 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 Bütting





- Selbsterfahrung
- Fort-, Weiter- und Ausbildung
- ZIST Akademie für Psychotherapie
- Zusatzqualifikationen für Psychologische Psychotherapeuten (m/w/d)
- Weitere Angebote

JANUAR

●	08.01. – 29.01.	Vertiefender Workshop Gewaltfreie Kommunikation II – online	S. Kumpmann	33, 47
●	15.01. – 18.01.	Yoga-Basierte-Traumatherapie (YBT) Practitioner	D. Mitzinger	25, 49
●	18.01. – 21.01.	Einführung in die Yoga-Basierte-Traumatherapie	D. Mitzinger	60, 74
●	18.01., 20.00 h	Fragestunde: Hochsensibilität im beruflichen Kontext – online	K. Ortner-Willnecker	18, 35
●	20.01., 09.30 h	Informationstag zur <i>Approbationsausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten (m/w/d)</i>	S. Hagen	74, 83

FEBRUAR

●	02.02. – 07.02.	Gruppenpsychotherapie – Leitung ambulanter Gruppen	R. Hauser	43, 70
●	02.02. – 04.02.	NIG Master: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten (NIG) – Modul 1	B. Innecken, S. Humez	31, 45, 54
●	05.02. – 04.03.	Gewaltfreie Kommunikation – online	S. Kumpmann	35, 47
●	09.02. – 11.02.	Einführung in die Traumatherapie <i>Somatic Experiencing</i>	D. Rothbauer	64, 74
●	09.02. – 11.02.	BodyWareness: Körperbewusstsein als Schlüssel zur Veränderung in Therapie und Coaching – online	K. Jonas	31, 46
●	13.02. – 05.03.	Meditationen für zwei: Austausch, Stille und intime Begegnungen für Paare – online	J. Feuerbach	21, 30
●	15.02. – 18.02.	The Embodied Life Retreat: Awareness through Meditation, Guided Inquiry and the Teachings of Moshé Feldenkrais	R. Delman and L. Evans Delman	24, 29
●	16.02. – 18.02.	Familienaufstellungen – als Selbsterfahrung und zur teilnehmenden Beobachtung	B. Innecken	22
●	19.02. – 22.02.	Brainspotting (BSP), Phase 2	G. Wolfrum	57
●	21.02. – 20.03.	Wenn das Herz bricht, bricht es auf – Trauern und Feiern als spirituelle Praxis – online	S. Kraft und M. Kraft	15, 32
●	22.02., 19.30 h	Vortrag: Einführungsabend in die moderne bewusstseinszentrierte Körperpsychotherapie mit praktischen Übungen (in München)	C. Gottwald	75
●	27.02. – 03.03.	Das Einfach Liebe Retreat für Paare	E. Buchwald und V. Buchwald	21
●	27.02. – 03.03.	Gottes Umzug ins Ich	M. Nelles	17, 50
●	29.02. – 11.04.	Gefühle zum Weglaufen – online	E. Kruthoff	16, 32

MÄRZ

●	04.03. – 25.03.	Feminine Aspekte der Meditation – online	K. Jonas	24, 29, 32
●	08.03. – 10.03.	Come To Life – von Scham und Schuld zu Integration und Verbundenheit	S. Löffler und U. Minde	17, 48
●	08.03. – 10.03.	Zapchen somatics – Oder: Wie man sich mit alledem schneller wieder wohl fühlen kann	U. Wichtmann	20, 52
●	15.03. – 18.03.	Singing Pool	K. Enz Gerber	27
●	15.03. – 17.03.	Öfter wohl, zufriedener oder glücklich sein können	C. Gottwald	15
●	16.03. – 17.03.	Einführung in <i>Das Neuroaffektive Beziehungsmodell (NARM)</i> – online	M. Mokrus	34, 62, 75
●	21.03., 20.00 h	Fragestunde: Hochsensibel – schön anstrengend – online	K. Ortner-Willnecker	18, 35
●	23.03. – 27.03.	Werden, was ich bin.	T. Geßner	14



APRIL

●	04.04. – 07.04.	Yoga-Basierte-Traumatherapie (Modul 1)	D. Mitzinger	59
●	05.04. – 07.04.	Dem Leben mehr Farbe geben	R. Lord	27
●	12.04. – 14.04.	Aikido als Friedenskunst – außen und innen	S. Weißbacher	25
●	13.04., 09.30 h	Informationstag zur <i>Approbationsausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten (m/w/d)</i>	S. Hagen	74, 83
●	19.04. – 25.04.	Somatic Experiencing	D. Rothbauer	63
●	21.04., 10.00 h	TaKeTiNa – Schnuppertag (in München)	S. Bundschu und M. Höhn	75
●	25.04. – 28.04.	Hochsensibilität – Ich darf sein	K. Ortner-Willnecker	18, 25
●	25.04. – 28.04.	When The Drummers Were Women	S. Bundschu	21, 26
●	25.04. – 28.04.	Der Fluss eines jeden hat seinen eigenen Lauf	C. Büntig	26
●	27.04. – 28.04.	NIG Master: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten (NIG) – Modul 2 – online	B. Innecken, S. Humez	31, 45, 54

MAI

●	03.05. – 12.05.	Wiederherstellung der Beziehungen (SAT Modul II)	K. Reuter und Team der internationalen SAT Schule	19, 55
●	16.05., 20.00 h	Fragestunde: Hochsensibel – Bereicherung und Herausforderung zugleich für Partnerschaft und Familie – online	K. Ortner-Willnecker	19, 35
●	22.05. – 26.05.	Stimmiger Körper – verkörperte Stimme	L. Sokolov	28
●	24.05. – 26.05.	Grenzen in der sozialen Interaktion	M. Rupp	19, 50

JUNI

●	06.06., 09.30 h	Informationstag zur <i>Approbationsausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten (m/w/d)</i>	S. Hagen	74, 83
●	06.06. – 09.06.	Supervision für TaKeTiNa Teachers Supervision for TaKeTiNa Teachers	R. Flatschler und A. Flatschler	41
●	07.06. – 10.06.	Reise zu dir selbst	M. Nelles	17
●	21.06. – 23.06.	Einführung in <i>Das Neuroaffektive Beziehungsmodell (NARM)</i>	M. Mokrus	34, 62, 75
●	28.06. – 01.07.	Emotionales Lernen – Körper und Seele im Dialog	G. Zimmermann	20, 52
●	28.06. – 30.06.	Atemweg – Klavierspüren, Kalligrafie und Tai Chi	M. Ohta	28
●	28.06. – 30.06.	Freier Fluss für einen freien Kopf – mit indischer Kopfmassage	D. Gokani	24, 42

JULI

●	01.07. – 05.07.	Elterngespräche nach Feeling-Seen	M. Bachg	40, 66
●	11.07. – 14.07.	The Embodied Life Retreat: Awareness through Meditation, Guided Inquiry and the Teachings of Moshé Feldenkrais	R. Delman and L. Evans Delman	24, 29
●	20.07., 09.30 h	Informationstag zur <i>Approbationsausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten (m/w/d)</i>	S. Hagen	74, 83
●	25.07., 20.00 h	Fragestunde: Hochsensibilität im beruflichen Kontext – online	K. Ortner-Willnecker	18, 35
●	27.07. – 30.07.	Das Enneagramm der Persönlichkeit und der Gesellschaft – ein erfahrungsorientierter Workshop	K. Reuter	56, 75
●	30.07. – 04.08.	Wozu bin ich krank? Symptome und unbewusste Liebe	T. Geßner	24, 41



AUGUST

●	01.08. – 06.08.	Point Zero Painting – Die Kraft der kreativen Freiheit erleben	K. Franckenberg	27
●	06.08. – 11.08.	Das Einfach Liebe Retreat für Paare	E. Buchwald und V. Buchwald	21
●	15.08. – 18.08.	Erforschung der Innenwelt	I. Schmelcher-Haimerl	20, 51
●	08.08. – 11.08.	Der Fluss eines jeden hat seinen eigenen Lauf	C. Büntig	26
●	23.08. – 28.08.	Das Neuroaffektive Beziehungsmodell (NARM)	M. Mokrus	60
●	28.08. – 01.09.	Methodenübergreifende Integration von Emotionsregulation, Polyvagaltheorie und körpertherapeutischen Interventionen in die psychotherapeutische Behandlung	G. Zimmermann	53
●	30.08. – 02.09.	Yoga-Basierte-Traumatherapie (Modul 2)	D. Mitzinger	59

SEPTEMBER

●	02.09. – 06.09.	Einführung in die Spieltherapie	C. M. Hockel	44, 66
●	13.09. – 15.09.	Beziehung, die man tanzen kann	J. Feuerbach	22
●	26.09. – 29.09.	Musikalische Gruppenleitung für Therapeuten (m/w/d)	S. Bundschu	40
●	26.09., 20.00 h	Fragestunde: Hochsensibel – schön anstrengend – online	K. Ortner-Willnecker	18, 35

OKTOBER

●	10.10. – 13.10.	Die Rolle der Entwicklung von Körperbewusstsein in der psychotherapeutischen Praxis – warum und wie?	K. Jonas	46
●	13.10. – 18.10.	Schamanismus der Huichol Indianer	B. Secunda	29
●	17.10. – 20.10.	Bewegungs-Spielräume	M. Büntig-Ludwig	24
●	18.10. – 20.10.	Der allein gebliebene Zwilling	P. Bourquin	14, 40
●	18.10. – 20.10.	NIG Master: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten (NIG) – Modul 3	B. Innecken, S. Humez	31, 45, 54
●	20.10., 10.00 h	TaKeTiNa – Schnuppertag (in München)	S. Bundschu und G. Biner	75
●	24.10. – 21.11.	Gefühle zum Weglaufen – online	E. Kruthoff	16, 32
●	25.10. – 03.11.	Selbsterkenntnis und Lebendigkeit (SAT Modul I)	K. Reuter und Team der internationalen SAT Schule	19, 56 25, 49
●	25.10. – 28.10.	Yoga-Basierte-Traumatherapie (YBT) Practitioner	D. Mitzinger	25, 49

NOVEMBER

●	15.11. – 17.11.	Dem Tod neu begegnen – Abschied und Bestatten als Tor zum Leben	S. Kraft und M. Kraft	16, 29
●	15.11. – 17.11.	Bindung und die körperliche Konstituierung von Narzissmus	M. Rupp	20, 51
●	21.11., 20.00 h	Fragestunde: Hochsensibel – Bereicherung und Herausforderung zugleich für Partnerschaft und Familie – online	K. Ortner-Willnecker	19, 35
●	22.11. – 24.11.	Weil ich euch beide liebe	B. Innecken	23
●	22.11. – 24.11.	TaKeTiNa – Durch Rhythmus zu Bewusstsein	A. Bosshard und A. Wittwer	26
●	23.11., 09.30 h	Informationstag zur <i>Approbationsausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten (m/w/d)</i>	S. Hagen	74, 83
●	25.11. – 28.11.	Vertiefung und Abschied	C. M. Hockel, M. Haagen	44, 68
●	29.11. – 04.12.	Existenzielle und Transpersonale Psychologie	G. Marlock	48

DEZEMBER

●	03.12. – 08.12.	Das Einfach Liebe Retreat für Paare	E. Buchwald und V. Buchwald	21
●	05.12. – 08.12.	Yoga-Basierte-Traumatherapie (Modul 3)	D. Mitzinger	59
●	07.12. – 08.12.	NIG Master: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten (NIG) – Modul 4 – online	B. Innecken, S. Humez	31, 45, 54
●	08.12. – 11.12.	Brainspotting (BSP), Phase 1	G. Wolfrum	58
●	13.12. – 15.12.	Einführung in die Traumatherapie <i>Somatic Experiencing</i>	D. Rothbauer	64, 74

HERZLICH WILLKOMMEN BEIM ZIST FÖRDERVEREIN E. V.

Über die Workshops in ZIST werden bei den 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)
Eva Ackermann
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
21
24
26
29
30

DATEN & PREISE

Der allein gebliebene Zwilling

Fr., 18.10., 18.30 h –
So., 20.10.24, 14.00 h
Kursgebühr 340 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241033

Werden, was ich bin.

Sa., 23.3., 18.30 h –
Mi., 27.3.24, 14.00 h
Kursgebühr 495 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240331

● 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 machtvolle 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:

<http://gessner-aufstellungen.de/blog/>

DATEN & PREISE

Öfter wohl, zufriedener oder glücklich sein können*

Fr., 15.3., 18.30 h –
So., 17.3.24, 14.00 h
Kursgebühr 280 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240334

Wenn das Herz bricht, bricht es auf – Trauern und Feiern als spirituelle Praxis – online

Termine
jeweils mittwochs
von 19.00 h bis 21.00 h
21.2.2024
28.2.2024
6.3.2024
13.3.2024
20.3.2024
Kursgebühr 240 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240220

● 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.

● WENN DAS HERZ BRICHT, BRICHT ES AUF – TRAUERN UND FEIERN ALS SPIRITUELLE PRAXIS – ONLINE

Fortlaufender Onlineworkshop
Susanne Kraft und Michael Kraft

Der Sturm wird stärker. Ich auch!

Pippi Langstrumpf

The first step in healing is to put the focus on what's alive now, not what happened in the past.

Marshall Rosenberg

Wenn wir dem Schmerz in uns Raum geben – bereit, ihn wahr-zu-nehmen –, kann er sich und uns verwandeln. Indem wir das in uns zulassen, was gerade *wirklich* ist, wächst die innige Verbindung mit uns selbst. Wir werden wirklich.

Momentan mischen sich die schmerzhaften Verwandlungen in der Gesellschaft mit den ganz persönlichen Verlusten und Auslösern. Oft leiden wir, wenn unsere Gedanken oder die Geschichte über das Geschehene unser Bewusstsein dominieren. Wir wollen dem *puren Trauern* Raum geben so, dass im Schmerz die Schönheit und Fülle des Lebens aufblühen kann; und gemeinsam Wege finden, wie die Krise uns stärken kann.

An diesen Abenden werden wir uns zuhören, wir werden Anregungen und Impulse geben, in Kleingruppen Übungen machen und uns im freien Gespräch austauschen.

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.

DATEN & PREISE

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

Fr., 15.11., 18.30 h –
So., 17.11.24, 14.00 h
Kursgebühr 250 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241130

**Gefühle zum Weglaufen*
– online**

Termine
jeweils donnerstags
von 18.00 h bis 20.00 h
29.2.2024
7.3.2024
14.3.2024
21.3.2024
11.4.2024
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240221

Termine
jeweils donnerstags
von 18.00 h bis 20.00 h
24.10.2024
31.10.2024
7.11.2024
14.11.2024
21.11.2024
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241020

Kursgebühr jeweils 280 €

**● 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

**● GEFÜHLE ZUM WEGLAUFEN* –
ONLINE**

Eine besondere Einführung ins Focusing
(online an fortlaufenden Abendterminen)

Elmar Kruithoff

Laufen Sie mit Gefühlen herum, vor denen Sie am liebsten weglaufen möchten?

Belastende und unklare Gefühle werden leidvoll und endlos, wenn Sie Ihnen mitteilen: "Weg mit dir!", "Du bist ein Problem!", "Ich mag dich nicht!" und "Ohne dich ginge es mir besser!"

Sie verlieren so leicht Ihren Fühlkompass, der Ihnen sagen kann: "So möchte ich leben, dies ist mir wichtig, hier geht es lang." und "So möchte ich nicht mehr leben, dies ist mir nicht mehr wichtig, hier geht es nicht entlang."

Wie ist es möglich, diesen Kompass stattdessen wieder in die eigenen Hände zu nehmen; sich den eigenen Gefühlen zuzuwenden und ihnen ein sicherer Raum zu werden? Wie kann ich konkret vorgehen, um Unklarheit und Belastung zu begegnen und diese wieder neugierig und spielerisch betrachten zu können? Wie kann ich meine Gefühle entlasten und klären?

In diesem fortlaufenden Workshop möchte ich Ihnen einen Weg aufzeigen, Ihren Gefühlen das Recht zuzusprechen, Teil von Ihnen sein zu dürfen; gehört und ernstgenommen zu werden; und den wichtigen Beitrag sehen zu können, den sie zu Ihrem Leben leisten.

Die Erfahrung zeigt: So entsteht Sicherheit und Vertrauen im Innern, die zu Vielfalt und Lebendigkeit im Erleben führt. Durch die behutsame Annahme von Gefühlen, genauso wie sie sind, entsteht nicht Stillstand, sondern Möglichkeit und Wandel – ohne Zwang und Kampf.

Dieser fortlaufende Workshop ist eine Einführung ins Focusing. Wir erlernen das komplette Basismodell mit allen Schritten des Focusing inklusive Begleitung sowie

- die wertschätzende Verbindung mit unserem Körper,
- die Befreiung aus schwierigen emotionalen Zuständen,
- die Aufrechterhaltung einer hohen Aufmerksamkeitssqualität, um mit (subtilen) Gedanken, Gefühlen oder Fragestellungen zu arbeiten.

Der Workshop ist für Sie geeignet, wenn Sie eine ruhige, nach innen gekehrte Arbeit mit Ihren Gefühlen suchen, die Unklarheit und Ambivalenz zu-

DATEN & PREISE

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

Fr., 8.3., 18.30 h –
So., 10.3.24, 14.00 h
Kursgebühr 310 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240330

Gottes Umzug ins Ich

Di., 27.2., 18.30 h –
So., 3.3.24, 14.00 h
Kursgebühr 660 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240237

Reise zu dir selbst

Fr., 7.6., 18.30 h –
Mo., 10.6.24, 14.00 h
Kursgebühr 415 €,
für beobachtende
Teilnehmende 355 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240630

lässt, und wenn Sie die Onlinearbeit in Tandems und Triaden mögen beziehungsweise offen dafür sind, sich darauf einzulassen, unterstützt zu werden und andere zu unterstützen.

Dieser Workshop ist nicht für Sie geeignet, wenn Sie an Traumafolgen leiden oder leicht starke emotionale Überflutung erleben.

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.

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

Sabine Löffler und Uwe Minde

Beschreibung siehe Seite 48.

neu GOTTES UMZUG INS ICH

Tiefenpsychologisch-phänomenologische
Therapie und Aufstellungsarbeit
Malte Nelles

Beschreibung siehe Seite 50.

● REISE ZU DIR SELBST

Lebensintegrationsprozess und
wachstumsorientierte Aufstellungsarbeit
Malte Nelles

In diesem Workshop arbeiten wir mit dem Aufstellungsverfahren des *Lebensintegrationsprozess* (LIP). Dabei wird ohne das Anliegen, ein Problem zu lösen, auf das eigene Leben geschaut. Anders als im Familienstellen liegt der Fokus nicht auf der Beziehung zu anderen. Es geht um die Beziehung zu dir selbst.

Jeder Mensch durchläuft auf seinem Lebensweg verschiedene Stufen, denen ein eigenes Bewusstsein innewohnt. Beim Lebensintegrationsprozess schauen wir aus der Perspektive des erwachsenen Bewusstseins auf unsere Zeit im Mutterleib, die Kindheit und die Jugend, die wir durchschritten haben, und den jeweils eigenen Herausforderungen, denen wir dort begegnet sind. Hierbei bekommen wir nicht nur ein Gefühl dafür, wie die Erfahrungen mit der Außenwelt unser Werden geprägt haben. In vielen Prozessen zeigt sich hierzu komplementär ein Teil des eigenen, von den Eltern und der Umgebung unabhängigen Wesens, ein genuiner Charakterzug, ein sich entfaltendes wollendes Potential, das gelebt sein will. Das innerliche sich Öffnen für diese dem eigenen Leben innewohnenden Kräfte ist das einzige Anliegen des LIP.

Der Workshop richtet sich an Menschen, die bereit sind, auch ohne Problemformulierung auf das Wunder ihres Lebens zu schauen.

Maximale Teilnehmerzahl mit eigenem LIP:
18 plus beobachtende Teilnehmende

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

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

DATEN & PREISE

**Fragestunde:
Hochsensibilität im
beruflichen Kontext* –
online**

Do., 18.1.24,
20.00 h – 22.00 h
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240121

Do., 25.7.24,
20.00 h – 22.00 h
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240720

Kursgebühr jeweils 45 €

**Fragestunde:
Hochsensibel – schön
anstrengend* – online**

Do., 21.3.24,
20.00 h – 22.00 h
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240321

Do., 26.9.24,
20.00 h – 22.00 h
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240920

Kursgebühr jeweils 45 €

**Hochsensibilität –
Ich darf sein***

Do., 25.4., 18.30 h –
So., 28.4.24, 14.00 h
Kursgebühr 375 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240430

**● FRAGESTUNDE: HOCHSENSIBILITÄT
IM BERUFLICHEN KONTEXT* – ONLINE**

Karin Ortner-Willnecker

In ihrer Mitte zu bleiben dürfte gerade den so empfänglichen Hochsensiblen angesichts einer unglaublichen Vielzahl von Eindrücken, extremer Stimmungen, überbordender Anforderungen und enormer Konkurrenzgetriebenheit besonders schwerfallen. Daher wollen wir in diesen beiden Stunden gemeinsam nach Wegen suchen, in der modernen Arbeitswelt nicht nur zu funktionieren oder irgendwie zu überleben, sondern vielleicht sogar zu einem ruhenden Pol und zur Kraftquelle zu werden.

Frau Karin Ortner-Willnecker bringt hierbei sowohl ihre Erfahrungen als Mitarbeiterin in wissenschaftlichen Instituten als auch ihre vielfältigen Erkenntnisse aus Therapie und Beratung ein.

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.

**● FRAGESTUNDE: HOCHSENSIBEL –
SCHÖN ANSTRENGEND* – ONLINE**

Karin Ortner-Willnecker

Hochsensible haben oft viele Fragen auf dem Herzen – zu ihren Erlebens- und Verhaltensweisen, ihren Werten, ihrem Selbst- und Weltverständnis und vieles mehr.

In diesen beiden Stunden erhalten Sie individuell auf Sie abgestimmte Antworten der Referentin, die auf aktuelle Erkenntnisse aus unterschiedlichen wissenschaftlichen Disziplinen und auf ihre langjährige Erfahrung als Therapeutin zurückgreifen kann. Nicht zuletzt gewinnen Sie im Austausch mit anderen hochsensiblen Menschen Einblicke in deren reichen Erfahrungsschatz.

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.

● HOCHSENSIBILITÄT – ICH DARF SEIN*

Karin Ortner-Willnecker

Manchmal verstehen sich Hochsensible selbst nicht, wenn sie das starke Bedürfnis nach Rückzug und Ruhe empfinden, obwohl der Abend mit Freunden (m/w/d) doch eigentlich sehr bereichernd war. Wenn in ihnen der Ruf laut wird, endlich einmal die Verantwortung abgeben zu dürfen, obwohl sie doch eigentlich gerne Verantwortung übernehmen. Oder wenn in ihnen wieder einmal das diffuse Gefühl aufsteigt, nicht wirklich angekommen zu sein – in der Partnerschaft, im Beruf, in dieser Gesellschaft.

Erkennen Sie sich wieder und möchten ein tieferes Verständnis für Ihr Wesen gewinnen? Dann fühlen Sie sich zu diesem Workshop eingeladen. Wir werden uns der Hochsensibilität von verschiedenen Seiten annähern: Sie erhalten Einblicke in aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse. Des Weiteren wollen wir den gesellschaftlichen Stellenwert der Hochsensibilität diskutieren sowie dessen Abhängigkeit von Kultur und Zeitgeist.

Den breitesten Raum werden aufeinander abgestimmte Übungen mit anschließend wechselseitigem Austausch einnehmen, um Erlebens- und Verhaltensweisen, die nicht selten als Last empfunden werden, in Stärke zu verwandeln. Hierbei werden wir uns unter anderem mit folgenden Themen beschäftigen:

- Quellen der Kraft finden.
- Der inneren Vielfalt begegnen.
- Die individuelle Art des Wahrnehmens und Denkens wertschätzen.
- Persönliche Denk- und Verhaltensmuster erkennen. Perspektiven erweitern und Handlungsmöglichkeiten entdecken.
- Alltägliche Herausforderungen meistern.
- Individuelle Bedürfnisse erkennen und nachvollziehbar kommunizieren.

Es wird insbesondere die Kraft der Gruppe sein, die es ermöglicht, dass sich jeder einzelne Teilnehmer (m/w/d) im bejahenden Sinne erkannt fühlt. Dieses Sich-erkannt-Fühlen ist die Grundlage, um ein erfülltes Leben führen und sich als wertvollen Teil dieser Gesellschaft erfahren zu können – im Sinne von "ich darf sein".

DATEN & PREISE

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

Do., 16.5.24,
20.00 h – 22.00 h
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240520

Do., 21.11.24,
20.00 h – 22.00 h
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241120

Kursgebühr jeweils 45 €

**Wiederherstellung
der Beziehungen
(SAT Modul II)**

Fr., 3.5., 18.30 h –
So., 12.5.24, 14.00 h
Kursgebühr 1240 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240530

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

Fr., 25.10., 18.30 h –
So., 3.11.24, 14.00 h
Kursgebühr 1240 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241031

**Grenzen in der
sozialen Interaktion**

Fr., 24.5., 18.30 h –
So., 26.5.24, 14.00 h
Kursgebühr 290 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240532

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

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

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

Karin Ortner-Willnecker

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

Sie sind eingeladen, sich in den beiden Stunden unter anderem mit dieser Frage zu beschäftigen. Frau Karin Ortner-Willnecker bringt sowohl ihre langjährige Erfahrung als Therapeutin als auch als Partnerin und Mutter ein. Außerdem ist der Abend offen für einen regen Austausch unter den Teilnehmern (m/w/d).

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.

**● WIEDERHERSTELLUNG DER
BEZIEHUNGEN (SAT MODUL II)**

Katrin Reuter und Team der internationalen
SAT Schule

Beschreibung siehe Seite 55.

**● SELBSTERKENNTNIS UND
LEBENDIGKEIT (SAT MODUL I)**

Katrin Reuter und Team der internationalen
SAT Schule

Beschreibung siehe Seite 56.

**● GRENZEN IN DER SOZIALEN
INTERAKTION**

Ein Einführungsworkshop in die
Bodydynamic Arbeit
Michael Rupp

Beschreibung siehe Seite 50.



DATEN & PREISE

Bindung und die körperliche Konstituierung von Narzissmus

Fr., 15.11., 18.30 h –
So., 17.11.24, 14.00 h
Kursgebühr 290 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241131

Erforschung der Innenwelt

Do., 15.8., 18.30 h –
So., 18.8.24, 14.00 h
Kursgebühr 410 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240832

Zapchen somatics*

Fr., 8.3., 18.30 h –
So., 10.3.24, 14.00 h
Kursgebühr 250 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240333

Emotionales Lernen – Körper und Seele im Dialog*

Fr., 28.6., 18.30 h –
Mo., 1.7.24, 14.00 h
Kursgebühr 385 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240631

● BINDUNG UND DIE KÖRPERLICHE KONSTITUIERUNG VON NARZISSMUS

Ein Einführungsworkshop in die Bodynamic Arbeit
Michael Rupp

Beschreibung siehe Seite 51.

● ERFORSCHUNG DER INNENWELT
Systemische Therapie mit der inneren Familie
Irmgard Schmelcher-Haimerl

Beschreibung siehe Seite 51.

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

Ulrike Wichtmann

Beschreibung siehe Seite 52.

● EMOTIONALES LERNEN – KÖRPER UND SEELE IM DIALOG*
Transformation von im Körpergedächtnis gespeicherter somatisch-emotionaler Stressmuster
Gerhard Zimmermann

Beschreibung siehe Seite 52.



DATEN & PREISE

Das Einfach Liebe Retreat für Paare

Di., 27.2., 18.30 h –
So., 3.3.24, 14.00 h
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240234

Di., 6.8., 18.30 h –
So., 11.8.24, 14.00 h
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240831

Di., 3.12., 18.30 h –
So., 8.12.24, 14.00 h
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241230

Kursgebühr je Workshop
795 € pro Person
zuzüglich Vollpension im
Doppelzimmer pro Person**

When The Drummers Were Women

Do., 25.4., 18.30 h –
So., 28.4.24, 14.00 h
Kursgebühr 355 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240432

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

Termine
jeweils dienstags
zwischen 17.30 h – 19.30 h
13.2.2024
20.2.2024
27.2.2024
5.3.2024
Kursgebühr 165 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240224

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

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

● 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 unterschiedlichen 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 kribbelnd-freudigem Wir. Diese ganz besondere Intimität gelingt, wenn Körper, Herz und Seele zueinander 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 begegnen ... im wahrsten Sinne des Wortes mit Leib und Seele. Schritt für Schritt installieren Sie die körperliche 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, welche großen Geschenke solche Momente der tiefen Verbundenheit sind. Und was gibt es Schöneres?

Retreat-Inhalte

- Theorie: Wissen über Körperphänomene, Modelle von Stress- und Selbstregulation, Phänomenologie der Wahrnehmung.
- Körperarbeit: Bewegungsübungen zum Entspannen und Entstressen, Erforschung von Spürebene, Übungen zu bewusstem Im-Körper-Sein.
- Entspannung: Leichtigkeit in der Sexualität leben 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. Geprägt durch den Ansatz Slow Sex nach Diana Richardson haben sie aus der Essenz ihrer Erfahrungen 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 26.

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

An diesen Onlineabenden können Sie lernen, miteinander 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 bestätigen 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 herausfordernder, liebevoller und verstörender Themen in einer erfüllenden Begegnung. Die Partner schöpfen aus der Kraft geteilter Stille, die ein, vom Thema unabhängiges Empfinden von *Zuhause-Sein* ermöglicht. Die Meditationen klären, verbinden und lösen; sie führen zu dem zurück, was die meisten Paare ursprünglich zueinander geführt hat: waches, teilnahme- und liebevolles Interesse an der Eigenart des anderen.

Ein Onlinetreffen dauert zwei Stunden (das erste eine halbe Stunde länger), besteht aus Meditation, der Wahl eines Themas für die gemeinsame Kontemplation, Sharing und gegebenenfalls einer kurztherapeutischen Intervention.

Maximal 4 Paare

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

DATEN & PREISE

Beziehung, die man tanzen kann

Fr., 13.9., 18.30 h –
So., 15.9.24, 14.00 h
Kursgebühr 300 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240930

Familienaufstellungen – als Selbsterfahrung und zur teilnehmenden Beobachtung

Fr., 16.2., 18.30 h –
So., 18.2.24, 14.00 h
Kursgebühr 310 €
für beobachtende
Teilnehmende 280 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240236

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.

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: GESTALT-THERAPIE – Forum für Gestaltperspektiven. 36. Jg., H. 2, S. 95–119
(Die Essays von 2017 und 2022 sind als Sonderdruck in ZIST erhältlich.)

● BEZIEHUNG, DIE MAN TANZEN KANN
Johannes Feuerbach

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

Historisch kann man den Tango auch als den Versuch 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 festgelegten Schrittfolgen) und Beständigkeit (zuerst die Beziehung, dann der Tanz), auch heute seine existenziellen und psychologischen Herausforderungen.

Die Themen und Inhalte des Workshops

- Basisbewegungen und Schritte des Tango Argentino.
- Aligment (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 Beziehung in den Mittelpunkt stellen wollen. Die Methode 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. Gäste (m/w/d) sind willkommen!

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: GESTALT-THERAPIE – Forum für Gestaltperspektiven. 36. Jg., H. 2, S. 95–119
(Die Essays von 2017 und 2022 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 Empfindungen. 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 generationenübergreifend sichtbar. Durch Lösung von unbewussten Verstrickungen können wir beginnen, die Verbindung mit den guten Kräften unserer Familie wieder aufzunehmen. Wir geben den Bewegungen der Seele Raum, können Übernommenes zurückgeben, Dank abstellen und Ausgeschlossene wieder einbeziehen.

DATEN & PREISE

Weil ich euch beide liebe

Fr., 22.11., 18.30 h –
So., 24.11.24, 14.00 h
Kursgebühr 310 €,
für beobachtende
Teilnehmer 280 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241132

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 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)

● 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

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

DATEN & PREISE

Bewegungs-Spielräume

Do., 17.10., 18.30 h –
So., 20.10.24, 14.00 h
Kursgebühr 340 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241030

The Embodied Life Retreat

February 15 – 18, 2024
Thursday, 6.30 p.m. –
Sunday, 2.00 p.m.
Place, registration:
ZIST Penzberg No. 240232

July 11 – 14, 2024
Thursday, 6.30 p.m. –
Sunday, 2.00 p.m.
Place, registration:
ZIST Penzberg No. 240730

Fee per workshop 460 €,
plus room and board**.

**Wozu bin ich krank?
Symptome und
unbewusste Liebe**

Di., 30.7., 18.30 h –
So., 4.8.24, 14.00 h
Kursgebühr 605 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240732

**Freier Fluss für einen
freien Kopf – mit
indischer Kopfmassage**

Fr., 28.6., 18.30 h –
So., 30.6.24, 14.00 h
Kursgebühr 270 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240635

**Feminine Aspekte der
Meditation – online**

Termine
jeweils montags
von 19.00 h bis 21.00 h
4.3.2024
11.3.2024
18.3.2024
25.3.2024
Kursgebühr 260 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240322

● 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 41.

**● 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 42.

**● FEMININE ASPEKTE DER MEDITATION –
ONLINE**

*Ein erfahrungsorientierter Abendkurs mit
Bewegungsmeditationen und körperorientierten
Bewusstheitstechniken für Frau und Mann*
Katrin Jonas

In diesem Praxiskurs steht im Mittelpunkt, die femininen Aspekte des Meditierens kennenzulernen und zu verinnerlichen. Anhand verschiedenartiger Meditationsmethoden und Bewusstheitstechniken, die auch mit Bewegung verbunden sein können, wird erfahrbar gemacht, welchen Einfluss feminine Qualitäten wie

- die Hingabe ans Meditieren,
- das Empfänglichsein,
- die Intuition,
- die Schöpferkraft,
- ein ausgeprägtes Gefühl für Harmonie und Balance,
- eine hohe Sensibilität,
- die enge Verbundenheit mit dem Körper,
- der Bewegungsfluss oder
- das bloße Passivsein

DATEN & PREISE

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

Mo., 15.1., 18.30 h –
Do., 18.1.24, 14.00 h
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240131

Fr., 25.10., 18.30 h –
Mo., 28.10.24, 14.00 h
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241036

Kursgebühr je
Workshop 420 €
zuzüglich Vollpension**

**Hochsensibilität –
Ich darf sein***

Do., 25.4., 18.30 h –
So., 28.4.24, 14.00 h
Kursgebühr 375 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240430

**Aikido als Friedenskunst –
außen und innen**

Fr., 12.4., 18.30 h –
So., 14.4.24, 14.00 h
Kursgebühr 255 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240434

auf die Entwicklung von Achtsamkeit und das individuelle Erfahren des Zustandes der Meditation haben.

Darüber hinaus wird durch das Anwenden bewegungs- und körperbezogener Techniken vermittelt, wie die innere *Beobachterrolle* in Harmonie mit der persönlichen physischen Konstitution und dem individuellen Nervensystem am leichtesten einnehmbar ist.

Feminine Aspekte des Meditierens bereichern das Erhöhen der Achtsamkeit mit sich selbst und die Erlebnistiefe bei Frauen und Männern gleichermaßen. Schließlich dürfen sie in die persönliche *Self-care* Eingang finden.

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.

Der Screen des Notebooks/Computers sollte so einstellbar sein, dass die Teilnehmer (m/w/d) auch während der praktischen Sequenzen im Bild sind. Ein Einwählen über ein Handy ist nicht zu empfehlen.

Bitte stellen Sie für den Onlineworkshop eine Matte, eine Decke und eine bequeme Sitzgelegenheit bereit. Lautsprecher (Kopfhörer/Earplugs) sind ungeeignet.

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

Aufbaukurs zum YBT Foundation Training
Dietmar Mitzinger

Beschreibung siehe Seite 49.

**● HOCHSENSIBILITÄT – ICH DARF SEIN*
Karin Ortner-Willnecker**

Beschreibung siehe Seite 18.

**neu AIKIDO ALS FRIEDENSKUNST –
AUSSEN UND INNEN
Sonja Weißbacher**

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* herauszutreten 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 der Workshopleiterin angeboten.

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

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

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

DATEN & PREISE

TakeTiNa – Durch Rhythmus zu Bewusstsein

Fr., 22.11., 18.30 h –
So., 24.11.24, 14.00 h
Kursgebühr 345 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241133

When The Drummers Were Women

Do., 25.4., 18.30 h –
So., 28.4.24, 14.00 h
Kursgebühr 355 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240432

Der Fluss eines jeden hat seinen eigenen Lauf

Do., 25.4., 18.30 h –
So., 28.4.24, 14.00 h
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240433

Do., 8.8., 18.30 h –
So., 11.8.24, 14.00 h
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240833

Kursgebühr je
Workshop 345 €
zuzüglich Vollpension**

● 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 engen 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 WOMENRahmentrommel- 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.

● DER FLUSS EINES JEDEN HAT SEINEN EIGENEN LAUFIn Kontakt kommen mit dem eigenen Lebensstrom
Clemens Büntig

Die Natur um ZIST lädt ein, in Fühlung mit der inneren natürlichen Bewegung zu kommen und sich der Wildheit des naturgegebenen Gleichgewichts anzuvertrauen.

Künstlerische Herangehensweisen im Kontakt mit der äußeren Natur unterstützen das Entdecken, Wahrnehmen und Seinlassen der eigenen, inneren Natur.

Mit angeleiteten Übungen werden die Teilnehmer (m/w/d) in der Natur in Resonanz und Dialog mit der äußeren und inneren Natur gehen können und diese direkte Erfahrung auf Bildträgern umsetzen. Mit Strichen und Spuren, mit Stiften und Pflanzengrün, mit Worten und Taten, mit Erde, Beeren oder Blüten und mit dem Vertrauen an den eigenen, inneren Fluss.

Vertieft, reflektiert und begleitet werden diese Erfahrungen durch Befragung der Natur, Kreisarbeit, *Nature Writing*, Meditation und Enquiries der Teilnehmer untereinander.

Der Workshop wird draußen und drinnen stattfinden. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit.

DATEN & PREISE

Singing Pool

Fr., 15.3., 18.30 h –
Mo., 18.3.24, 14.00 h
Kursgebühr 405 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240332

Point Zero Painting – Die Kraft der kreativen Freiheit erleben

Do., 1.8., 18.30 h –
Di., 6.8.24, 14.00 h
Kursgebühr 720 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240830

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

Dem Leben mehr Farbe geben

Fr., 5.4., 18.30 h –
So., 7.4.24, 14.00 h
Kursgebühr 250 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240431

● SINGING POOL

Karin Enz Gerber

Der Singing Pool ist ein Körpermusik-Playshop für Menschen, die ihrer Stimme Tür und Ohr öffnen möchten. In meiner 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 ...

● 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

● 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.

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

DATEN & PREISE

Atemweg – Klavierspüren, Kalligrafie und Tai Chi

Fr., 28.6., 18.30 h –
So., 30.6.24, 14.00 h
Kursgebühr 250 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240634

Stimmiger Körper – verkörperte Stimme

Mi., 22.5., 18.30 h –
So., 26.5.24, 14.00 h
Kursgebühr 740 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240531

● ATEMWEG – KLAVIERSPÜREN, KALLIGRAFIE UND TAI CHI

Eine spielerische Entdeckung von Klang, Bewegung und Stille
Masako Ohta

Atemweg – Leben mit fließendem Atmen ..., das ist das Kern-Motto des Workshops mit der japanischen Pianistin und Komponistin Masako Ohta.

Ihre Idee für das Klavierspüren – ein ganzheitliches Klavierspiel – gründet auf der Einsicht, dass wir schöne Klänge am Klavier durch Atmung wecken können. Dieser Prozess im Atmen ist verbunden mit der japanischen Kalligrafie.

Im Workshop lernen und üben wir einige schöne Schriftzeichen und Symbole, wie Herz 心, Baum 木, Wasser 水, zu kalligrafieren. Davor und dazwischen stehen Tai Chi Harmonie-Übungen, das ist die Kalligrafie für unsere Bewegung.

Vorkenntnisse für Klavierspielen sind nicht gefragt, denn es geht um *Spüren* und um *Entfalten*.

Wir alle haben in unserem Inneren wunderschöne Flügel. Lassen wir diese Flügel sich behutsam öffnen, uns entfaltend spielen, malen und spüren. *Spread your wings!*
Tai Chi, japanische Kalligrafie und Klavierklänge helfen bei der Zentrierung von Körper und Geist. Sie führen uns in die Stille.

● STIMMIGER KÖRPER – VERKÖRPERTE STIMME

Durch die Stimme über den Körper zum Selbst vordringen
Lisa Sokolov

Kursrsprache 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.

Einzel, 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.

DATEN & PREISE

The Embodied Life Retreat

February 15 – 18, 2024
Thursday, 6.30 p.m. –
Sunday, 2.00 p.m.
Place, registration:
ZIST Penzberg No. 240232

July 11 – 14, 2024
Thursday, 6.30 p.m. –
Sunday, 2.00 p.m.
Place, registration:
ZIST Penzberg No. 240730

Fee per workshop 460 €,
plus room and board**.

Feminine Aspekte der Meditation – online

Termine
jeweils montags
von 19.00 h bis 21.00 h
4.3.2024
11.3.2024
18.3.2024
25.3.2024
Kursgebühr 260 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240322

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

Fr., 15.11., 18.30 h –
So., 17.11.24, 14.00 h
Kursgebühr 250 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241130

Schamanismus der Huichol Indianer

So., 13.10., 18.30 h –
Fr., 18.10.24, 14.00 h
Kursgebühr 660 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241035

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

● 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 24.

● FEMININE ASPEKTE DER MEDITATION – ONLINE

Ein erfahrungsorientierter Abendkurs mit Bewegungsmeditationen und körperorientierten Bewusstheitstechniken für Frau und Mann
Katrin Jonas

Beschreibung siehe Seite 24.

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

Susanne Kraft und Michael Kraft

Beschreibung siehe Seite 16.

● SCHAMANISMUS DER HUICHOL INDIANER

Altes Wissen für die moderne Zeit
Brant Secunda

Kursrsprache Englisch mit Übersetzung

Die Huichol Tradition ist ein Jahrtausende altes System ganzheitlicher Heilung, deren Praxis es ermöglicht, Körper, Herz und Geist von den Belastungen 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.

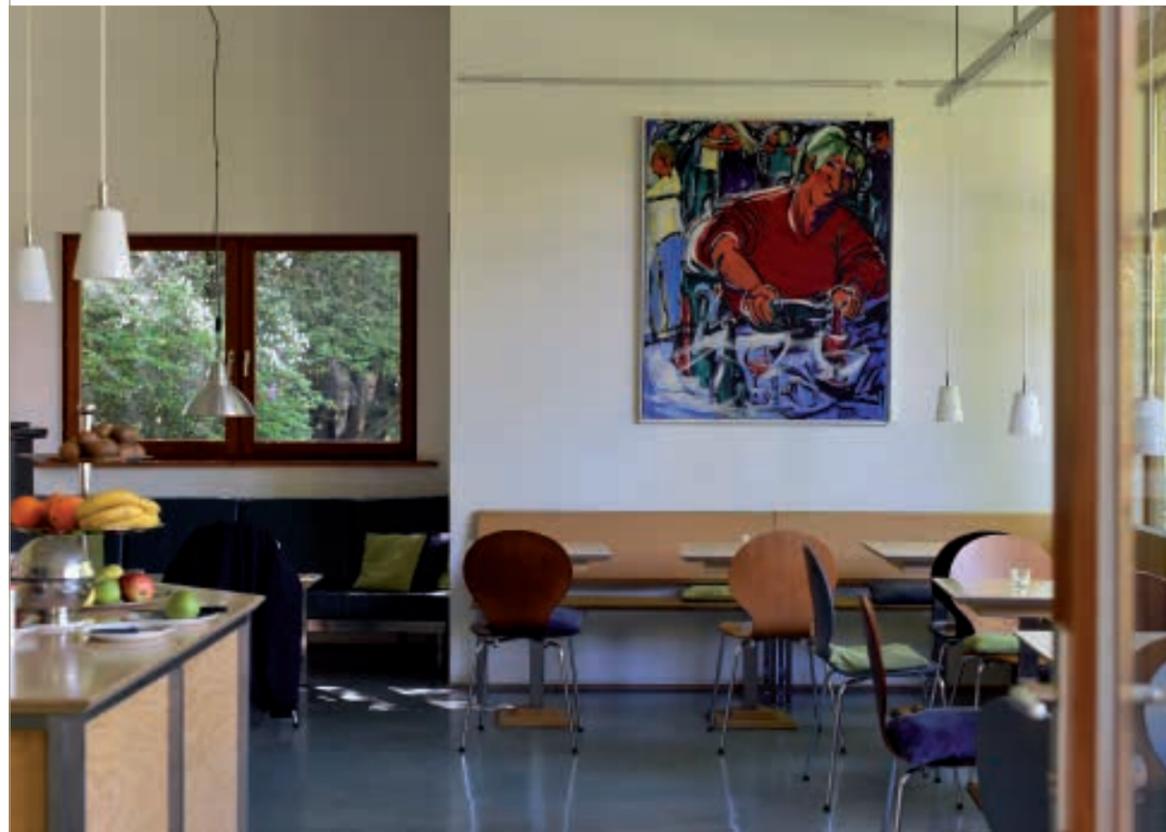
Der Workshop beinhaltet Praktiken, die helfen, die Intuition des Herzens zu entdecken und unser Leben langfristig zu transformieren:

- 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 Indianer, entstanden aus ihrer lebendigen, traditionellen Mythologie.

Eine Fotopräsentation, aufgenommen in den Bergen der Sierra Madre in Mexiko, die den inzwischen verstorbenen Don José Matsuwa und andere sehr beeindruckende Schamanen zeigt, gibt einen Einblick in die Welt der Huichol Indianer.

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

Kinder sind willkommen.



INFORMATIONEN

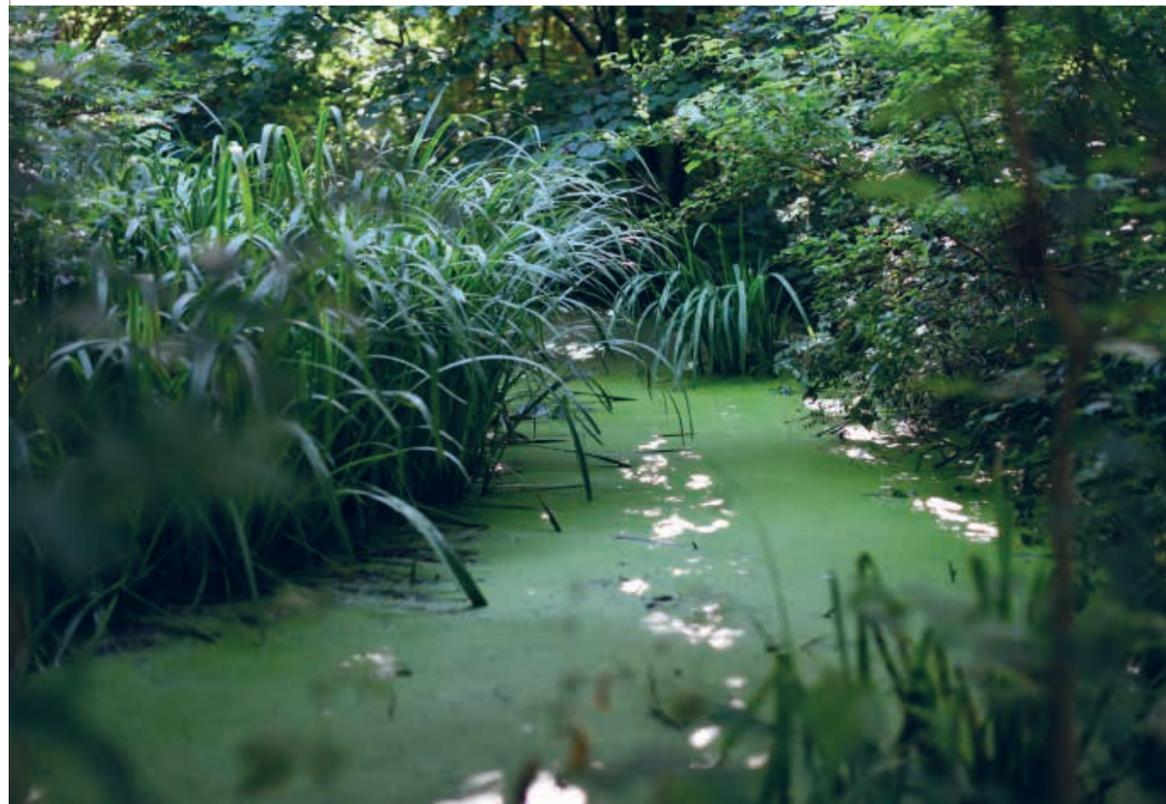
**Meditationen für zwei:
Austausch, Stille und
intime Begegnungen
für Paare – online**

Termine
jeweils dienstags
zwischen 17.30 h – 19.30 h
13.2.2024
20.2.2024
27.2.2024
5.3.2024
Kursgebühr 165 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240224

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

An diesen Onlineabenden können Sie lernen, miteinander 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 bestätigen 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 herausfordernder, liebevoller und verstörender Themen in einer erfüllenden Begegnung. Die Partner schöpfen aus der Kraft geteilter Stille, die ein, vom Thema unabhängiges Empfinden von Zuhause-Sein ermöglicht. Die Meditationen klären, verbinden und lösen; sie führen zu dem zurück, was die meisten Paare ursprünglich zueinander geführt hat: waches, teilnahme- und liebevolles Interesse an der Eigenart des anderen.



Ein Onlinetreffen dauert zwei Stunden (das erste eine halbe Stunde länger), besteht aus Meditation, der Wahl eines Themas für die gemeinsame Kontemplation, Sharing und gegebenenfalls einer kurztherapeutischen Intervention.

Maximal 4 Paare

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: GESTALT-THERAPIE – Forum für Gestaltperspektiven. 36. Jg., H. 2, S. 95–119
(Die Essays von 2017 und 2022 sind als Sonderdruck in ZIST erhältlich.)

DATEN & PREISE

**NIG Master
Im Bilde sein
Modul 1
(Barbara Innecken)**
Fr., 2.2., 18.30 h –
So., 4.2.24, 14.00 h
Kursgebühr 330 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240235

**Modul 2 – online
(Silke Humez)**
Sa., 27.4., 9.00 h –
So., 28.4.24, 17.00 h
Kursgebühr 330 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240420

**Modul 3
(Barbara Innecken)**
Fr., 18.10., 18.30 h –
So., 20.10.24, 14.00 h
Kursgebühr 330 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241032

**Modul 4 – online
(Silke Humez)**
Sa., 7.12., 9.00 h –
So., 8.12.24, 17.00 h
Kursgebühr 330 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241220

**BodyWareness:
Körperbewusstsein als
Schlüssel zur
Veränderung in Therapie
und Coaching – online**
Fr., 9.2. – So., 11.2.24
Workshopzeiten
Fr., 18.00 h – 21.00 h
Sa., 10.00 h – 18.00 h
(2 Std. Mittagspause)
So., 10.00 h – 13.00 h
Kursgebühr 275 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240223

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

**● NIG MASTER
IM BILDE SEIN – KREATIVE
AUFSTELLUNGSARBEIT MIT DEM
NEURO-IMAGINATIVEN GESTALTEN (NIG)**
Barbara Innecken, Silke Humez

Die NIG Master Module sind auch offen für Teilnehmer (m/w/d), die keine NIG Practitioner Module besucht haben.

Die Fortbildung wendet sich an Psychotherapeuten, Berater, Pädagogen, Coaches, Trainer (jeweils m/w/d) und andere in psychosozialen Berufen, die das Repertoire ihres jeweiligen Arbeits- oder Ausbildungsgebietes durch den Einsatz von Systemaufstellungen im Einzelsetting bereichern wollen.

Beschreibung siehe Seite 45, 54.

Modul 1:
Systemisch-phänomenologische Aufstellungsarbeit im Einzelsetting mithilfe des Neuro-Imaginativen Gestaltens (NIG)

Modul 2 – online:
Kommunikationsmodelle für wertschätzende Gesprächsführung in der Aufstellungsarbeit mit dem NIG

Modul 3:
Traumatherapeutische Grundlagen für die Aufstellungsarbeit im Einzelsetting mithilfe des NIG

Modul 4 – online:
Aufstellungsarbeit mit inneren Persönlichkeitsanteilen mithilfe des NIG

Die Workshops können einzeln zur jeweils angegebenen Kursgebühr gebucht werden. Bei Teilnahme an allen vier Modulen reduziert sich die Kursgebühr des letzten Moduls um 100 €.

Die Teilnehmer, die im Besitz des NIG Practitioner Zertifikats sind, schließen die Teilnahme an der NIG Master Serie mit einem **NIG Master Zertifikat** ab.

Begleitende Lektüre
Eva Madelung und Barbara Innecken: *Im Bilde sein – Vom kreativen Umgang mit Aufstellungen in Einzeltherapie, Beratung, Gruppen und Selbsthilfe*, Carl-Auer Verlag
Barbara Innecken: *Weil ich euch beide liebe – Systemische Pädagogik für Eltern, Erzieher und Lehrer*, Tredition Verlag

**● BODYWARENESS:
KÖRPERBEWUSSTSEIN ALS SCHLÜSSEL
ZUR VERÄNDERUNG IN THERAPIE
UND COACHING – ONLINE**
Ein erfahrungsorientierter Kurs für therapeutische, coachende oder unterstützende Berufsgruppen
Katrin Jonas

In diesem erfahrungsorientierten Kurs steht im Mittelpunkt, wie der BodyWareness-Ansatz, abgeleitet von dem englischen Begriff Body Awareness, also Körperbewusstsein, sowohl in die berufsspezifische Arbeit als Coach, Therapeut, Mediziner, Heilpraktiker, Lehrer oder Psychotherapeut (jeweils m/w/d) und so weiter, als auch in die eigene Selfcare einfließen kann.

Ausgehend von der Tatsache, dass alle emotionalen, gefühlsbezogenen und mentalen Vorgänge ein Teil des Organismus sind und sich in den körperlichen Funktionen widerspiegeln, muss das Eigenempfinden und das Erfühlen innerer Prozesse eine tragende Rolle in jedem Selbstreflexions-, Regenerations- und Heilungsprozess spielen. Vermittelt werden zum einen die theoretischen Aspekte des BodyWareness-Ansatzes und zum anderen vielfältige praktische Erfahrungen durch die Anwendung typischer BodyWareness-Tools.

Inhaltliche Fragestellungen

- Warum muss die Entwicklung von Körperbewusstsein eine Schlüsselrolle im Therapie- und Coaching-Alltag spielen?
- Warum bleiben mentale Ansätze (Denken/Verstand) unvollständig?
- Wie lernen Klienten/Patienten/Kursteilnehmer (jeweils m/w/d) sich (wieder) zu fühlen und die sensomotorische Amnesie, hervorgerufen durch Stress, traumatische Erfahrungen oder die persönliche Lebensweise, zu revidieren?
- Wie funktioniert diese sensorische Reorganisation praktisch?
- Wie können destruktive sensomotorische oder stressbedingte Muster verlassen werden?
- Wie können somatische Übungen und Wahrnehmungssequenzen konkret in die Praxis integriert werden?
- Welche Tools helfen, um die eigenen Kraftressourcen als Therapeut, Heiler, Coach, Mediziner, Yogalehrer, Hypno- oder Psychotherapeut (jeweils m/w/d) und so weiter aufzufüllen und gefüllt zu halten?

Der Screen des Notebooks/Computers sollte so einstellbar sein, dass die Teilnehmer (m/w/d) auch während der praktischen Sequenzen im Bild sind. Ein Einwählen über ein Handy ist nicht zu empfehlen.

Bitte stellen Sie für den Onlineworkshop eine Matte, eine Decke, ein Handtuch, ein Kissen und eine bequeme Sitzgelegenheit bereit.

DATEN & PREISE

Feminine Aspekte der Meditation – online

Termine
jeweils montags
von 19.00 h bis 21.00 h
4.3.2024
11.3.2024
18.3.2024
25.3.2024
Kursgebühr 260 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240322

Wenn das Herz bricht, bricht es auf – Trauern und Feiern als spirituelle Praxis – online

Termine
jeweils mittwochs
von 19.00 h bis 21.00 h
21.2.2024
28.2.2024
6.3.2024
13.3.2024
20.3.2024
Kursgebühr 240 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240220

Gefühle zum Weglaufen* – online

Termine
jeweils donnerstags
von 18.00 h bis 20.00 h
29.2.2024
7.3.2024
14.3.2024
21.3.2024
11.4.2024
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240221

Termine
jeweils donnerstags
von 18.00 h bis 20.00 h
24.10.2024
31.10.2024
7.11.2024
14.11.2024
21.11.2024
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241020

Kursgebühr jeweils 280 €

● FEMININE ASPEKTE DER MEDITATION – ONLINE

Ein erfahrungsorientierter Abendkurs mit Bewegungsmeditationen und körperorientierten Bewusstheitstechniken für Frau und Mann
Katrin Jonas

In diesem Praxiskurs steht im Mittelpunkt, die femininen Aspekte des Meditierens kennenzulernen und zu verinnerlichen. Anhand verschiedenartiger Meditationsmethoden und Bewusstheitstechniken, die auch mit Bewegung verbunden sein können, wird erfahrbar gemacht, welchen Einfluss feminine Qualitäten wie

- die Hingabe ans Meditieren,
- das Empfänglichsein,
- die Intuition,
- die Schöpferkraft,
- ein ausgeprägtes Gefühl für Harmonie und Balance,
- eine hohe Sensibilität,
- die enge Verbundenheit mit dem Körper,
- der Bewegungsfluss oder
- das bloße Passivsein

auf die Entwicklung von Achtsamkeit und das individuelle Erfahren des Zustandes der Meditation haben.

Darüber hinaus wird durch das Anwenden bewegungs- und körperbezogener Techniken vermittelt, wie die innere *Beobachterrolle* in Harmonie mit der persönlichen physischen Konstitution und dem individuellen Nervensystem am leichtesten einnehmbar ist.

Feminine Aspekte des Meditierens bereichern das Erhöhen der Achtsamkeit mit sich selbst und die Erlebnistiefe bei Frauen und Männern gleichermaßen. Schließlich dürfen sie in die persönliche *Self-care* Eingang finden.

Der Screen des Notebooks/Computers sollte so einstellbar sein, dass die Teilnehmer (m/w/d) auch während der praktischen Sequenzen im Bild sind. Ein Einwählen über ein Handy ist nicht zu empfehlen. Bitte stellen Sie für den Onlineworkshop eine Matte, eine Decke und eine bequeme Sitzgelegenheit bereit. Lautsprecher (Kopfhörer/Earplugs) sind ungeeignet.

● WENN DAS HERZ BRICHT, BRICHT ES AUF – TRAUERN UND FEIERN ALS SPIRITUELLE PRAXIS – ONLINE

Fortlaufender Onlineworkshop
Susanne Kraft und Michael Kraft

Der Sturm wird stärker. Ich auch!
Pippi Langstrumpf

The first step in healing is to put the focus on what's alive now, not what happened in the past.
Marshall Rosenberg

Wenn wir dem Schmerz in uns Raum geben – bereit, ihn wahr-zu-nehmen –, kann er sich und uns verwandeln. Indem wir das in uns zulassen, was gerade *wirklich* ist, wächst die innige Verbindung mit uns selbst. Wir werden wirklich.

Momentan mischen sich die schmerzhaften Verwandlungen in der Gesellschaft mit den ganz persönlichen Verlusten und Auslösern. Oft leiden wir, wenn unsere Gedanken oder die Geschichte über das Geschehene unser Bewusstsein dominieren.

Wir wollen dem *puren Trauern* Raum geben so, dass im Schmerz die Schönheit und Fülle des Lebens aufblühen kann; und gemeinsam Wege finden, wie die Krise uns stärken kann.

An diesen Abenden werden wir uns zuhören, wir werden Anregungen und Impulse geben, in Kleingruppen Übungen machen und uns im freien Gespräch austauschen.

● GEFÜHLE ZUM WEGLAUFEN* – ONLINE

Eine besondere Einführung ins Focusing (online an fortlaufenden Abendterminen)
Elmar Kruihoff

Laufen Sie mit Gefühlen herum, vor denen Sie am liebsten weglaufen möchten?

Belastende und unklare Gefühle werden leidvoll und endlos, wenn Sie Ihnen mitteilen: "Weg mit dir!", "Du bist ein Problem!", "Ich mag dich nicht!" und "Ohne dich ginge es mir besser!"

Sie verlieren so leicht Ihren Fühlkompass, der Ihnen sagen kann: "So möchte ich leben, dies ist mir wichtig, hier geht es lang." und "So möchte ich nicht mehr leben, dies ist mir nicht mehr wichtig, hier geht es nicht entlang."

Wie ist es möglich, diesen Kompass stattdessen wieder in die eigenen Hände zu nehmen; sich den

DATEN & PREISE

Vertiefender Workshop Gewaltfreie Kommunikation II – online

Termine
jeweils montags
von 18.00 h bis 21.00 h
8.1.2024
15.1.2024
22.1.2024
29.1.2024
Kursgebühr 235 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240120

● VERTIEFENDER WORKSHOP GEWALTFREIE KOMMUNIKATION II – ONLINE

Fortlaufender Onlineworkshop an vier Abenden
Sophia Kumpmann

In diesem Workshop werden wir prozessorientiert an eigenen Situationen arbeiten und üben, in Alltagssituationen die individuell passenden Worte zu finden und Schritt für Schritt in die Haltung der Gewaltfreien Kommunikation zu wachsen.

Ausgehend von eigenen Themen üben wir in Rollenspielen, mehr Klarheit zu bekommen, herauszufinden, worum es uns geht und wie wir das in unserer eigenen Alltagssprache in der Haltung der Gewaltfreien Kommunikation formulieren können.

(Weitere) Themen können sein:

- Wie kann ich eskalierende Situationen deeskalieren?
- Wie reflektiere ich eigene Muster und Glaubenssätze?
- GFK in (Liebes-)Beziehungen.
- GFK und Sex.

Neben kleineren Inputs und der Möglichkeit, Fragen zu stellen, werden der Austausch untereinander und der Spaß nicht zu kurz kommen.

Zugangsvoraussetzung
Einführungskurs Gewaltfreie Kommunikation sowie das Vertiefungsseminar I, insgesamt acht Abende beziehungsweise mindestens einen Vier-Tage-Workshop Gewaltfreie Kommunikation.

Maximal 12 Teilnehmende

eigenen Gefühlen zuzuwenden und ihnen ein sicherer Raum zu werden? Wie kann ich konkret vorgehen, um Unklarheit und Belastung zu begegnen und diese wieder neugierig und spielerisch betrachten zu können? Wie kann ich meine Gefühle entlasten und klären?

In diesem fortlaufenden Workshop möchte ich Ihnen einen Weg aufzeigen, Ihren Gefühlen das Recht zuzusprechen, Teil von Ihnen sein zu dürfen; gehört und ernstgenommen zu werden; und den wichtigen Beitrag sehen zu können, den sie zu Ihrem Leben leisten.

Die Erfahrung zeigt: So entsteht Sicherheit und Vertrauen im Innern, die zu Vielfalt und Lebendigkeit im Erleben führt. Durch die behutsame Annahme von Gefühlen, genauso wie sie sind, entsteht nicht Stillstand, sondern Möglichkeit und Wandel – ohne Zwang und Kampf.

Dieser fortlaufende Workshop ist eine Einführung ins Focusing. Wir erlernen das komplette Basismodell mit allen Schritten des Focusing inklusive Begleitung sowie

- die wertschätzende Verbindung mit unserem Körper,
- die Befreiung aus schwierigen emotionalen Zuständen,
- die Aufrechterhaltung einer hohen Aufmerksamkeitsqualität, um mit (subtilen) Gedanken, Gefühlen oder Fragestellungen zu arbeiten.

Der Workshop ist für Sie geeignet, wenn Sie eine ruhige, nach innen gekehrte Arbeit mit Ihren Gefühlen suchen, die Unklarheit und Ambivalenz zulässt, und wenn Sie die Onlinearbeit in Tandems und Triaden mögen beziehungsweise offen dafür sind, sich darauf einzulassen, unterstützt zu werden und andere zu unterstützen.

Dieser Workshop ist nicht für Sie geeignet, wenn Sie an Traumafolgen leiden oder leicht starke emotionale Überflutung erleben.

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

DATEN & PREISE

Gewaltfreie Kommunikation – online

Termine
jeweils montags
von 18.00 h bis 21.00 h
5.2.2024
19.2.2024
26.2.2024
4.3.2024
Kursgebühr 235 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240222

Einführung in Das Neuroaffektive Beziehungsmodell (NARM)* – online

Sa., 16.3., 10.00 h –
So., 17.3.24, 18.00 h
Workshopzeiten
jeweils 10.00 h – 13.00 h
und 15.00 h – 18.00 h
Kursgebühr 275 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240320

● GEWALTFREIE KOMMUNIKATION – ONLINE

Fortlaufender Onlineworkshop an vier Abenden
Sophia Kumpmann

Gut mit sich selbst in Kontakt zu sein, ist eine Voraussetzung dafür, gut mit anderen in Kontakt zu sein. Doch es kann durchaus eine Herausforderung sein mitzubekommen, ob und warum eine Situation für einen selbst passt oder nicht – und um was es dabei wirklich geht. Wie kann das ehrlich und konstruktiv kommuniziert werden, ohne den anderen vor den Kopf zu stoßen? Wie können Menschen dann in einen Dialog kommen, in dem beide Seiten wirklich gehört werden? Die Auseinandersetzung mit diesen Fragen ist die Basis für ein konstruktives Gestalten von Beziehungen.

Dafür braucht es Selbstreflexion, Selbstempathie und die Fähigkeit, anderen empathisch zuzuhören – doch wie geht das konkret? In Alltagssituationen, egal ob im privaten oder beruflichen Bereich, erleben wir immer wieder Situationen, die uns überfordern, verunsichern, ärgerlich oder ratlos zurücklassen.

Im Workshop wird praktisch anwendbares Handwerkszeug für Gesprächs- und Konfliktsituationen auf Basis der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg vermittelt.

An eigenen Situationen wird praktisch geklärt, wie man

- *Unstimmigkeiten* für sich selber klären und diese ehrlich und respektvoll ansprechen kann,
- einem Gegenüber empathisch begegnet und zuhört, ohne die eigene Klarheit zu verlieren,
- konkrete Lösungen entwickeln kann.

Daneben geht es auch um die Haltung hinter den Worten, wie jenseits von einem Denken von *richtig* und *falsch* und der Idee von Schuld eine bedürfnisorientierte Sichtweise zu Vertrauen und Verbindung beiträgt.

Sophia Kumpmann arbeitet prozessorientiert, strukturiert und achtet auf einen respektvollen und empathischen Rahmen. Die einzelnen Abende bestehen meist aus kurzen Inputs, praktischen Übungen und Reflexionsmöglichkeiten. Die Teilnehmenden können an eigenen Themen/Situationen üben, um eine größtmögliche Alltagstauglichkeit und Nachhaltigkeit zu erreichen. Daneben ist Raum für individuelle Fragestellungen, für Tipps und Tricks, Austausch und Spaß.

● EINFÜHRUNG IN DAS NEUROAFFEKTIVE BEZIEHUNGSMODELL (NARM)* – ONLINE
Michael Mokrus

Das *Neuroaffektive Beziehungsmodell* (NARM) ist ein wirksamer entwicklungsorientierter, psychotherapeutischer Ansatz zur Bewältigung belastender Kindheitserfahrungen (Entwicklungsstrauma, K-PTBS) und ihren langfristigen Folgen.

Der Einführungsworkshop ermöglicht es den Teilnehmern (m/w/d), sich einen Überblick über die Grundzüge des theoretischen und klinischen Ansatzes von NARM zu verschaffen. Mit dem der Konzeption und der Methodik innewohnenden Verständnis der funktionalen Einheit von biologischer und psychologischer Entwicklung arbeitet NARM mit frühen Mustern von Kontaktverlust, die unsere Identität, unsere Emotionen, unsere Physiologie, unsere Beziehungen und unser Verhalten tief beeinflussen. Die Vorgehensweise ist nicht regressiv, nicht kathartisch und nicht pathologisierend. In der therapeutischen Begleitung steht das Zusammenspiel von Aspekten der Identität und die Fähigkeit zu Kontakt und Regulierung im Fokus.

Zielgruppe

Menschen in psycho- und traumatherapeutischen Berufen, die das konzeptionelle und methodische Verständnis von NARM näher kennenlernen und erleben wollen.

Themenschwerpunkte

- Überblick über den theoretischen und praktischen Ansatz zur Behandlung von Entwicklungsstrauma.
- Die wechselseitige Beziehung von Nervensystem-Dysregulation und Identitätsverzerrungen.
- Die fünf organisierenden Entwicklungsthemen in NARM und deren entwicklungspsychologische Bedeutung.
- Die Entstehung und Funktion der fünf grundlegenden Anpassungsstrategien, die daraus resultierende Identitätsverzerrungen und ihre Folgen im Leben von Erwachsenen.
- Die Arbeit in der Gegenwart, die Bedeutung dualen Gewahrseins und somatischer Achtsamkeit.
- Die vier Säulen der Prozessbegleitung.
- Der NARM Heilungskreislauf und die Integration *Top-down* und *Bottom-up*.
- Demonstration der Methode.
- Orientierung: Die NARM Weiterbildung.

Im August 2024 beginnt die Weiterbildung NARM.

DATEN & PREISE

Fragestunde: Hochsensibilität im beruflichen Kontext* – online

Do., 18.1.24,
20.00 h – 22.00 h
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240121

Do., 25.7.24,
20.00 h – 22.00 h

Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240720

Kursgebühr jeweils 45 €

Fragestunde: Hochsensibel – schön anstrengend* – online

Do., 21.3.24,
20.00 h – 22.00 h
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240321

Do., 26.9.24,
20.00 h – 22.00 h

Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240920

Kursgebühr jeweils 45 €

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

Do., 16.5.24,
20.00 h – 22.00 h
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240520

Do., 21.11.24,
20.00 h – 22.00 h

Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241120

Kursgebühr jeweils 45 €

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

● FRAGESTUNDE: HOCHSENSIBILITÄT IM BERUFLICHEN KONTEXT* – ONLINE
Karin Ortner-Willnecker

In ihrer Mitte zu bleiben dürfte gerade den so empfänglichen Hochsensiblen angesichts einer unglaublichen Vielzahl von Eindrücken, extremer Stimmungen, überbordender Anforderungen und enormer Konkurrenzgetriebenheit besonders schwerfallen. Daher wollen wir in diesen beiden Stunden gemeinsam nach Wegen suchen, in der modernen Arbeitswelt nicht nur zu funktionieren oder irgendwie zu überleben, sondern vielleicht sogar zu einem ruhenden Pol und zur Kraftquelle zu werden.

Frau Karin Ortner-Willnecker bringt hierbei sowohl ihre Erfahrungen als Mitarbeiterin in wissenschaftlichen Instituten als auch ihre vielfältigen Erkenntnisse aus Therapie und Beratung ein.

● FRAGESTUNDE: HOCHSENSIBEL – SCHÖN ANSTRENGEND* – ONLINE
Karin Ortner-Willnecker

Hochsensible haben oft viele Fragen auf dem Herzen – zu ihren Erlebens- und Verhaltensweisen, ihren Werten, ihrem Selbst- und Weltverständnis und vieles mehr.

In diesen beiden Stunden erhalten Sie individuell auf Sie abgestimmte Antworten der Referentin, die auf aktuelle Erkenntnisse aus unterschiedlichen wissenschaftlichen Disziplinen und auf ihre langjährige Erfahrung als Therapeutin zurückgreifen kann. Nicht zuletzt gewinnen Sie im Austausch mit anderen hochsensiblen Menschen Einblicke in deren reichen Erfahrungsschatz.

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.





Staunen ist der Schutz der Erfahrung
vor dem Übergriff durch den Verstand.

Wolf Büntig

FORT-, WEITER- UND AUSBILDUNG	Fortbildung – Workshops	40
	Fortbildung – Serien	54
	Längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen	59
	Zusatzqualifikationen	65

DATEN & PREISE

Elterngespräche nach Feeling-Seen*

Mo., 1.7., 18.30 h –
Fr., 5.7.24, 14.00 h
Kursgebühr 960 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240770

Der allein geliebene Zwilling

Fr., 18.10., 18.30 h –
So., 20.10.24, 14.00 h
Kursgebühr 340 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241033

Musikalische Gruppenleitung für Therapeuten (m/w/d)

Do., 26.9., 18.30 h –
So., 29.9.24, 14.00 h
Kursgebühr 355 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240931

● 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 Par-

tizipation 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.

● DER ALLEIN GEBLIEBENE ZWILLING

Peter Bourquin

Beschreibung siehe Seite 14.

● MUSIKALISCHE GRUPPENLEITUNG FÜR THERAPEUTEN (M/W/D)

Sabine Bundschu

Diese Fortbildung richtet sich an Therapeuten (m/w/d), die gemeinsames Musizieren in ihre Therapie integrieren möchten.

In der Musik finden sich viele therapeutische Themen wieder: Individuum/Gruppe, Synchronisationsfähigkeit, Zuhören, Kreativität, Mut, Gemeinschaft, Resonanz, Harmonie und Dissonanz, die eigene Stimme. Das Musizieren mit anderen ermöglicht es, diese Themen konkret zu erleben und sich als Teil eines größeren Ganzen zu fühlen.

Musik kann als nonverbales Therapeutikum die Seele berühren, wo Worte fehlen.

Mit einfach zu lernenden Mitteln, wie Body Percussion, Rahmentrommeln und Stimme, gibt es auch jenseits von großem Instrumentarium die Möglichkeit, gemeinsam einen Raum zu kreieren und eigene Themen zu entdecken.

Wichtiger als eine musikalische Vorbildung ist die Lust, mit anderen Musik zu machen.

Falls vorhanden, bitte eigene Instrumente mitbringen.

● SUPERVISION FÜR TAKETINA TEACHERS | SUPERVISION FOR TAKETINA TEACHERS

Reinhard Flatschler und Anna-Maria Flatschler

Diese Supervision ist für jeden TakeTiNa Teacher, der neue Fähigkeiten entwickeln und existierende Fähigkeiten stärken und vertiefen möchte. Bitte bringen Sie Berimbau, Sticks und Surdogurt und wenn möglich Surdo mit.

This Supervision is for every TakeTiNa Teacher who wants to develop new skills and to improve and deepen Existing abilities. Please bring berimbau, sticks and surdo strap and if possible surdo.

● 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 Kunden-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

DATEN & PREISE

Supervision für TakeTiNa Teachers | Supervision for TakeTiNa Teachers

Do., 6.6., 18.30 h –
So., 9.6.24, 14.00 h
Kursgebühr 410 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240633

Wozu bin ich krank? Symptome und unbewusste Liebe

Di., 30.7., 18.30 h –
So., 4.8.24, 14.00 h
Kursgebühr 605 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240732

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

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

DATEN & PREISE

Freier Fluss für einen freien Kopf – mit indischer Kopfmassage

Fr., 28.6., 18.30 h –
So., 30.6.24, 14.00 h
Kursgebühr 270 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240635

Krankheitsbilder und Störungen des Kinder- und Jugendalters*

Fr., 11.4., 18.30 h –
Di., 15.4.25, 14.00 h
Kursgebühr 960 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250471

● FREIER FLUSS FÜR EINEN FREIEN KOPF – MIT INDISCHER KOPFMASSE

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 unserer 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.

● KRANKHEITSBILDER UND STÖRUNGEN DES KINDER- UND JUGENDALTERS*

Modul der Zusatzqualifikation in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie
Miriam Haagen

Zielsetzung des Workshops ist die Erlangung von Grundkenntnissen der Diagnostik und Behandlungstechnik im Bereich der Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie. Ausgehend von den konzeptionellen Grundannahmen der allgemeinen Entwicklungspsychopathologie werden die häufigsten Störungen des Kindes- und Jugendalters behandelt. Neben Vorträgen zur Somatischen Belastungsstörung, Depression versus Trauer, Essstörung sowie Angststörungen und anschließender Bearbeitung von Fallbeispielen in Balintgruppen, kommen Rollenspiele als weitere Lehrmethoden zum Einsatz.

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

Gruppenpsychotherapie – Leitung ambulanter Gruppen*

Fr., 2.2., 18.30 h –
Mi., 7.2.24, 14.00 h
Kursgebühr 1200 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240275

● 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 früherer 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.

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

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

DATEN & PREISE

Einführung in die Spieltherapie*

Mo., 2.9., 18.30 h –
Fr., 6.9.24, 14.00 h
Kursgebühr 960 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240971

Vertiefung und Abschied*

Mo., 25.11., 9.30 h –
Do., 28.11.24, 14.00 h
Kursgebühr 960 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241170

 **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 üband 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), *Personenzentrierte Kinderpsychotherapie – mit einer Falldarstellung*, München: Reinhardt Verlag
Weinberger, S. (2015), *Kindern spielend helfen – Einführung in die Personenzentrierte 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.

 **VERTIEFUNG UND ABSCHIED***

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

Um eine Kontinuität der Lernerfahrung zu gewährleisten, wird der abschließende Workshop der Zusatzqualifikation sowohl von Curd Michael Hockel als auch von Miriam Haagen geleitet.

In den ersten zwei Tagen erarbeitet Curd Michael Hockel, auch anhand eigener Erfahrungen aus der Praxis der Teilnehmenden, das Thema *Grenzzsetzung*: Fragen wie

- Wofür sind Grenzen wichtig?
 - Wie kann ich ausuferndes Verhalten von Kindern oder Jugendlichen wirkungsvoll begrenzen/limitieren?
- werden dabei im Vordergrund stehen.

In Rollenspielen können die Teilnehmenden ihre eigene Haltung reflektieren und Handlungskompetenz erlangen.

Anschließend wird Miriam Haagen sich dem Thema *Tod und Trauer* im Familiensystem widmen. Fragen wie

- Wie begleite ich sterbende Kinder?
 - Wie kann ich Kinder therapeutisch unterstützen, die ein Elternteil oder Geschwister verlieren?
 - Und grundsätzlich, was bedeutet Abschied, auch aus der Psychotherapie?
- werden dabei im Vordergrund stehen.

Für einen Nachmittag stehen beide Dozierende gemeinsam für Fragen und Austausch zur Verfügung.

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.

 **NIG MASTER IM BILDE SEIN – KREATIVE AUFSTELLUNGSARBEIT MIT DEM NEURO-IMAGINATIVEN GESTALTEN (NIG)**
Barbara Innecken, Silke Humez

Die NIG Master Module sind auch offen für Teilnehmer (m/w/d), die keine NIG Practitioner Module besucht haben.

Die Fortbildung wendet sich an Psychotherapeuten, Berater, Pädagogen, Coaches, Trainer (jeweils m/w/d) und andere in psychosozialen Berufen, die das Repertoire ihres jeweiligen Arbeits- oder Ausbildungsgebietes durch den Einsatz von Systemaufstellungen im Einzelsetting bereichern wollen.

Beschreibung siehe Seite ...

Modul 1:

Systemisch-phänomenologische Aufstellungsarbeit im Einzelsetting mithilfe des Neuro-Imaginativen Gestaltens (NIG)

Modul 2 – online:

Kommunikationsmodelle für wertschätzende Gesprächsführung in der Aufstellungsarbeit mit dem NIG

Modul 3:

Traumatherapeutische Grundlagen für die Aufstellungsarbeit im Einzelsetting mithilfe des NIG

Modul 4 – online:

Aufstellungsarbeit mit inneren Persönlichkeitsanteilen mithilfe des NIG

Die Workshops können einzeln zur jeweils angegebenen Kursgebühr gebucht werden. Bei Teilnahme an allen vier Modulen reduziert sich die Kursgebühr des letzten Moduls um 100 €.

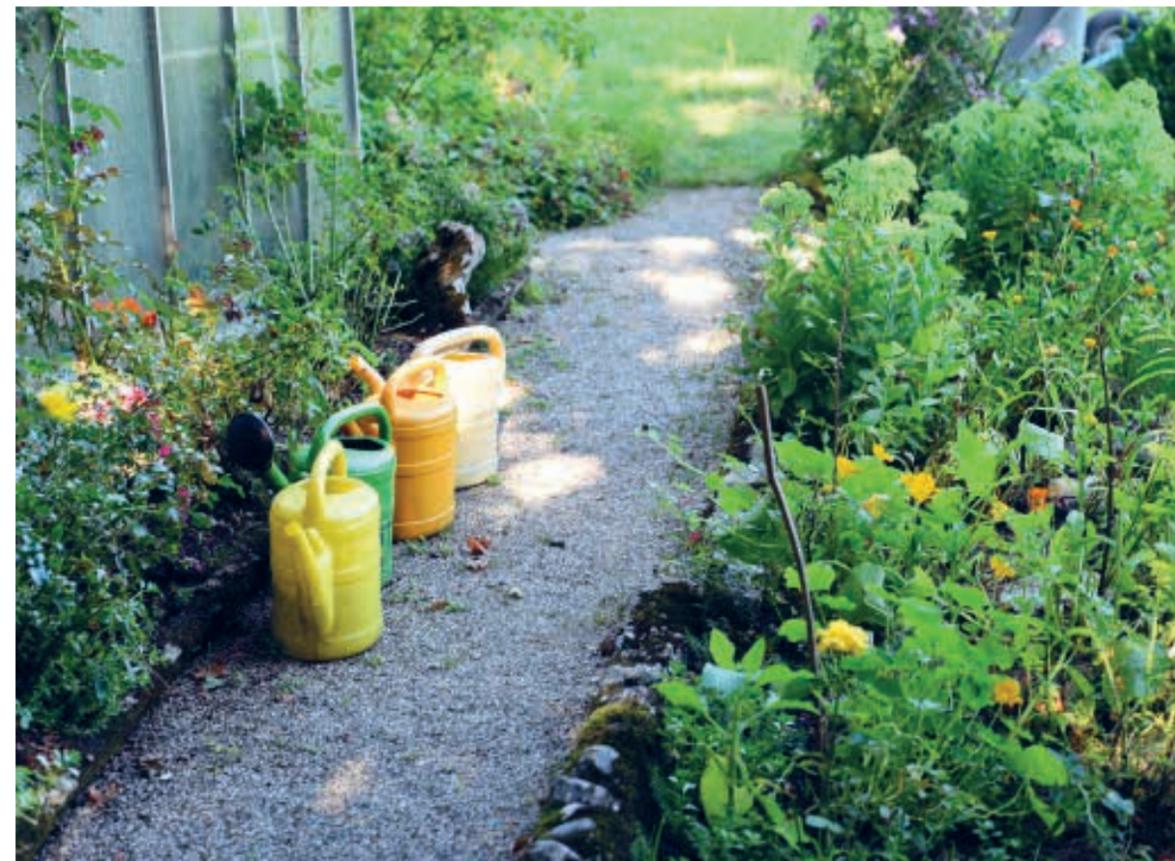
Die Teilnehmer, die im Besitz des NIG Practitioner Zertifikats sind, schließen die Teilnahme an der NIG Master Serie mit einem **NIG Master Zertifikat** ab.

Begleitende Lektüre

Eva Madelung und Barbara Innecken: *Im Bilde sein – Vom kreativen Umgang mit Aufstellungen in Einzeltherapie, Beratung, Gruppen und Selbsthilfe*, Carl-Auer Verlag
Barbara Innecken: *Weil ich euch beide liebe – Systemische Pädagogik für Eltern, Erzieher und Lehrer*, Tredition Verlag

Technische Voraussetzungen

Die Onlineworkshops finden 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.



DATEN & PREISE

NIG Master Im Bilde sein Modul 1 (Barbara Innecken)

Fr., 2.2., 18.30 h –
So., 4.2.24, 14.00 h
Kursgebühr 330 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240235

Modul 2 – online (Silke Humez)

Sa., 27.4., 9.00 h –
So., 28.4.24, 17.00 h
Kursgebühr 330 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240420

Modul 3 (Barbara Innecken)

Fr., 18.10., 18.30 h –
So., 20.10.24, 14.00 h
Kursgebühr 330 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241032

Modul 4 – online (Silke Humez)

Sa., 7.12., 9.00 h –
So., 8.12.24, 17.00 h
Kursgebühr 330 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241220

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

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

DATEN & PREISE

BodyWareness: Körperbewusstsein als Schlüssel zur Veränderung in Therapie und Coaching – online

Fr., 9.2. – So., 11.2.24
Workshopzeiten
Fr., 18.00 h – 21.00 h
Sa., 10.00 h – 18.00 h
(2 Std. Mittagspause)
So., 10.00 h – 13.00 h
Kursgebühr 275 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240223

Die Rolle der Entwicklung von Körperbewusstsein in der psychotherapeutischen Praxis – warum und wie?

Do., 10.10., 18.30 h –
So., 13.10.24, 14.00 h
Kursgebühr 425 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241034

● BODYWARENESS: KÖRPERBEWUSSTSEIN ALS SCHLÜSSEL ZUR VERÄNDERUNG IN THERAPIE UND COACHING – ONLINE

Ein erfahrungsorientierter Kurs für therapeutische, coachende oder unterstützende Berufsgruppen
Katrin Jonas

In diesem erfahrungsorientierten Kurs steht im Mittelpunkt, wie der BodyWareness-Ansatz, abgeleitet von dem englischen Begriff *Body Awareness*, also Körperbewusstsein, sowohl in die berufsspezifische Arbeit als Coach, Therapeut, Mediziner, Heilpraktiker, Lehrer oder Psychotherapeut (jeweils m/w/d) und so weiter, als auch in die eigene Selfcare einfließen kann.

Ausgehend von der Tatsache, dass alle emotionalen, gefühlsbezogenen und mentalen Vorgänge ein Teil des Organismus sind und sich in den körperlichen Funktionen widerspiegeln, muss das Eigenempfinden und das Erfühlen innerer Prozesse eine tragende Rolle in jedem Selbstreflexions-, Regenerations- und Heilungsprozess spielen.

Vermittelt werden zum einen die theoretischen Aspekte des BodyWareness-Ansatzes und zum anderen vielfältige praktische Erfahrungen durch die Anwendung typischer BodyWareness-Tools.

Inhaltliche Fragestellungen

- Warum muss die Entwicklung von Körperbewusstsein eine Schlüsselrolle im Therapie- und Coaching-Alltag spielen?
- Warum bleiben mentale Ansätze (Denken/Verstand) unvollständig?
- Wie lernen Klienten/Patienten/Kursteilnehmer (jeweils m/w/d) sich (wieder) zu fühlen und die sensomotorische Amnesie, hervorgerufen durch Stress, traumatische Erfahrungen oder die persönliche Lebensweise, zu revidieren?
- Wie funktioniert diese sensorische Reorganisation praktisch?
- Wie können destruktive sensomotorische oder stressbedingte Muster verlassen werden?
- Wie können somatische Übungen und Wahrnehmungssequenzen konkret in die Praxis integriert werden?
- Welche Tools helfen, um die eigenen Kraftressourcen als Therapeut, Heiler, Coach, Mediziner, Yogalehrer, Hypno- oder Psychotherapeut (jeweils m/w/d) und so weiter aufzufüllen und gefüllt zu halten?

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.

Der Screen des Notebooks/Computers sollte so einstellbar sein, dass die Teilnehmer (m/w/d) auch während der praktischen Sequenzen im Bild sind. Ein Einwählen über ein Handy ist nicht zu empfehlen.

Bitte stellen Sie für den Onlineworkshop eine Matte, eine Decke, ein Handtuch, ein Kissen und eine bequeme Sitzgelegenheit bereit.

● DIE ROLLE DER ENTWICKLUNG VON KÖRPERBEWUSSTSEIN IN DER PSYCHOTHERAPEUTISCHEN PRAXIS – WARUM UND WIE?

Eine erfahrungsbezogene Fortbildung für Psychotherapeuten (m/w/d) auf der Grundlage des BodyWareness-Ansatzes

Katrin Jonas

In diesem erfahrungs- und praxisorientierten Kurs, der sich an Psychotherapeuten und Psychologen (m/w/d) richtet, steht im Mittelpunkt,

- warum die Entwicklung eines ausgeprägten und differenzierten Körperbewusstseins auch im Rahmen der Psychotherapie eine zunehmend bedeutsame Rolle spielt,
- wie ein somatischer Fokus die Bewältigung emotionaler und gefühlsbezogener Therapieprozesse unterstützen, beschleunigen und greifbar machen kann,
- wie es im Praxis- beziehungsweise Rehabilitationsalltag konkret gelingt, die persönliche Körperlichkeit bewusst ins therapeutische Geschehen einzubinden,
- wie die Körpersprache eingesetzt, benutzt und als Bewusstheitstool eingesetzt werden kann,
- wie die innere Ausgewogenheit und die Fähigkeit der Selbstregulation durch den körperlichen Selbstausdruck und expressive somatische Tools bei Klienten und Patienten (jeweils m/w/d) förderbar ist,
- welchen Wert selbstgeführte somatische Eigenübungen und situativ anwendbare Alltagstechniken für Klienten und Patienten haben,
- welche Rolle das Körperbewusstsein des Therapeuten beziehungsweise Psychologen in diesem Prozess spielt.

DATEN & PREISE

Vertiefender Workshop Gewaltfreie Kommunikation II – online

Termine
jeweils montags
von 18.00 h bis 21.00 h
8.1.2024
15.1.2024
22.1.2024
29.1.2024
Kursgebühr 235 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240120

Gewaltfreie Kommunikation – online

Termine
jeweils montags
von 18.00 h bis 21.00 h
5.2.2024
19.2.2024
26.2.2024
4.3.2024
Kursgebühr 235 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240222

● VERTIEFENDER WORKSHOP GEWALTFREIE KOMMUNIKATION II – ONLINE

Fortlaufender Onlineworkshop an vier Abenden
Sophia Kumpmann

In diesem Workshop werden wir prozessorientiert an eigenen Situationen arbeiten und üben, in Alltagssituationen die individuell passenden Worte zu finden und Schritt für Schritt in die Haltung der Gewaltfreien Kommunikation zu wachsen.

Ausgehend von eigenen Themen üben wir in Rollenspielen, mehr Klarheit zu bekommen, herauszufinden, worum es uns geht und wie wir das in unserer eigenen Alltagssprache in der Haltung der Gewaltfreien Kommunikation formulieren können.

(Weitere) Themen können sein:

- Wie kann ich eskalierende Situationen deeskalieren?
- Wie reflektiere ich eigene Muster und Glaubenssätze?
- GFK in (Liebes-)Beziehungen.
- GFK und Sex.

Neben kleineren Inputs und der Möglichkeit, Fragen zu stellen, werden der Austausch untereinander und der Spaß nicht zu kurz kommen.

Zugangsvoraussetzung

Einführungskurs Gewaltfreie Kommunikation sowie das Vertiefungsseminar I, insgesamt acht Abende beziehungsweise mindestens einen Vier-Tage-Workshop *Gewaltfreie Kommunikation*.

Maximal 12 Teilnehmende

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.

● GEWALTFREIE KOMMUNIKATION – ONLINE

Fortlaufender Onlineworkshop an vier Abenden
Sophia Kumpmann

Gut mit sich selbst in Kontakt zu sein, ist eine Voraussetzung dafür, gut mit anderen in Kontakt zu sein. Doch es kann durchaus eine Herausforderung sein mitzubekommen, ob und warum eine Situa-

tion für einen selbst passt oder nicht – und um was es dabei wirklich geht. Wie kann das ehrlich und konstruktiv kommuniziert werden, ohne den anderen vor den Kopf zu stoßen? Wie können Menschen dann in einen Dialog kommen, in dem beide Seiten wirklich gehört werden? Die Auseinandersetzung mit diesen Fragen ist die Basis für ein konstruktives Gestalten von Beziehungen.

Dafür braucht es Selbstreflexion, Selbstempathie und die Fähigkeit, anderen empathisch zuzuhören – doch wie geht das konkret? In Alltagssituationen, egal ob im privaten oder beruflichen Bereich, erleben wir immer wieder Situationen, die uns überfordern, verunsichern, ärgerlich oder ratlos zurücklassen.

Im Workshop wird praktisch anwendbares Handwerkszeug für Gesprächs- und Konfliktsituationen auf Basis der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg vermittelt.

An eigenen Situationen wird praktisch geklärt, wie man

- Unstimmigkeiten für sich selber klären und
- diese ehrlich und respektvoll ansprechen kann,
- einem Gegenüber empathisch begegnet und zuhört, ohne die eigene Klarheit zu verlieren,
- konkrete Lösungen entwickeln kann.

Daneben geht es auch um die Haltung hinter den Worten, wie jenseits von einem Denken von richtig und falsch und der Idee von Schuld eine bedürfnisorientierte Sichtweise zu Vertrauen und Verbindung beiträgt.

Sophia Kumpmann arbeitet prozessorientiert, strukturiert und achtet auf einen respektvollen und empathischen Rahmen. Die einzelnen Abende bestehen meist aus kurzen Inputs, praktischen Übungen und Reflexionsmöglichkeiten. Die Teilnehmenden können an eigenen Themen/Situationen üben, um eine größtmögliche Alltagstauglichkeit und Nachhaltigkeit zu erreichen. Daneben ist Raum für individuelle Fragestellungen, für Tipps und Tricks, Austausch und Spaß.

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.

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

DATEN & PREISE

Come To Life – von Scham und Schuld zu Integration und Verbundenheit*
Fr., 8.3., 18.30 h –
So., 10.3.24, 14.00 h
Kursgebühr 310 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240330

Existenzielle und Transpersonale Psychologie*
Fr., 29.11., 18.30 h –
Mi., 4.12.24, 14.00 h
Kursgebühr 725 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241134

● **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.

● **EXISTENZIELLE UND TRANSPERSONALE PSYCHOLOGIE***

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
Gustl Marlock

Im Hinblick auf die Erforschung der Tiefendimension der Seele oder des menschlichen Bewusstseins, kann man gegenwärtig drei basale Formate oder Perspektiven ausmachen: als erste die sogenannte psychoanalytisch/psychodynamische Perspektive, eine zweite, humanistisch-existenzielle und als

dritte eine transpersonale, häufig auch spirituelle Perspektive genannt.

Das psychodynamische Therapieformat beschäftigt sich primär mit der Überlagerung oder Beeinträchtigung des Erlebens von Erwachsenen durch die Beziehungserfahrungen der frühen Kindheit. Auf gleichzeitig drei Bühnen, der der frühen Kindheit, der Bühne der aktuellen Lebenssituation und der Bühne des therapeutischen Raums, bemühen sich im besten Fall Therapeut und Patient (jeweils m/w/d) gemeinsam um eine Aufdeckung, Bewusstwerdung und ein tiefenhermeneutisches Verstehen der Gemeinsamkeiten, unbewussten Muster und verborgenen Motive, die auf allen drei Ebenen im Spiel sind. Weil sich in dieser Perspektive mitunter platte, kausal-historische Kurzschlüsse einschleichen, hat sich das psychodynamische Format in der zweiten Hälfte des letzten Jahrhunderts den Vorwurf vonseiten der Humanistischen Psychologie eingehandelt, einem manchmal zu reduktionistischen und deterministischen Blickwinkel anzuhängen.

Die Humanistische Psychologie hat demgegenüber das menschliche Potential zu Kreativität, Freiheit, Verantwortung und Authentizität oder Selbstaktualisierung betont und damit sechzig Jahre nach Entstehung der Psychoanalyse eine zweite Blütezeit der Psychotherapie initiiert. Sie hat die therapeutischen Prozesse bereichert, indem sie sich am vitalen Erleben von Menschen orientierte, und hat den Körper und damit die Emotionen und Gefühle und deren Bedeutung für das Erleben des Selbst und der Welt in den therapeutischen Raum zurückgeholt.

Gegenüber der psychodynamischen Betonung einer gefestigten Selbstidentität hat sie die Prozesshaftigkeit und vor allem die *Offenheit* des menschlichen Selbst hervorgehoben. Sie hat auch den therapeutischen Dialog aus seiner Vergangenheitsorientiertheit gelöst und in Gegenwärtigkeit und Gewahrsein gegründet. Inhaltlich bewegen sich vor allem die Existenziellen Strömungen der Humanistischen Psychologie innerhalb eines geistigen Horizonts, in dem angesichts unverständlicher Symptome, Sorgen und Leid nicht nach einem persistierenden, kindlichen Erleben gefragt wird, sondern auf welche ultimativen existenziellen Belange und Herausforderungen die Eigentümlichkeiten menschlichen Leids und Sorge verweisen. Zu diesen sogenannten ultimativen Belangen gehört der Tod und die Vergänglichkeit, die Freiheit, die Liebe und die Frage der Zugehörigkeit; die Sinnhaftigkeit der Existenz und die Frage, wer wir jenseits unserer Überzeugungen, Identifikation und sozialen Rollen eigentlich sind. Man kann von hier aus ermessen, dass es sich um einen ungleich weiteren Horizont handelt.

DATEN & PREISE

Yoga-Basierte Traumatherapie (YBT) Practitioner*

Mo., 15.1., 18.30 h –
Do., 18.1.24, 14.00 h
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240131

Fr., 25.10., 18.30 h –
Mo., 28.10.24, 14.00 h
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241036

Kursgebühr je
Workshop 420 €
zuzüglich Vollpension**

Zu den ultimativen Belangen gehört auch die Frage, ob es eine geistige Realität gibt, die das Selbst und das Personale überschreitet. Sie fällt in ein Territorium, das in vormoderner Sprache als Metaphysik oder Spiritualität bezeichnet wurde und seit den Arbeiten von Abraham Maslow und anderen auch als Transpersonale Psychologie beschrieben wird. Diese Perspektive auf das Bewusstsein zeichnet sich vor allem in ihren nicht-theistischen Versionen auch dadurch aus, dass sie zwar diskursiv erörtert werden können, als Erfahrung aber weder über Sprache noch über das Denken zugänglich sind. Der Workshop wird also auch eine systematische Erforschung der Bedeutung und der Essentials meditativer Erfahrung beinhalten.

neu 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 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 Trauma-fokussierter 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 Faszienarbeiten an der Wirbelsäule durch minimale Eigenbewegungen erzeugen einen Zugang zu diesen Erfahrungen.

Hinzu kommen weitere Methoden wie Chakrenarbeit und Arbeit mit Komorbidität wie Somatoforme Belastungsstörung.

Themen und Inhalte der zwei Module:

Modul 1:
Schwerpunkt Pranayama Vertiefung

Hier wird Pranayama vertieft, indem die verschiedenen Pranayama-Übungen zeitlich verlängert und motorisch verfeinert werden. Die Erfahrungen, die dadurch entstehen, werden ausführlich besprochen und reflektiert und deren Ergebnisse fließen wiederum in die Übungspraxis ein. Pranayama soll so zu einer vertieften Wirkung kommen und das Nervensystem noch mehr ausbalancieren. Zusätzlich arbeiten wir an der pränatalen Entwicklung.

Modul 2:
Schwerpunkt Pratyahara Vertiefung

Eine Vertiefung des Pratyaharas liegt in der Erstellung einer körperlichen Landkarte aus der hervorgeht, welche Orte im Körper zu welchen Erfahrungen führen, wenn sie mit Asanas geübt werden. Die Anwendung von Pratyahara wird ausführlicher durchgeführt und individualisiert. Die Gruppe soll zu einem sicheren Ort werden, in dem persönliche Erfahrungen Raum haben und geschützt sind. Zusätzlich arbeiten wir an der pränatalen Entwicklung.

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

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

DATEN & PREISE

Gottes Umzug ins Ich

Di., 27.2., 18.30 h –

So., 3.3.24, 14.00 h

Kursgebühr 660 €
zuzüglich Vollpension**

Ort/Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 240237

Grenzen in der sozialen Interaktion

Fr., 24.5., 18.30 h –

So., 26.5.24, 14.00 h

Kursgebühr 290 €
zuzüglich Vollpension**

Ort/Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 240532

neu GOTTES UMZUG INS ICH*Tiefenpsychologisch-phänomenologische
Therapie und Aufstellungsarbeit*

Malte Nelles

Wir suchen das Wahre in einer Zeit, in der nichts Letztes gilt. Der Gott, der einst schützend seine Hand über unser Leben legte, ist mit Nietzsches *tot*. Als moderne Menschen leben wir – weitgehend unbewusst – in diesem Verlust an letztgültiger Wahrheit und Sicherheit. Nicht mehr im Blick nach oben finden sich in der heutigen Zeit die Antworten auf das stetig komplexer werdende Leben. Wer heute nach Orientierung sucht, blickt nach *innen*, um die Wahrheit über sich und die großen Fragen des eigenen Lebens herauszufinden.

Ich bin nun das Maß aller Dinge und für alles Wesentliche in meinem Leben verantwortlich. Scheinbar grenzenlose Freiheit und eine ebenso große persönliche Überforderung sind die psychologischen Folgen von Gottes Umzug ins menschliche Ich.

Die konventionelle klinische Psychologie und Psychotherapie beschränken sich im Blick auf den notleidenden Menschen auf die Lebens- und Familiengeschichte des Individuums. Dies ist passend, da der individuelle Mensch in Therapie ist, und doch übersehen sie hierbei etwas Wesentliches: wir sind nicht nur die Kinder unserer Eltern, sondern auch die Kinder unserer Zeit, Geschichte und Kultur. In vielen Lebensproblemen, unlösbaren Fragen, seelischen Symptomen und ergebnislosen Suchen spiegeln sich nicht nur unser eigenes Leben und unsere familiäre Herkunft, sondern ebenso das lebendige Wirken des kollektiven kulturellen Geistes, der unser Denken, Wahrnehmen, Fühlen und Handeln – unsere Psychologie – bestimmt.

In seinem ersten Buch widmet sich Malte Nelles der Begründung einer *phänomenologischen Tiefenpsychologie*. Das Buch erschien im Juni 2023 im Europa Verlag unter dem Titel *Gottes Umzug ins Ich. Eine Tiefenpsychologie des modernen Menschen*. Im Fortbildungsseminar wird er die dort entwickelte Theorie vorstellen und dialogisch und mit Aufstellungen hiermit arbeiten.

● GRENZEN IN DER SOZIALEN INTERAKTION*Ein Einführungsworkshop in die Bodydynamic Arbeit*

Michael Rupp

Die Fähigkeit zur Abgrenzung ist ein besonders vielschichtiges und oft auch konflikträchtiges Thema in unserem Leben. Sie beeinflusst maßgeblich unsere sozialen Interaktionen, im beruflichen Kontext wie auch in der Beziehung.

Eine besonders wichtige Rolle spielt die Wiederherstellung unserer persönlichen Grenzen auch bei der Überwindung traumatischer Erfahrungen, denn: jede traumatische Erfahrung verletzt unsere Grenzen auf allen Ebenen, emotional, körperlich wie auch existenziell.

Oft legen wir uns dann unbewusst auf bestimmte Strategien fest, um künftige Übergriffe und Verletzungen zu vermeiden, statt bewusst Grenzen zu setzen. Oder die Fähigkeit zur Abgrenzung wird kompromittiert, weil *Neinsagen* mit Kontaktabbruch verbunden war.

Im Rahmen einer natürlichen kindlichen Entwicklung durchleben wir dagegen den Auf- und Ausbau unserer persönlichen Grenzen – zuerst über Nabel und Hautgrenze, dann mittels Wegdrückens/*Neinsagens*, unseren persönlichen Raum einnehmen et cetera – als eine Möglichkeit, die Beziehung gemäß unseren Bedürfnissen zu gestalten.

Auf Grundlage des umfassenden Wissens von Bodydynamic über die psychomotorische Entwicklung des Kindes können wir mittels spezifischer körperlicher Partnerübungen bewusstes Abgrenzen neu erleben und erlernen.

Diese neue, heilsame Erfahrung ermöglicht uns eine tiefere, authentischere Begegnung mit unserem Gegenüber auf Grundlage einer natürlichen Selbstsicherheit und Selbstwirksamkeit.

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

DATEN & PREISE

Bindung und die körperliche Konstituierung von Narzissmus

Fr., 15.11., 18.30 h –

So., 17.11.24, 14.00 h

Kursgebühr 290 €
zuzüglich Vollpension**

Ort/Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 241131

Erforschung der Innenwelt

Do., 15.8., 18.30 h –

So., 18.8.24, 14.00 h

Kursgebühr 410 €
zuzüglich Vollpension**

Ort/Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 240832

● BINDUNG UND DIE KÖRPERLICHE KONSTITUIERUNG VON NARZISSMUS*Ein Bodydynamic Seminar*

Michael Rupp

Leben wir in einem neuen, postmodernen Zeitalter des Narzissmus?

Eine neue Ideologie des Individualismus und der Selbstoptimierung propagieren Leistungsbereitschaft, Unabhängigkeit und Selbstverwirklichung um jeden Preis. Die Folgen sind ein progressiver Verlust an Beziehungsfähigkeit. Wir werden verstärkt mit Leere, Sinnlosigkeit und Einsamkeit konfrontiert und suchen den Ausweg über Ersatzbefriedigungen.

Inzwischen ist wissenschaftlich bestätigt, dass narzisstische Prägungen unmittelbar auf mangelnde Bindungserfahrungen zurückzuführen sind. In dem Maße wie uns liebevolle Beziehungserfahrungen versagt wurden, beziehen wir uns auf ein oberflächliches Selbst; wir werden *selbstbezogen!* Kaum bekannt ist, wie wir dabei den Zugang zu unserem *Körperselbst* verlieren. Der schrittweise Verlust an Tiefensensibilität, die Aufspaltung des Körpers wie auch die Verhärtung der Muskulatur machen die Grundlage narzisstischen Erlebens aus. Das heißt Narzissmus wird über eine spezifische körperliche Konstituierung in uns angelegt!

In diesem Seminar *reisen* wir mittels spezifischer Übungen durch die frühe Entwicklung des Kindes und verbinden uns darüber wieder besser mit unserem lebendigen Spüren und Emotionen. Dabei nutzen wir die altersspezifischen motorischen Bewegungen des Bodydynamic Modells, die Faszien und Muskeln um unser Herz- und Bauchzentrum neu aktivieren. Alle Übungen werden mit einem Partner (m/w/d) ausgeführt, um neue, heilsame Beziehungserfahrung und eine tiefere Verbundenheit im Innen wie Außen zu erfahren.

Neben der Selbsterfahrung gibt es eine kurze theoretische Einführung in die Entstehung narzisstischer Strukturen.

● ERFORSCHUNG DER INNENWELT*Systemische Therapie mit der inneren Familie*

Irmgard Schmelcher-Haimerl

Faust beklagte, dass er zwei Seelen in seiner Brust habe. Ich habe eine ganze sich zankende Menge.

Otto von Bismarck

Was Goethes Faust und Bismarck beklagen, hat Dr. Richard C. Schwartz, einer der bekanntesten Familientherapeuten der USA, Anfang der 80er-Jahre als Chance für persönliche Entwicklung und Heilung erkannt. Er entwickelte die IFS Therapie (Inner Family System), indem er die systemische Sichtweise auf die Innenwelt übertrug und die Multiplizität unserer inneren Anteile als etwas Naturgegebenes respektierte, anstatt sie als Störung zu sehen.

Im Workshop wird IFS mit achtsamer Wahrnehmung des Körpers, bewusstem Atmen, Bewegung und einfühlsamer Berührung kombiniert. Die präzise und wertschätzende Vorgehensweise der IFS Therapie ist ebenso strukturiert wie flexibel und geht voller Respekt für das Tempo und die Ressourcen der Klienten (m/w/d) vor.

Der erfahrungsorientierte Workshop gibt einen Einblick in die Arbeitsweise der IFS Therapie. Durch körperliche Bewegungsabläufe aus den frühkindlichen Entwicklungsphasen können die Teilnehmer (m/w/d) ihre inneren Anteile bewusst spüren und kennenlernen.

Die jedem Menschen innewohnende, oft brachliegende innere Weisheit und Klarheit, das Selbst, kann die Führung übernehmen und die inneren Teile von oft hemmenden Rollen befreien. Dadurch wird das innere System auf heilsame Art reorganisiert.

Dieser Workshop ist für alle, die an der Erforschung ihres Innenlebens und inneren Systems interessiert sind. Zudem ist er zur Fortbildung für Menschen, die mit Menschen arbeiten gedacht, da IFS sich sehr gut als Ergänzung für andere therapeutische Methoden eignet.

Die Teilnahme an diesem Workshop wird als Einführungsseminar für die IFS-Ausbildung anerkannt.

Näheres siehe unter: www.ifs-europe.net

Buchempfehlung
Richard C. Schwartz, *IFS – Das System der Inneren Familie. Ein Weg zu mehr Selbstführung*.
Uta Sonneborn, Ruthild Haage-Rapp, Christa Middendorf, Ana Cristina Pires, *SELBST-geführte Psychotherapie*.

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

DATEN & PREISE

Zapchen somatics

Fr., 8.3., 18.30 h –
So., 10.3.24, 14.00 h
Kursgebühr 250 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240333

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

Fr., 28.6., 18.30 h –
Mo., 1.7.24, 14.00 h
Kursgebühr 385 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240631

● **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-Erst Helfern 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.

neu **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 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 Trans-

formation 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 Emotion-
regulation, Polyvagaltheorie
und körpertherapeutischen
Interventionen in
die psychotherapeutische
Behandlung***

Mi., 28.8., 18.30 h –
So., 1.9.24, 14.00 h
Kursgebühr 530 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240835

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

**[www.zist.de/de/
seminarhaus/unterkunft-
und-verpflegung](http://www.zist.de/de/seminarhaus/unterkunft-und-verpflegung)

DATEN & PREISE

**NIG Master
Im Bilde sein**
**Modul 1
(Barbara Innecken)**

Fr., 2.2., 18.30 h –
So., 4.2.24, 14.00 h
Kursgebühr 330 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240235

**Modul 2 – online
(Silke Humez)**

Sa., 27.4., 9.00 h –
So., 28.4.24, 17.00 h
Kursgebühr 330 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240420

**Modul 3
(Barbara Innecken)**

Fr., 18.10., 18.30 h –
So., 20.10.24, 14.00 h
Kursgebühr 330 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241032

**Modul 4 – online
(Silke Humez)**

Sa., 7.12., 9.00 h –
So., 8.12.24, 17.00 h
Kursgebühr 330 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241220

**● NIG MASTER
IM BILDE SEIN – KREATIVE
AUFSTELLUNGSARBEIT MIT DEM
NEURO-IMAGINATIVEN GESTALTEN (NIG)**

Barbara Innecken, Silke Humez

Die NIG Master Module sind auch offen für Teilnehmer (m/w/d), die keine NIG Practitioner Module besucht haben.

Die Fortbildung wendet sich an Psychotherapeuten, Berater, Pädagogen, Coaches, Trainer (jeweils m/w/d) und andere in psychosozialen Berufen, die das Repertoire ihres jeweiligen Arbeits- oder Ausbildungsgebietes durch den Einsatz von Systemaufstellungen im Einzelsetting bereichern wollen.

Das von Dr. Eva Madelung begründete Neuro-Imaginative Gestalten (NIG) enthält in der Weiterentwicklung von Barbara Innecken Elemente aus systemisch-phänomenologischer Aufstellungsarbeit, systemisch-konstruktivistisch orientierten Methoden, Hypnotherapie, Körper-, Kunst- und Traumatherapie.

Im NIG werden spontan erstellte Skizzen als Bodenanker verwendet und durch das Sich-ins-Bild-Stellen mit dem ganzen Körper und allen Sinnen erlebt. Durch die zusätzliche Verwendung einer kognitiv-reflektierenden Metaposition ergibt sich ein Perspektivenwechsel, der immer wieder zu überraschenden Einsichten und Neuorientierungen führt.

Die vier Master Module sind weiterführende Seminarangebote zu vertiefenden Themen in Verbindung mit dem NIG: Familien- und Organisationsaufstellungen, Integration innerer Anteile, traumatherapeutische Grundlagen für die Aufstellungsarbeit sowie Modelle für wertschätzende Gesprächsführung.

Die Teilnehmer begegnen diesen Themenschwerpunkten in vielen praktischen Übungen. Dadurch sowie durch unterstützende Supervision lässt sich das Erlernte sofort in die Praxis umsetzen und in die eigene berufliche Arbeitsweise integrieren. Jedes Modul umfasst außerdem theoretisches Hintergrundwissen und eine gründliche methodisch-didaktische Planung und Vermittlung.

Modul 1:

Systemisch-phänomenologische Aufstellungsarbeit im Einzelsetting mithilfe des Neuro-Imaginativen Gestaltens (NIG)

Modul 2 – online:

Kommunikationsmodelle für wertschätzende Gesprächsführung in der Aufstellungsarbeit mit dem NIG

Modul 3:

Traumatherapeutische Grundlagen für die Aufstellungsarbeit im Einzelsetting mithilfe des NIG

Modul 4 – online:

Aufstellungsarbeit mit inneren Persönlichkeitsanteilen mithilfe des NIG

Die Workshops können einzeln zur jeweils angegebenen Kursgebühr gebucht werden.

Bei Teilnahme an allen vier Modulen reduziert sich die Kursgebühr des letzten Moduls um 100 €.

Die Teilnehmer, die im Besitz des NIG Practitioner Zertifikats sind, schließen die Teilnahme an der NIG Master Serie mit einem **NIG Master Zertifikat** ab.

Begleitende Lektüre

Eva Madelung und Barbara Innecken: *Im Bilde sein – Vom kreativen Umgang mit Aufstellungen in Einzeltherapie, Beratung, Gruppen und Selbsthilfe*, Carl-Auer Verlag

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

Technische Voraussetzungen

Die Onlineworkshops finden 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.

DATEN & PREISE

**Wiederherstellung
der Beziehungen
(SAT Modul II)**

Fr., 3.5., 18.30 h –
So., 12.5.24, 14.00 h
Kursgebühr 1240 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240530

**● 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

**● WIEDERHERSTELLUNG DER
BEZIEHUNGEN (SAT MODUL II)**

Katrin Reuter und Team der internationalen
SAT Schule

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.



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

DATEN & PREISE

Selbsterkenntnis und Lebendigkeit (SAT Modul I)

Fr., 25.10., 18.30 h –
So., 3.11.24, 14.00 h
Kursgebühr 1240 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241031

Das Enneagramm der Persönlichkeit und der Gesellschaft – ein erfahrungsorientierter Workshop

Sa., 27.7., 18.30 h –
Di., 30.7.24, 14.00 h
Kursgebühr 410 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240731

● SELBSTERKENNTNIS UND LEBENDIGKEIT (SAT MODUL I)

Katrin Reuter und Team der internationalen SAT Schule

Kursprache 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*, 27.7. – 30.7.24, in ZIST hingewiesen.

Weitere Informationen unter: www.naranjo-sat.com

● 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 Oktober 2024 in ZIST.

DATEN & PREISE

Brainspotting (BSP), Phase 2*

Mo., 19.2., 18.30 h –
Do., 22.2.24, 14.00 h
Kursgebühr 390 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240233

● 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 Therapie (m/w/d) die Horizontalachse mit dem Pointer absucht, lassen sich bei den Klienten (m/w/d) 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 traumaassoziiierter 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.

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

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

DATEN & PREISE

Brainspotting (BSP), Phase 1*

So., 8.12., 18.30 h –
Mi., 11.12.24, 14.00
Kursgebühr 390 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241231

 **BRAINSPOTTING (BSP), PHASE 1***

Traumatherapeutische Fortbildung für approbierte Psychotherapeuten sowie für Heilpraktiker für Psychotherapie (jeweils m/w/d)

Gerhard Wolfrum

Die 2003 von dem Psychoanalytiker Dr. David Grand entdeckte traumatherapeutische Methode *Brainspotting* ist ein neuropsychotherapeutisches, körper- und gehirnbasiertes Traumatherapieverfahren, welches mit nahezu jedem anderen Verfahren zur Traumaverarbeitung verbunden werden kann. Es knüpft an Erkenntnisse von Daniel Siegels interpersoneller Neurobiologie und von Somatic Experiencing an und kann als Weiterentwicklung von EMDR verstanden werden. Ziel ist jenseits eines kognitiven Zugangs die schonende Integration desintegrierter lebensgeschichtlicher Belastungserfahrungen.

Brainspotting nutzt die Entdeckung, dass sowohl Gedächtnisinhalte, die einem bewussten Abruf nicht zugänglich sind, als auch therapierelevante Belastungserfahrungen mit bestimmten 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 1 der Brainspotting Fortbildung beinhaltet

- eine Einführung in die Grundprinzipien des Brainspottings,
- die Geschichte der zufälligen Entdeckung durch Dr. David Grand,
- die Erläuterung und Demonstration des *dual attunements und uncertainty-principle* sowie
- die ausführliche Darstellung der neurobiologischen Grundlagen und Hypothesen zum BSP.

Ferner werden eine theoretische Einführung und anschließend praktische Anwendung zum Auffinden der sogenannten Brainspots über

- das äußere Fenster (*outside window*),
- das innere Fenster (*inside window*),
- *gazespotting* und über
- eine Körperressource vermittelt.

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 (m/w/d) einhergeht und dementsprechend auf die Aktivierung stress- beziehungsweise trauma-assoziiierter 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 in der Lage ist.

DATEN & PREISE

Yoga-Basierte-Traumatherapie***Modul 1**

Do., 4.4., 18.30 h –
So., 7.4.24, 14.00 h

Modul 2

Fr., 30.8., 18.30 h –
Mo., 2.9.24, 14.00 h

Modul 3

Do., 5.12., 18.30 h –
So., 8.12.24, 14.00 h

Modul 4

Do., 1.5., 18.30 h –
So., 4.5.25, 14.00 h

Kursgebühr 1680 €, zahlbar in Raten pro Workshop zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 89.24

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

Weiterbildung in vier Modulen für Psychotherapeuten und psychotherapeutisch Tätige sowie für Körpertherapeuten, Yogatherapeuten, Physiotherapeuten (jeweils m/w/d) und Yogaübende

Dietmar Mitzinger

Reden allein reicht nicht, heißt es in der Traumatherapie. Der Körper sollte mit einbezogen werden. Die Yoga-Basierte-Traumatherapie ist eine körperbezogene Methode, die die bisherige Lücke füllen kann. Das einzigartige an Yoga ist das Pranayama. Es reguliert das Nervensystem auf der Hirnstamm-basis. Der Dorsal-Motorische-Nukleus – Ausgangspunkt für die Erstarrung nach Stephen Porges – wird durch Pranayama gehemmt. Die Auswirkung ist die Wiederherstellung der Präsenz. Ich komme ins *Hier und Jetzt*.

Die Erforschung des Pranayama in seiner Wirksamkeit bei der Behandlung von Posttraumatischen Belastungsstörungen (PTBS) hat vor kurzem erst begonnen. In den USA an der Stanford- und Yale Universität sowie in Palo Alto, wird Pranayama bei PTBS ebenso erforscht wie in der Universität Duisburg-Essen. Erste Ergebnisse legen nahe, dass es Wirkzusammenhänge zwischen Pranayama und PTBS gibt. Eine erste Studie ist abgeschlossen und wird bald veröffentlicht.

In allen vier Modulen der Weiterbildung werden die drei grundlegenden Arbeitsweisen der Yoga-Basierten-Traumatherapie dargestellt und in Form von Selbsterfahrung angeboten.

- Erstens der Pranayama-Effekt, wodurch das Herz, der Hirnstamm und das zentrale Exekutivnetzwerk schrittweise vom Zustand der Bedrohung in den Zustand der Sicherheit überführt wird.
- Zweitens der Pratyahara-Effekt, der darin besteht, dass das Gehirn die Feelings aus dem Körper so integriert, dass daraus ein posttraumatisches Wachstum im Ruhenetzwerk resultiert.
- Drittens der Asana-Effekt, der fasziale Strukturen, die seit der Kindheit zusammengezogen sind, behutsam wieder lösen kann.

Ziel der Weiterbildung ist es, Teilnehmende aus den Heilberufen zu befähigen, Elemente aus YBT in ihre therapeutische Arbeit mit einfließen zu lassen. Die Module beinhalten Theorie- und Selbsterfahrungsanteile. Die Teilnahme setzt eine normale psychische Gesundheit und Belastbarkeit voraus.

Modul 1

Asanas für die frühe Kindheit, begleitet von Pranayama und Pratyahara
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.

Modul 2

Asanas für die mittlere Kindheit
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
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 des YBT zur Anwendung kommen.

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 €.

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

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

DATEN & PREISE

Einführung in die Yoga-Basierte-Traumatherapie*

Do., 18.1., 18.30 h –
So., 21.1.24, 14.00 h
Kursgebühr 420 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240130

Das Neuroaffektive Beziehungsmodell (NARM)*

Beginn:
Fr., 23.8., 18.30 h –
Mi., 28.8.24, 14.00 h
Kursgebühr 4100 €, zahlbar in Raten pro Workshop
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 82.24

Hinzu kommen Kosten für die Einzelsitzungen und Supervisionen. Einzelheiten zu den Kosten erhalten Sie mit unserem Informationsmaterial zur Weiterbildung. Die Zahlung der Einzelsitzungen und Supervisionen erfolgt direkt vor Ort.

Interessenten (m/w/d) an der Weiterbildung erhalten auf Anfrage Anmeldeunterlagen und einen Bewerbungsbogen für die Teilnahme.

● EINFÜHRUNG IN DIE YOGA-BASIERTE-TRAUMATHERAPIE*

Dietmar Mitzinger

Die Yoga-Basierte-Traumatherapie (YBT) stützt sich einerseits auf Erkenntnisse aus netzwerk-basierten neurobiologischen Modellen zur Posttraumatischen Belastungsstörung (Akiki et al, 2017; Akella, 2020), Ergebnissen aus der Faszien Forschung (Bordoni, 2017), Ergebnissen der körperorientierten Traumaforschung (Bessel van der Kolk) sowie Erkenntnisse von S. Porges Polyvagaltheorie, und Ergebnisse der Forschung über Pranayama und Posttraumatischer Belastungsstörung aus der Universität Duisburg-Essen.

Aus diesen Erkenntnissen werden Pranayama und Pratyahara eingesetzt, um das Nervensystem aus dem durch Trauma bedingten Ungleichgewicht wieder in einen integrierten Zustand zurückversetzen zu können. Andererseits bedient YBT sich alten traditionellen Techniken des Yoga, wie sie in der Tradition nach Sivananda vorzufinden sind. Dabei werden die Voraussetzungen zum Einsatz traditioneller Asanas anhand von entwicklungs-traumatischen Befunden überprüft und erst dann in mild abgestufter Weise durchgeführt.

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

● DAS NEUROAFFEKTIVE BEZIEHUNGSMODELL (NARM)*

Weiterbildung für Therapeuten (m/w/d)

Michael Mokrus, Sandra Hagen

20 Tage, August 2024 bis Januar 2026

Das *Neuroaffektive Beziehungsmodell* (NARM) ist ein wirksamer entwicklungsorientierter, psychotherapeutischer Ansatz zur Bewältigung belastender Kindheitserfahrungen (Entwicklungs-trauma, K-PTBS) und ihren langfristigen Folgen.

NARM thematisiert Beziehungs- und Bindungstraumata und arbeitet mit frühen, unbewussten Mustern von Verbindungsabbruch, die unsere Identität, Emotionen, Physiologie, Verhalten und Beziehungen tief beeinflussen. NARM integriert sowohl einen psychodynamischen und als auch körperzentrierten Ansatz und ist ein umfassendes theoretisches und klinisches Modell für die Arbeit mit Entwicklungs-traumata.

NARM basiert auf psychodynamischen Modellen wie der Bindungs- und Objektbeziehungstheorie, somatischen Modellen und Charakterstruktursansätzen,

um das wechselseitige Zusammenwirken von psychologischen Themen und dem Körper zu untersuchen. NARM beschreibt einen neuen Ansatz beziehungsorientierter Arbeit im gegenwärtigen Moment im Kontext interpersoneller Neurobiologie. Es handelt sich dabei um ein ressourcenorientiertes, nicht-regressives, nicht-kathartisches und letztlich nicht-pathologisierendes Modell. Basierend auf Achtsamkeit, Reflektion und Akzeptanz unterstützt NARM eine nicht-westliche Ausrichtung im Hinblick auf die Natur der Persönlichkeit. Zu lernen, wie man gleichzeitig mit diesen verschiedenen Elementen arbeitet, ist ein grundlegender Wandel, der tiefgreifende klinische Auswirkungen auf die Heilung komplexer Traumata und die Unterstützung des persönlichen und beziehungs-mäßigen Wachstums hat.

Zielgruppe

Abgeschlossene Ausbildung in einem psychotherapeutischen oder körperpsychotherapeutischen Verfahren und mindestens zwei Jahre Praxiserfahrung mit regelmäßigem Patienten- beziehungsweise Klientenkontakt.

Kursziele

Im NARM Practitioner Training lernen Sie:

- Die verschiedenen Fähigkeiten, die benötigt werden, um mit Entwicklungs- versus Schocktrauma zu arbeiten; wann und warum Schocktrauma-Interventionen kontraindiziert sein können, wenn man mit Entwicklungs-trauma arbeitet.
- Wie man dem komplexen Zusammenspiel von Dysregulation des Nervensystems in Verbindung mit Identitätsverzerrungen begegnet, wie zum Beispiel toxischen Scham- und Schuldgefühlen, geringem Selbstwertgefühl, chronischer Selbstverurteilung und anderen psychobiologischen Symptomen.
- Wie man Schritt für Schritt mit frühen adaptiven Überlebensstilen arbeitet, die einst lebensrettend waren, die jedoch das aktuelle Erleben der Patienten (m/w/d) verzerren.
- Wann man *Bottom-up*, wann *Top-down* und wie man mit beidem gleichzeitig arbeitet, um den besonderen Herausforderungen von Entwicklungs-traumata zu begegnen.
- Wie Sie Patienten mit achtsamen und nachhaltigen Prozessen bei der Desidentifizierung von Identitätsverzerrungen unterstützen können.
- Eine neue, kohärente Theorie für die Arbeit mit Affekten und Emotionen, die darauf abzielt, Ihre psychobiologische Vervollständigung zu unterstützen.

Kursaufbau

Das NARM Practitioner Training besteht aus vier Modulen von jeweils fünf Tagen.

Zusätzlich sind zehn Supervisionsstunden und zehn Einzelstunden mit für die NARM Weiterbildung akkreditierten Therapeuten (m/w/d) erforderlich für die Zertifizierung.

Lehrmethoden

Alle Module beinhalten eine Kombination aus zwei komplementären Unterrichtsansätzen:

1. Didaktisches und theoretisches Lernen: umfasst Vorträge, Frage- und Antwortzeiten, Diskussionen, Fallbesprechung und Dekonstruktion von Livedemonstrationssitzungen und Demovideos.
2. Experimentelles Lernen: beinhaltet Selbsterforschungsübungen, Kleingruppenaktivitäten, Rollenspiele, angeleitete Übungen zum Ausbau von Fertigkeiten und aktives Coaching in Bezug auf therapeutische Fähigkeiten.

Darüber hinaus stehen Lernangebote wie Studien- und Übungsgruppen, Einzel- und Gruppensupervision und individuelle Einzelstunden zur Verfügung.

Zertifizierung

Die Zertifizierung als NARM Practitioner wird von Dr. Laurence Heller, NARM International ausgestellt.

Themenübersicht

Die Themen und der zeitliche Ablauf können vom Kursleiter geändert werden.

Modul 1

- Die Organisationsprinzipien von NARM
- Die theoretische Ausrichtung von NARM
- Unterschiedliche Interventionen für die Arbeit mit Schock- versus Entwicklungs-trauma
- Das Arbeiten *Top-down* und *Bottom-up*
- Nachverfolgen des Prozesses von Kontakt und Kontaktabbruch
- Entwicklungsprozess: Bindung & Loslösung/ Individuation
- Reframing von Bindung und Bindungsverlust
- Modell: Die Verzerrung der Lebenskraft
- Der Kreislauf innerer Not und der Heilungskreislauf in NARM
- Die fünf Adaptiven Überlebensstile
- Auf Stolz und Scham basierende Identifikationen
- Überlebensstil Kontakt
- Überlebensstil Einstimmung
- Das therapeutische Modell von NARM – die vier Säulen
- NARM Säule 1: Entwicklung eines therapeutischen Vertrages
- NARM Säule 2: Erkundende Fragen stellen
- Dekonstruktion von Erfahrungen (im Sinne der Desidentifikation)
- *Drilling Down*: Ein Prozess, bei dem Annahmen infrage gestellt und Erfahrungen geklärt werden.

Modul 2

- Das Beziehungsmodell in NARM
- Arbeitshypothesen bilden
- Identifizierung des Kern-Dilemmas: Kernthemen versus Überlebensstrategien (Verhalten, Symptome, et cetera)
- Überlebensstil Vertrauen
- Überlebensstil Autonomie
- Überlebensstil Liebe-Sexualität
- NARM Säule 3: Selbstwirksamkeit unterstützen (Handlungsmacht als Grundlage der Entwicklung des Erwachsenen-Selbst)
- NARM Säule 4: Spiegeln positiver Veränderungen hin zu vermehrtem Kontakt
- Sprache in NARM

Modul 3

- NARM Modell für die Arbeit mit Affekten
- Primäre versus Standard-Emotionen
- Emotionale Vervollständigung
- Der psychobiologische Prozess der Scham (Scham als Verb und nicht als Substantiv; Scham als Prozess und nicht als Zustand)
- Scham-, Schuldgefühle und Selbsthass
- Die Arbeit mit Wut und Aggressionen
- Gegenübertragung in NARM
- Ungeklärtes Einfühlungsvermögen und Anstrengung des Therapeuten
- Narzissmus und Vergegenständlichung des Selbst
- Narzisstischer versus sadistischem Missbrauch
- Das Persönlichkeitsspektrum in NARM

Modul 4

- Vertiefende Erforschung des Kontakt Überlebensstils: Themen, Symptome und damit verbundene Störungen
- Das Zusammenspiel der Überlebensstile: Primäre und sekundäre Muster
- Vertiefende Betrachtung der Dynamik um Bindung, Loslösung/Individuation, Bindungsverlust und Kerndilemma
- Beziehungen, Paare, Intimität und Sexualität
- Überlebensstile & die polyvagale Theorie
- NARM & der Körper
- Arbeiten mit Identität
- Transgenerationale Trauma
- Desidentifizierungsprozess
- Freiheit von Identität
- Posttraumatisches Wachstum
- Resilienz: Unterstützung der Fähigkeit, zunehmende Komplexität zu tolerieren
- Effektive Integration von NARM in die therapeutische Praxis

DATEN & PREISE

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

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

DATEN & PREISE

**Einführung in
Das Neuroaffektive
Beziehungsmodell
(NARM)*
– online**

Sa., 16.3., 10.00 h –
So., 17.3.24, 18.00 h
Workshopzeiten
jeweils 10.00 h – 13.00 h
und 15.00 h – 18.00 h
Kursgebühr 275 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240320

**Einführung in
Das Neuroaffektive
Beziehungsmodell
(NARM)***

Fr., 21.6., 18.30 h –
So., 23.6.24, 14.00 h
Kursgebühr 330 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240632

**● EINFÜHRUNG IN
DAS NEUROAFFEKTIVE
BEZIEHUNGSMODELL (NARM)*
Michael Mokrus**

Das *Neuroaffektive Beziehungsmodell* (NARM) ist ein wirksamer entwicklungsorientierter, psychotherapeutischer Ansatz zur Bewältigung belastender Kindheitserfahrungen (Entwicklungsstrauma, K-PTBS) und ihren langfristigen Folgen.

Der Einführungsworkshop ermöglicht es den Teilnehmern (m/w/d), sich einen Überblick über die Grundzüge des theoretischen und klinischen Ansatzes von NARM zu verschaffen. Mit dem der Konzeption und der Methodik innewohnenden Verständnis der funktionalen Einheit von biologischer und psychologischer Entwicklung arbeitet NARM mit frühen Mustern von Kontaktverlust, die unsere Identität, unsere Emotionen, unsere Physiologie, unsere Beziehungen und unser Verhalten tief beeinflussen. Die Vorgehensweise ist nicht regressiv, nicht kathartisch und nicht pathologisierend. In der therapeutischen Begleitung steht das Zusammenspiel von Aspekten der Identität und die Fähigkeit zu Kontakt und Regulierung im Fokus.

Zielgruppe

Menschen in psycho- und traumatherapeutischen Berufen, die das konzeptionelle und methodische Verständnis von NARM näher kennenlernen und erleben wollen.

Themenschwerpunkte

- Überblick über den theoretischen und praktischen Ansatz zur Behandlung von Entwicklungsstrauma
- Die wechselseitige Beziehung von Nervensystem-Dysregulation und Identitätsverzerrungen
- Die fünf organisierenden Entwicklungsthemen in NARM und deren entwicklungspsychologische Bedeutung
- Die Entstehung und Funktion der fünf grundlegenden Anpassungsstrategien, die daraus resultierende Identitätsverzerrungen und ihre Folgen im Leben von Erwachsenen
- Die Arbeit in der Gegenwart, die Bedeutung dualen Gewahrseins und somatischer Achtsamkeit
- Die vier Säulen der Prozessbegleitung
- Der NARM Heilungskreislauf und die Integration *Top-down* und *Bottom-up*
- Demonstration der Methode
- Orientierung: die NARM Weiterbildung

Im August 2024 beginnt die Weiterbildung NARM.

Technische Voraussetzungen

Der Onlineworkshop im März 2024 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.

**● SOMATIC EXPERIENCING*
Doris Rothbauer
im dritten Jahr (für Fortgeschrittene):
Sonia Gomes**

Kurssprache Deutsch,
im dritten Jahr Englisch mit Übersetzung
36 Tage, April 2024 bis Oktober 2026

Diese Weiterbildung ist zugänglich für Ärzte und Zahnärzte, Psychologen, Psychotherapeuten, Physiotherapeuten, Heilpraktiker, Masseur, 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* (siehe Seite 64) ist Voraussetzung für die Teilnahme an der Weiterbildung.

DATEN & PREISE

Somatic Experiencing*

Beginn:
Fr., 19.4., 18.30 h –
Do., 25.4.24, 14.00 h
Kursgebühr 6240 €, zahlbar in Raten pro Workshop zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 80.24

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

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

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



DATEN & PREISE

**Einführung
in die Traumatherapie
Somatic Experiencing**

Fr., 9.2., 18.30 h –
So., 11.2.24, 14.00 h
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240230

Fr., 13.12., 18.30 h –
So., 15.12.24, 14.00 h
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241232

Kursgebühr je
Workshop 315 €
zuzüglich Vollpension**

**● 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 April 2024 sowie im März 2025.



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 Erwachsenenbildung 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 Einzel-supervision statt. Der Teilnehmer (m/w/d) klärt im Vorfeld, ob seine KV ein höheres Maß an Einzel-supervision 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 Kindes- und Jugendalters, Miriam Haagen
Elterngespräche nach Feeling-Seen, Michael Bachg
Entwicklungspsychologie 1, Mascha Bleckwenn-Gulde*
Entwicklungspsychologie 2, Mascha Bleckwenn-Gulde*
Vertiefung und Abschied, Curd Michael Hockel, Miriam Haagen

*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 zahlen die Supervisionen bei ihren Supervisoren nach Vereinbarung. Unterkunft und Verpflegung während der Dauer der Workshops siehe: www.zist.de/de/seminarhaus/unterkunft-und-verpflegung

Start der nächsten KJP Zusatzqualifikationen

September 2024, KJ 24.01

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.

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

DATEN & PREISE

Einführung in die Spieltherapie*

Mo., 2.9., 18.30 h –
Fr., 6.9.24, 14.00 h
Kursgebühr 960 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240971

Krankheitsbilder und Störungen des Kinder- und Jugendalters*

Fr., 11.4., 18.30 h –
Di., 15.4.25, 14.00 h
Kursgebühr 960 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 250471

Elterngespräche nach Feeling-Seen*

Mo., 1.7., 18.30 h –
Fr., 5.7.24, 14.00 h
Kursgebühr 960 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240770

● 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 üben 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.

● KRANKHEITSBILDER UND STÖRUNGEN DES KINDER- UND JUGENDALTERS*

Modul der Zusatzqualifikation in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie
Miriam Haagen

Zielsetzung des Workshops ist die Erlangung von Grundkenntnissen der Diagnostik und Behandlungstechnik im Bereich der Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie. Ausgehend von den konzeptionellen Grundannahmen der allgemeinen Entwicklungspsychopathologie werden die häufigsten Störungen des Kindes- und Jugendalters behandelt. Neben Vorträgen zur Somatischen Belastungsstörung, Depression versus Trauer, Essstörung sowie Angststörungen und anschließender Bearbeitung von Fallbeispielen in Balintgruppen, kommen Rollenspiele als weitere Lehrmethoden zum Einsatz.

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.

● 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

DATEN & PREISE

Entwicklungspsychologie 1*

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

● 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 Zustandeskommens 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.

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

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

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 mitzuerleben 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.

DATEN & PREISE

Entwicklungspsychologie 2*

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

Vertiefung und Abschied*

Mo., 25.11., 9.30 h – Do., 28.11.24, 14.00 h
Kursgebühr 960 € zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241170

● 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.

● VERTIEFUNG UND ABSCHIED*

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

Um eine Kontinuität der Lernerfahrung zu gewährleisten, wird der abschließende Workshop der Zusatzqualifikation sowohl von Curd Michael Hockel als auch von Miriam Haagen geleitet.

In den ersten zwei Tagen erarbeitet Curd Michael Hockel, auch anhand eigener Erfahrungen aus der Praxis der Teilnehmenden, das Thema *Grenzsetzung: Fragen wie*

- Wofür sind Grenzen wichtig?
 - Wie kann ich ausuferndes Verhalten von Kindern oder Jugendlichen wirkungsvoll begrenzen/limitieren?
- werden dabei im Vordergrund stehen.

In Rollenspielen können die Teilnehmenden ihre eigene Haltung reflektieren und Handlungskompetenz erlangen.

Anschließend wird Miriam Haagen sich dem Thema *Tod und Trauer* im Familiensystem widmen. Fragen wie

- Wie begleite ich sterbende Kinder?
 - Wie kann ich Kinder therapeutisch unterstützen, die ein Elternteil oder Geschwister verlieren?
 - Und grundsätzlich, was bedeutet Abschied, auch aus der Psychotherapie?
- werden dabei im Vordergrund stehen.

Für einen Nachmittag stehen beide Dozierende gemeinsam für Fragen und Austausch zur Verfügung.

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

● 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 Klopstsch
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 € und 1200 €. Alle Teilnehmer 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 2.2. – 7.2.2024.

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.

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

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

DATEN & PREISE

Gruppenpsychotherapie – Leitung ambulanter Gruppen*

Fr., 2.2., 18.30 h –
Mi., 7.2.24, 14.00 h
Kursgebühr 1200 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240275

● 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.

DATEN & PREISE

Energiekonzepte der psychodynamischen Körperpsychotherapie*

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

Szenische Psychotherapie, Reparenting (Pesso)*

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

● 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.

● SZENISCHE PSYCHOTHERAPIE, REPARANTING (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?

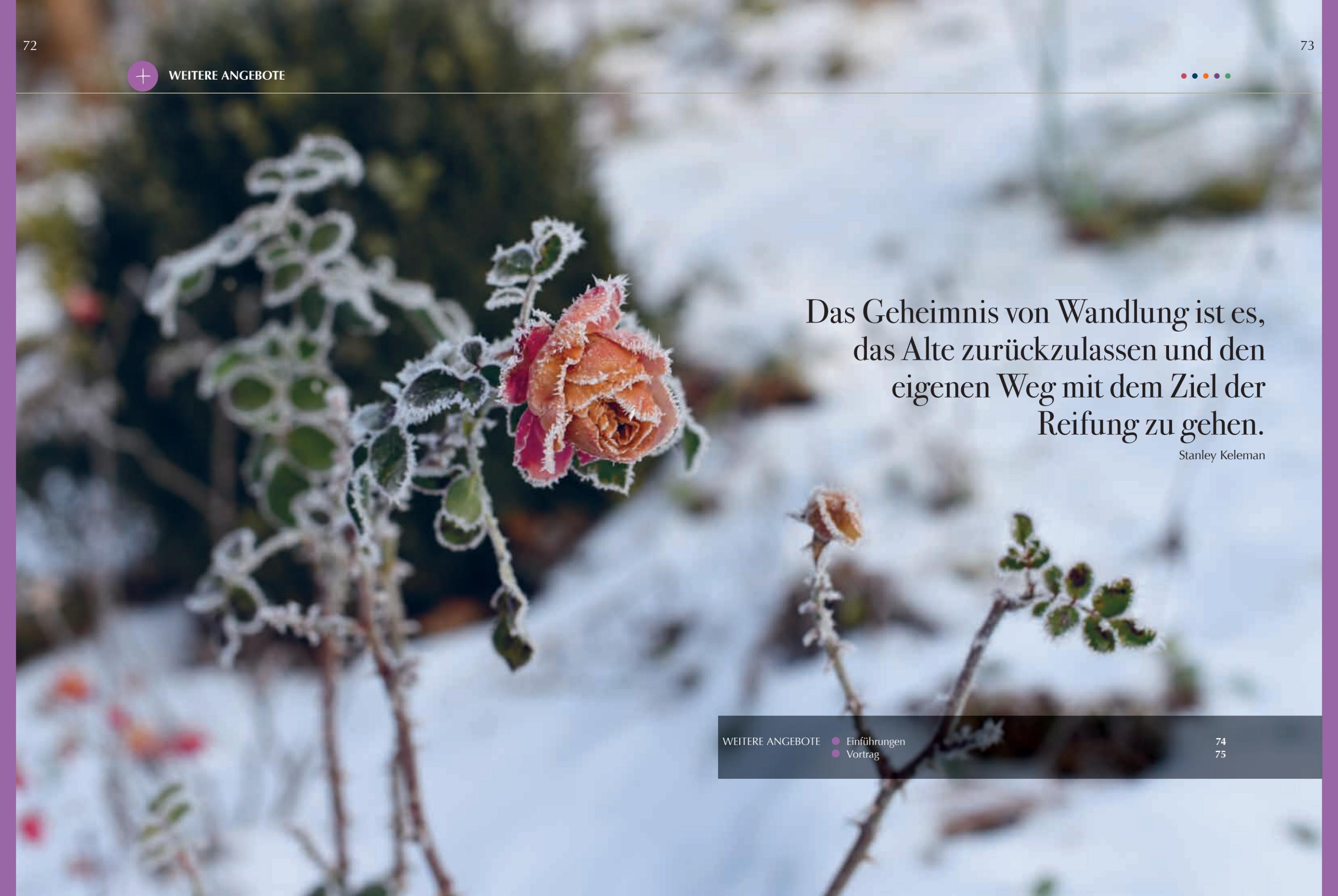
Inhalte sind

- 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.

*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
Yoga-Basierte-
Traumatherapie**

Do., 18.1., 18.30 h –
So., 21.1.24, 14.00 h
Kursgebühr 420 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240130

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

jeweils 9.30 h – circa 17.00 h
Sa., 20.1.2024 Nr. 240100
Sa., 13.4.2024 Nr. 240400
Do., 6.6.2024 Nr. 240600
Sa., 20.7.2024 Nr. 240700
Sa., 23.11.2024 Nr. 241100
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](https://www.zist.de/de/akademie/ueber-die-akademie/infotag)

**Einführung in die
Traumatherapie
Somatic Experiencing**

Fr., 9.2., 18.30 h –
So., 11.2.24, 14.00 h
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240230

Fr., 13.12., 18.30 h –
So., 15.12.24, 14.00 h
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 241232

Kursgebühr je
Workshop 315 €
zuzüglich Vollpension**

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

Dietmar Mitzinger

Beschreibung siehe Seite 60.

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

Dr. Sandra Hagen

Beschreibung siehe Seite 83.

**EINFÜHRUNG
IN DIE TRAUMATHERAPIE
SOMATIC EXPERIENCING**

Doris Rothbauer

Beschreibung siehe Seite 64.

DATEN & PREISE

**Einführung in
Das Neuroaffektive
Beziehungsmodell
(NARM)* – online**

Sa., 16.3., 10.00 h –
So., 17.3.24, 18.00 h
Workshopzeiten
jeweils 10.00 h – 13.00 h
und 15.00 h – 18.00 h
Kursgebühr 275 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240320

**Einführung in
Das Neuroaffektive
Beziehungsmodell
(NARM)***

Fr., 21.6., 18.30 h –
So., 23.6.24, 14.00 h
Kursgebühr 330 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240632

TakeTiNa – Schnuppertag

jeweils 10.00 h – 17.00 h
So., 21.4.2024 Nr. 240440
So., 20.10.2024 Nr. 241040
Kursgebühr jeweils 115 €
Ort: Yogawerkstatt,
Plinganserstr. 23,
81369 München
Anmeldung: ZIST Penzberg

**Das Enneagramm der
Persönlichkeit und
der Gesellschaft –
ein erfahrungsorientierter
Workshop**

Sa., 27.7., 18.30 h –
Di., 30.7.24, 14.00 h
Kursgebühr 410 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240731

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

**[www.zist.de/de/
seminarhaus/unterkunft-
und-verpflegung](https://www.zist.de/de/seminarhaus/unterkunft-und-verpflegung)

**EINFÜHRUNG IN
DAS NEUROAFFEKTIVE
BEZIEHUNGSMODELL (NARM)***

Michael Mokrus

Beschreibung siehe Seite 34, 62.

TAKETINA – SCHNUPPERTAG

Sabine Bundschu
und Martin Höhn/Gülbin Biner (Surdo)

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

**DAS ENNEAGRAMM DER
PERSÖNLICHKEIT UND DER
GESELLSCHAFT – EIN
ERFAHRUNGSORIENTIERTER
WORKSHOP**

Katrin Reuter

Beschreibung siehe Seite 56.

**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).

Do., 22.2.24, 19.30 h
Gebühr 20 €
Ort: EIDOS-Haus,
Wehnerstr. 23, 81243 München
Vor Anmeldung telefonisch unter 089-89689424 oder
an: office@gottwald-eidos.de





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
WEITERBILDUNGS-
ORDNUNG**

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

**ab März 2024
AA 24.01**

**ab Juni 2024
AA 24.02**

**ab September 2024
AA 24.03**

**● AUSBILDUNG
ZUM PSYCHOLOGISCHEN
PSYCHOTHERAPEUTEN (M/W/D)**

nach dem Psychotherapeutengesetz mit dem Schwerpunkt tiefenpsychologisch fundierte 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 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 – üben 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 Therapeutenpersönlichkeiten persönlich, kompetent und flexibel Störungen mit Krankheitswert behandeln können.

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

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				

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

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.

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.

Eine Liste der aktuell mit der ZIST Akademie kooperierenden Dozenten (m/w/d) finden Sie auf unserer Webseite unter: www.zist.de/de/zist-akademie/dozenten

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 Bütig

DATEN & PREISE

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.



DATEN & PREISE

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

jeweils 9.30 h – circa 17.00 h
 Sa., 20.1.2024 Nr. 240100
 Sa., 13.4.2024 Nr. 240400
 Do., 6.6.2024 Nr. 240600
 Sa., 20.7.2024 Nr. 240700
 Sa., 23.11.2024 Nr. 241100
 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>

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.

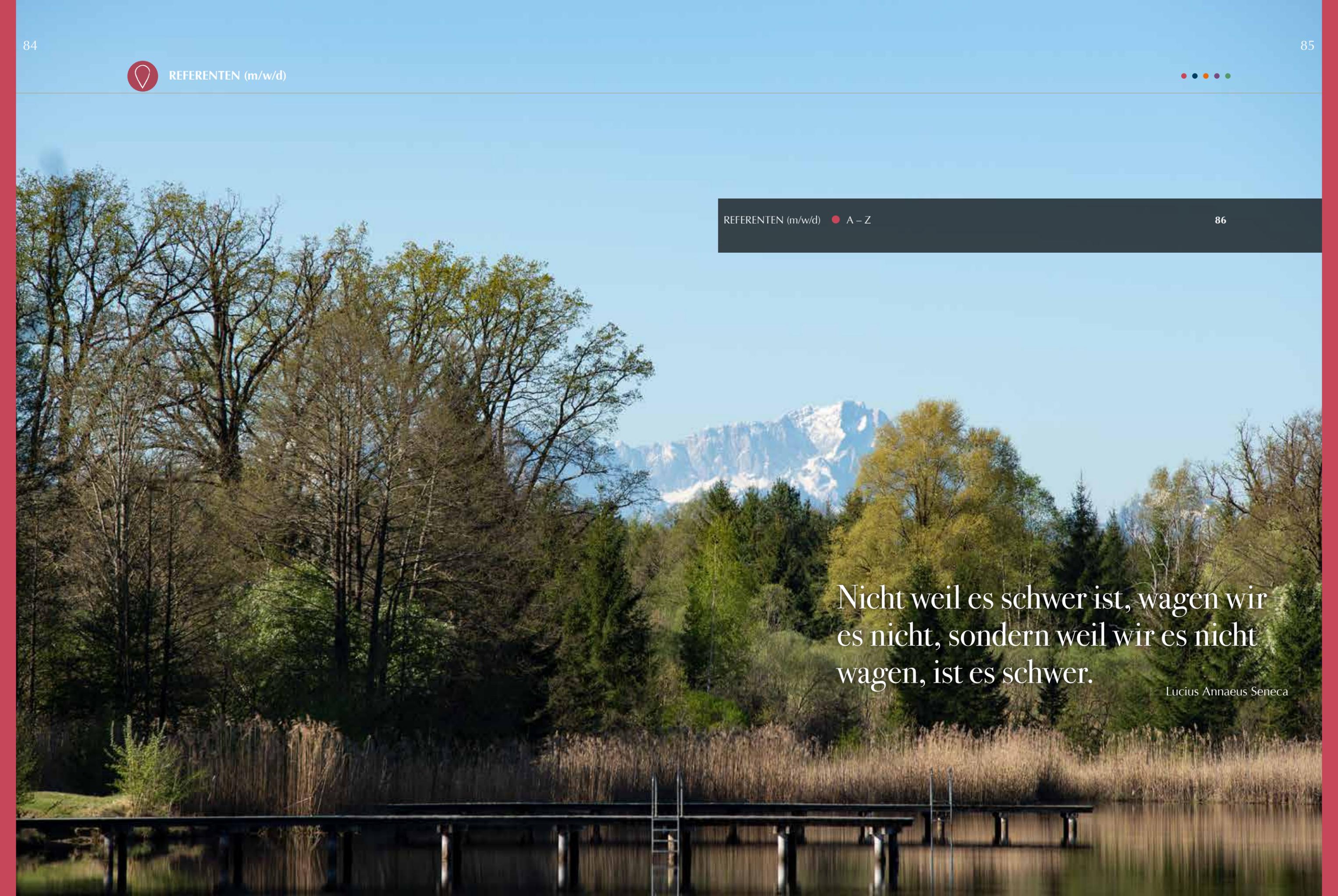
In einem ersten Beratungsgespräch klären die Leitung der ZIST Institutsambulanz beziehungsweise die niedergelassenen Lehrpraxisinhaber (m/w/d) mit dem Patienten (m/w/d), welche Form der psychotherapeutischen Behandlung sinnvoll erscheint und welcher Psychotherapeut aktuell zur Verfügung steht.

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.



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

Lucius Annaeus Seneca



Michael
Bachg



Gülbın
Biner



Mascha
Bleckwenn-Gulde



Astrid
Bosshard



Peter
Bourquin

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 40, 66

Gülbın Biner, 1978 als Tochter türkischer Eltern in München geboren. Von klein auf fundierte Ausbildungen in klassischer europäischer Musik (Klavier, Gesang, Gitarre) sowie Konzerterfahrung in Chor- und Sologesang sowie Kammermusik. Studium der Musikpädagogik, Musikwissenschaften und Psycholinguistik M. A. an der LMU München mit Fokus auf körperorientiertem Lernen (unter anderen in der Feldenkrais-Methode sowie in der Alexander-Technik), Ausbildung zur TaKeTiNa Rhythmspädagogin. Seit 2006 leitet und assistiert Gülbın Biner Kurse in verschiedenen Kontexten von TaKeTiNa (zum Beispiel Assistenz der Kurse Wolf Büntigs und der ZIST Akademiegruppen mit Sabine Bundschu) sowie offene Kurse in Volkshochschulen, der *Theaterakademie August Everding*, Kreativität im Mentoring-Rahmen.

-> TaKeTiNa – Schnuppertag, Seite 75

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

-> Entwicklungspsychologie 1, Seite 67

-> Entwicklungspsychologie 2, Seite 68

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, regelmäßige Assistenz mit TaKeTiNa bei Wolf Büntig in der ZIST Akademie.

-> TaKeTiNa – Durch Rhythmus zu Bewusstsein, Seite 26

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, 40



Ela
Buchwald



Volker
Buchwald



Clemens
Büntig



Maja
Büntig-Ludwig



Sabine
Bundschu

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 arbeite als Coach, Seminarleiterin und Autorin.

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

-> Das Einfach Liebe Retreat für Paare,
Seite 21

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 21

Clemens Büntig, geboren 1968 in San Francisco und aufgewachsen in ZIST, ist Künstler und seit Jahren Seminarleiter mit dem Schwerpunkt Natur. Er hat eine gestalttherapeutische Ausbildung bei dem Ältestenpaar Dr. Harvey Metté Silverfox und Danuta Ogaoena Kroskowska Snowsong in *Body Soul Integration*, Zeremonie und Ritualarbeit, Kreisarbeit und den Inipizeremonien (Schwitzhütten) durchlaufen. Clemens leitet Männergruppen und seit 2010 Kurse im eigenen Atelier mit kunsttherapeutischem Ansatz. Seine Kunst stellt Clemens Büntig international aus und seine Grafiken sind in öffentlichen Sammlungen wie der *NY Public Library* oder dem *British Museum* vertreten.

www.clemensbuentig.de

-> Der Fluss eines jeden hat seinen eigenen Lauf, Seite 26

Maja Büntig-Ludwig, geb. 1963. Vierjährige Ausbildung in der Feldenkrais-Methode bei Bruria Milo, Edward Dwelle, 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 24

Sabine Bundschu, geb. 1959. Schauspielerin, Sängerin, Komponistin und TaKeTiNa Rhythmspädagogin. 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, Wöhrl, Marco Polo, IBM, DGfS). Sprecherin und Sängerin auf zahlreichen CDs.

www.sabinebundschu.de

-> TaKeTiNa – Schnuppertag, Seite 75

-> When The Drummers Were Women,
Seite 21, 26

-> Musikalische Gruppenleitung für
Therapeuten (m/w/d), Seite 40



**Russell
Delman**



**Karin
Enz Gerber**



**Linda
Evans Delman**



**Johannes
Feuerbach**



**Anna-Maria
Flatischler**

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 24, 29

Karin Enz Gerber, geb. 1964, Rhythmus-, Stimm- und Improvisationslehrerin, Körpertherapeutin, Ausbildung in TaKeTiNa Rhythmspädagogik (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 27

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 24, 29

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 Gestalttherapeuten*. 36. Jg., H. 2, S. 95–119 (Die Essays von 2017 und 2022 sind als Sonderdruck in ZIST erhältlich.)

www.feuerbach.biz

-> Meditationen für zwei: Austausch, Stille und intime Begegnungen für Paare, Seite 21, 30

-> *Beziehung, die man tanzen kann*, Seite 22

Anna-Maria Flatischler studierte Querflöte, Musikpädagogik und Kammermusik an der *Musikhochschule Trossingen* bei Professor Arife Gülsen Tatu. An der *Hochschule für Künste Bremen* besuchte sie ein Training in Musik Meditation. Sie besuchte unter anderem Meisterklassen bei Andrea Lieberknecht, Christina Fassbender und Gudrun Hinze und hat verschiedene internationale Musikwettbewerbe gewonnen. Anna ist freiberufliche Musikerin in verschiedenen Orchestern und Ensembles, Querflötenlehrerin sowie TaKeTiNa Lehrerin. Ihr Anliegen ist es, das TaKeTiNa Wissen in der klassischen Musikszene anzugliedern.

www.powerofrhythm.com

-> Supervision für TaKeTiNa Teachers |

Supervision for TaKeTiNa Teachers, Seite 41



**Reinhard
Flatischler**



**Kathrin
Franckenberg**



**Thomas
Geßner**



**Devapria
Gokani**



**Sonia
Gomes**

Reinhard Flatischler geb. 1950. Komponist, Autor, Begründer der TaKeTiNa Rhythmspädagogik. Klavierstudium an der *Universität für Musik und darstellende Kunst Wien* (mdw), Begründer und Komponist der Gruppe *MegaDrums* mit Zakir Hussain, Glen Velez, Aírto Moreira. Performance mit *Auckland Philharmonia Orchestra* sowie Komposition der Orchestersuite *Waves upon Waves*. Mitglied im Beirat der *Gesellschaft für Musik in Medizin*, zahlreiche CDs, Bücher und Publikationen. Reinhard Flatischler bildet weltweit TaKeTiNa Rhythmspädagogen (m/w/d) aus, leitet Workshops und Trainings, hält Vorträge und Seminare, spielt in Konzerten und Performances.

www.powerofrhythm.com

Veröffentlichungen

TaKeTiNa – die heilsame Kraft rhythmischer Urbewegungen, Irisiana Verlag (2012)

Urkraft Rhythmus, Junfermann Verlag (2009)

Rhythm for Evolution, Schott Verlag (2006)

Rhythmus als Weg, Synthesis Verlag (2000)

-> Supervision für TaKeTiNa Teachers |

Supervision for TaKeTiNa Teachers, Seite 41

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.mal Freude.de

-> Point Zero Painting – Die Kraft der kreativen Freiheit erleben, Seite 27

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 24, 41

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, Hawaiianischer 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 24, 42

Sonia Gomes, ist international als SE Lehrerin mit großem Herz und tiefem neurologischen Fachwissen bekannt. Dank ihrer Hintergründe in der Rolfing Körperarbeit, der Bewegungslehre von Hubert Godard, ihrer naturalistisch ausgerichteten brasilianischen Herkunft und langjähriger Erfahrung als SE Advanced Lehrerin kann sie auf ein enorm dichtes und gut vernetztes theoretisches wie praktisches Wissen bauen. Ihre Live-Demos gelten als exklusiv und berührend. Sie liebt es, Menschen in ihrer persönlichen und spirituellen Entwicklung zu unterstützen. Sie hat außerdem die Körpertherapieform SOMA entwickelt. Sie lehrt in Südamerika, Südafrika, Europa, Asien und den USA.

-> Somatic Experiencing, Seite 59



**Christian
Gottwald**



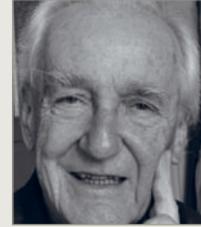
**Miriam
Haagen**



**Sandra
Hagen**



**Reinhard
Hauser**



**Curd Michael
Hockel**

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 75
-> Öfter wohl, zufriedener oder glücklich sein können, Seite 15

Miriam Haagen, Prof. Dr. med., Ärztin für tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, Kinder- und Jugendärztin, Paar- und Familientherapeutin, Balintgruppenleiterin. Seit 2005 in eigener Praxis für Psychotherapie in Hamburg niedergelassen. Leiterin des Curriculums *psychosomatische Grundversorgung* der Fortbildungsakademie der Ärztekammer Hamburg. Leiterin des interdisziplinären Projektes: *Sprechen mit Jugendlichen über Verlust und Trauer: eine gesprächsanalytische Studie* zusammen mit Dr. Heike Knerich, Universität Bielefeld, Professur am Institut für Musiktherapie der Musikhochschule Hamburg.

-> Vertiefung und Abschied, Seite 44, 68
-> Krankheitsbilder und Störungen des Kinder- und Jugendalters, Seite 42, 66

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 74, 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 Prozessorientierter Psychologie (IAPOP)
Internationale Federation for Psychotherapy (IFP)

www.reinihauser.net
-> Gruppenpsychotherapie – Leitung ambulanter Gruppen, Seite 43, 70

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 44, 66
-> Vertiefung und Abschied, Seite 44, 68



**Martin
Höhn**



**Richard
Hoffmann**



**Silke
Humez**



**Barbara
Innecken**



**Katrin
Jonas**

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.martinhöhn.de

-> TaKeTiNa – Schnuppertag, Seite 75

Richard Hoffmann, Psychologischer Psychotherapeut. Ausbilder für tiefenpsychologisch fundierte Körperpsychotherapie und international zertifizierter Supervisor für Pesso Boyden System Psychomotor – PBSP.

-> Szenische Psychotherapie, Reparenting (Pesso), Seite 71

Silke Humez, Heilpraktikerin beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie, Diplom-Pädagogin, NIG Dozentin des NIG Instituts sowie Leitung des NIG Instituts. Aus- und Weiterbildungen als Mediatorin, Coach sowie in systemischer Therapie und Beratung, Schwerpunkt Systemaufstellungen. Sie leitet als Trainerin seit zwanzig Jahren kommunikationsorientierte Seminare sowie Seminare zur persönlichen Weiterentwicklung. Zudem begleitet sie als Mediatorin Prozesse zur effektiven Kommunikation im Wirtschafts- und Arbeitsleben sowie als Coach Menschen, die sich beruflich und persönlich weiterentwickeln wollen.

www.silkehumez.de
www.nig-institut.de

-> NIG Master: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten, Seite 31, 45, 54

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: *Traumaspesziifische 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

-> NIG Master: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten, Seite 31, 45, 54

-> Familienaufstellungen, Seite 22

-> Weil ich euch beide liebe, Seite 23

Katrin Jonas ist eine international tätige Körper-Mind-Therapeutin, BodyWarenness-Trainerin und Begründerin des BodyWarenness-Ansatzes, Feldenkrais Lehrerin, Meditationsmentorin und Autorin mehrerer Bücher, die ihren Erfahrungsschatz aus über fünfundzwanzigjähriger Berufstätigkeit mit Passion weitergibt. Sie leitet weltweit Seminare und bietet BodyWarenness-Trainings für Therapeuten, Coaches und Mediziner (jeweils m/w/d) sowohl live als auch online an. Besonders am Herzen liegt ihr die Arbeit mit Frauen, die mit gesundheitlichen Herausforderungen oder stressbedingten Erscheinungen gegenüberstehen. Eines ihrer Lieblingsprojekte: Frauen in der Wirtschaft. Katrins Lebensmittelpunkt ist in London.

Literatur Katrin Jonas

Der innere Bodyguard.

Selbstschutz als Schlüssel zur Selbsthilfe, Innenwelt Verlag, 2023

Körpergeflüster. Der persönlichen Lebensmelodie folgen, Innenwelt Verlag, 2021

Der Weg des Wassers. Frauen meditieren anders, Innenwelt Verlag, 2018

Meditation heilt. Schmerzfrei in ein neues Leben, Verlag Via Nova, 2017

Schmerzfrei ohne Medikamente.

Meditation und Körperbewusstsein, Verlag Via Nova, 2017

Die bewegte Frau.

Vom Bewegen sollen zum Bewegen wollen, Innenwelt Verlag, 2020

Nackt. Das Körper-Versöhnbuch für Frauen, Innenwelt Verlag, 2019

www.katrin-jonas.com

-> BodyWarenness: Körperbewusstsein als Schlüssel zur Veränderung in Therapie und Coaching, Seite 31, 46

-> Feminine Aspekte der Meditation, Seite 24, 29, 32

-> Die Rolle der Entwicklung von Körperbewusstsein in der psychotherapeutischen Praxis – warum und wie?, Seite 46



Angela
Klopstech



Michael
Kraft



Susanne
Kraft



Elmar
Kruithoff



Sophia
Kumpmann

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 17

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.

-> Wenn das Herz bricht, bricht es auf – Trauern und Feiern als spirituelle Praxis, Seite 15, 32

-> Dem Tod neu begegnen – Abschied und Bestatten als Tor zum Leben, Seite 16, 29

Susanne Kraft begleitet Wandlungsprozesse als Bestatterin (Gründung der *Barke* 1998, heute Phönix – Individuell Bestatten mit Michael Kraft), Kunsttherapeutin (Alfter/Herdecke) und Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation (M. Rosenberg, CNVC-zertifiziert seit 2002), heute auch als Mentorin und Assessorin in der Ausbildung.

-> Wenn das Herz bricht, bricht es auf – Trauern und Feiern als spirituelle Praxis, Seite 15, 32

-> Dem Tod neu begegnen – Abschied und Bestatten als Tor zum Leben, Seite 16, 29

Elmar Kruithoff ist Dipl.-Psych. und der Gründer des Zentrum für *Focusing Kompetenzen x1* 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

-> Gefühle zum Weglaufen, Seite 16, 32

Sophia Kumpmann, Dr., vom *Center of Nonviolent Communication* (CNVC) zertifiziert als Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation, vom *Deutschen Verband für Coaching und Training* (dvct) zertifiziert als Coach und Trainerin und vom *Bundesverband für Mediation* (BM) als Mediatorin anerkannt, Pesso-Therapeutin, Heilpraktikerin für Psychotherapie und Dipl.-Sozialpädagogin.

www.effektivundgelassen.de

-> Vertiefender Workshop Gewaltfreie Kommunikation II, Seite 33, 47

-> Gewaltfreie Kommunikation, Seite 34, 47



Sabine
Löffler



Regina
Lord



Gustav
Marlock



Uwe
Minde



Dietmar
Mitzinger

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 17, 48

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 27

Gustav Marlock, Dipl.-Päd., Psychologischer Psychotherapeut und Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeut mit Ausbildungen in Körperpsychotherapie, Gestalt- und Psychodynamischer Psychotherapie. Er leitet die deutsche Ausbildung in Unitiver Körperpsychotherapie und ist Dozent und Supervisor für tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie. Zahlreiche Veröffentlichungen zur körperpsychotherapeutischen und tiefenpsychologischen Geschichte, Metatheorie und Methodik; Co-editor des *Handbuchs der Körperpsychotherapie*.

-> Existenzielle und Transpersonale Psychologie, Seite 48

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 17, 48

Dietmar Mitzinger, Dipl.-Psych., Psychologischer Psychotherapeut, leitet als Supervisor seit 25 Jahren eine Lehrpraxis in Neuss. Er war Ausbildungsleiter für Yogalehrer an einem vom BDY anerkannten Yogalehrinstitut. Wissenschaftlicher Mitarbeiter am *Institut für Naturheilkunde* in den Kliniken Essen Mitte der Universität Duisburg-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*.

-> Yoga-Basierte-Traumatherapie (YBT) Practitioner, Seite 25, 49

-> Einführung in die Yoga-Basierte-Traumatherapie, Seite 60, 74

-> Yoga-Basierte-Traumatherapie, Seite 59



Michael Mokrus



Malte Nelles



Masako Ohta



Karin Ortner-Willnecker

Michael Mokrus, arbeitet seit 1989 freiberuflich in eigener Praxis und unterrichtet als Trainer, Dozent und Supervisor verschiedene achtsamkeitsbasierte körper-, psycho- und traumatherapeutische Ansätze für Menschen in pädagogischen und therapeutischen Berufen in Deutschland und anderen Ländern Europas.

Seit 2003 ist er kontinuierlich im Supervisionsteam von Somatic Experiencing (SE), seit 2012 im Lehrteam von NARM (Neuroaffektive Beziehungsmodell). Langjährige eigene Erfahrung unterschiedlicher Achtsamkeitspraktiken.

www.michaelmokrus.de

-> Einführung in *Das Neuroaffektive Beziehungsmodell* (NARM), Seite 34, 62, 75
-> *Das Neuroaffektive Beziehungsmodell* (NARM), Seite 60

Malte Nelles, geb. 1982, Dipl.-Pol., Lehrtherapeut für Systemaufstellungen (DGfS), Heilpraktiker beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie mit Aus- und Weiterbildungen in Systemaufstellungen, tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie und Paartherapie. Er ist Geschäftsführer des *Nelles-Institut*, das er gemeinsam mit seinem Vater Wilfried Nelles leitet. Seit 2009 arbeitet er in eigener Praxis in Berlin und leitet europaweit und bis zur Corona-Zeit auch in China Ausbildungen und Aufstellungskurse. In seinem ersten Buch *Gottes Umzug ins Ich* entwirft er eine phänomenologische Tiefenpsychologie, die auf der Einsicht fußt, dass wir nicht nur die Kinder unserer Eltern, sondern ebenso die Kinder unserer Zeit, Geschichte und Kultur sind. Malte Nelles lebt mit seiner Lebenspartnerin und zwei gemeinsamen Kindern in Berlin.

www.nellesinstitut.de
www.malte-nelles.de
Literatur

Malte Nelles: *Gottes Umzug ins Ich. Eine*

Tiefenpsychologie des modernen Menschen, Europa Verlag, 2023.

Malte Nelles: *Nein zu Prüfungen! Plädoyer für eine wilde Aufstellungsarbeit*, erschienen in: K. Kuschik, K. Nazarkiewicz (Hrsg.): *Aufstellungen lernen und lehren, Praxis der Systemaufstellung*, Vandenhoeck & Ruprecht, 2022.

Malte Nelles: *Finden, erfinden oder gefunden werden. Zum Wahrheitsverständnis des Familienstellens*. In: K. Nazarkiewicz, K. Kuschik (Hrsg.): *Handbuch Qualität in der Aufstellungsleitung*, Vandenhoeck & Ruprecht, 2015.

Interview mit Wilfried Nelles und Malte Nelles: *Das Eintreten in das eigene geistige Sein*

Aufsatz von Malte Nelles: *Der Beziehungsintegrationsprozess*

Interview mit Malte Nelles: *Lebenskräfte in Beziehung: Der Beziehungsintegrationsprozess (BIP) als theoretisches Modell und Aufstellungsformat*

-> Gottes Umzug ins Ich, Seite 17, 50
-> Reise zu dir selbst, Seite 17

Masako Ohta stammt aus Tokio, Japan. Die Pianistin, Komponistin, Performerin und Dipl.-Klavierpädagogin ist in den Bereichen Klassische und Neue Musik, Improvisation, Film- und Theatermusik tätig. Sie unterrichtet Klavier und Kammermusik. Masako Ohta beschäftigt sich intensiv mit Poesie, Klang und Musik aus Japan und Europa sowie anderen Kulturkreisen und kreiert interkulturelle und interdisziplinäre Projekte und Konzerte. Sie ist Preisträgerin zahlreicher Musik- und Kulturpreise. Masako Ohtas Arbeit ist in Rundfunkproduktionen und auf CDs dokumentiert. "Masako Ohta ist eine Poetin des Klaviers." Münchner Feuilleton.
www.masako-ohta.de
-> Atemweg – Klavierspüren, Kalligrafie und Tai Chi, Seite 28

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 (Dürkheim), 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: Hochsensibilität im beruflichen Kontext, Seite 18, 35
-> Fragestunde: Hochsensibel – schön anstrengend, Seite 18, 35
-> Hochsensibilität – Ich darf sein, Seite 18, 25
-> Fragestunde: Hochsensibel – Bereicherung und Herausforderung zugleich für Partnerschaft und Familie, Seite 19, 35



Katrin Reuter



Doris Rothbauer



Michael Rupp



Irmgard Schmelcher-Haimerl



Brant Secunda

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

-> Wiederherstellung der Beziehungen (SAT Modul II), Seite 19, 55
-> Das Enneagramm der Persönlichkeit und der Gesellschaft – ein erfahrungsorientierter Workshop, Seite 56, 75
-> Selbsterkenntnis und Lebendigkeit (SAT Modul I), Seite 19, 56

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 64, 74
-> *Somatic Experiencing*, Seite 63

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

-> Grenzen in der sozialen Interaktion, Seite 19, 50
-> Bindung und die körperliche Konstituierung von Narzissmus, Seite 20, 51

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.praxis-schmelcher-haimerl.de
-> Erforschung der Innenwelt, Seite 20, 51

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 Matsawa 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 Indianer, Seite 29



Lisa Sokolov



Sonja Weißbacher



Ulrike Wichtmann



Andreas Wittwer



Gerhard Wolfrum

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 28

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 seit 20 Jahren Dozentin an der Sebastian-Kneipp-Akademie in Bad Wörishofen, wo sie unter anderem die wissenschaftliche Leitung der Gesundheitspädagogen-Ausbildung inne hat. Seit ihrem 19. Lebensjahr unterrichtet sie Budokünste. Sie hat den 2. Dan in Taekwondo und den 5. Dan in Aikido und ist Trainingsleiterin des Vereins *Aikido im Oberland e. V.* Es sind zahlreiche Artikel von ihr veröffentlicht worden. Zuletzt erschien ihr Buch *Sicher in unsicheren Zeiten* beim Tredition Verlag.

-> Aikido als Friedenskunst – außen und innen, Seite 25

Ulrike Wichtmann, Dr. med., geb. 1952, Fachärztin für Psychosomatische Medizin/ Psychoanalyse, Fachärztin für Anästhesiologie und Intensivmedizin, niedergelassen in eigener psychotherapeutischer Praxis in Lechmühlen 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 20, 52

Andreas Wittwer, Master TaKeTiNa Rhythmuspädagoge, 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. Regelmäßige Assistenz mit TaKeTiNa bei Wolf Büntig in der ZIST Akademie.

-> TaKeTiNa – Durch Rhythmus zu Bewusstsein, Seite 26

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 57

-> Brainspotting (BSP), Phase 1, Seite 58



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 20, 52

-> Methodenübergreifende Integration von Emotionsregulation, Polyvagaltheorie und körpertherapeutischen Interventionen in die psychotherapeutische Behandlung, Seite 53



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

Leonard Cohen

ZIST	● Hintergrund	100
	● Potentialorientierte Selbsterfahrung – wozu? Vortrag von Wolf Büntig	102
	● Aufenthalt in ZIST	104
	● In eigener Sache	105
	● Wegbeschreibung	107
	● Impressum	110

Text: Dr. Wolf Bütig

Dritte Kraft**HUMANISTISCHE PSYCHOLOGIE**

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

Verhaltensforschung

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.

Psychoanalyse

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).

Humanistische Psychologie

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

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
Inbild
Vorbild
Auftrag**

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.

Hierarchie der Bedürfnisse

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**

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, die für die Lebensbewältigung so wichtige Affektkontrolle obliegt, ab der Schwangerschaftsmitte einen Wachstumsschub 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, misstrauischen, 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 blöd!", "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 Gesundheitsgründen auf eine besondere Diät angewiesen sind. Bitte teilen Sie uns Ihre Diätwünsche 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

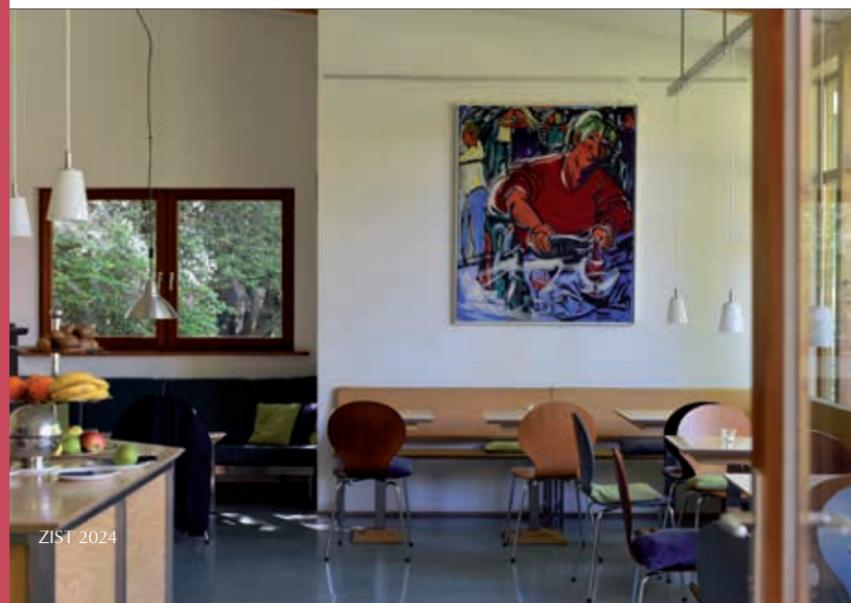
Einmietungen in ZIST Penzberg

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 Ausdrücke 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

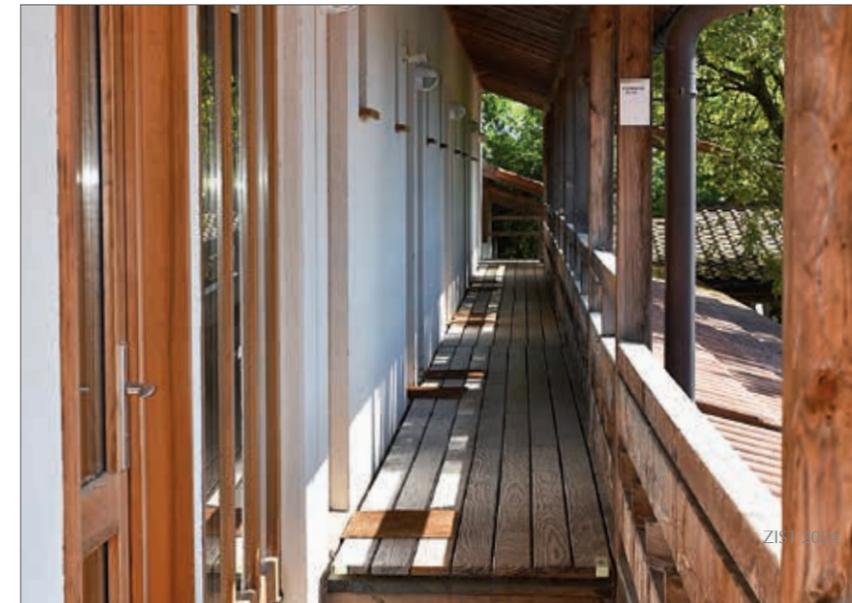
Mit dem Auto fahren Sie auf der Autobahn München–Garmisch bis zur Ausfahrt Penzberg, dann rechts in Richtung Iffeldorf, nach etwa 120 m direkt nach dem Ortsschild Untereurach (dort steht links ein Wegweiser Richtung ZIST) wieder nach rechts und auf dem Nantesbucher Weg durch Wiesen und Wald und an Seen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

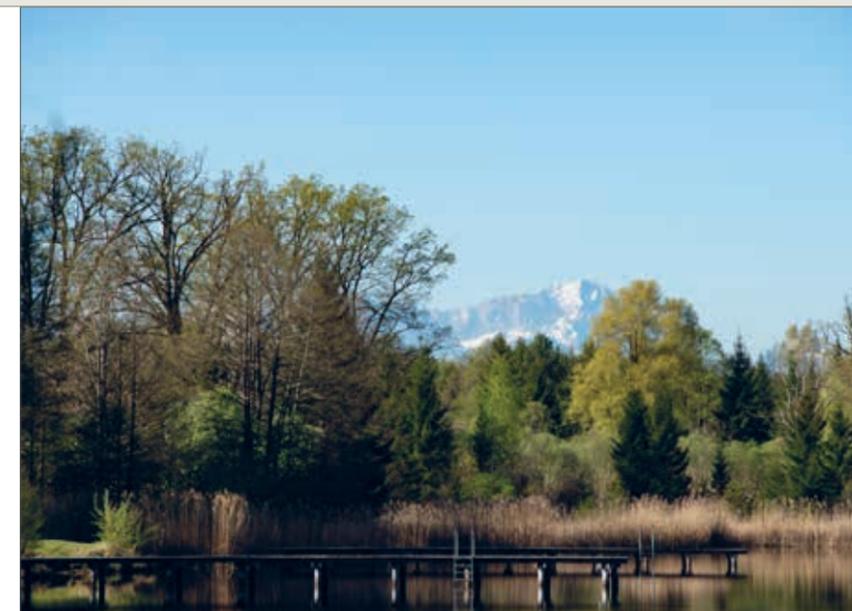
einsetzen sowie

- 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 unseren kooperierenden Referenten sowie den Dozenten (jeweils m/w/d) der ZIST Akademie, die mit unseren Gästen und den Psychotherapeuten in Ausbildung ihre Erkenntnisse teilen, Impulse geben, begleiten und ausbilden.

Und wir freuen uns auf viele weitere Jahre, in denen wir diesen Weg mit Offenheit, Kompetenz und Herz weitergehen können.

Wir bedanken uns insbesondere bei Wolf Büntig, der am 14.8.2021 verstorben ist. Wir denken viel an ihn in diesen Zeiten, die mit massiven gesellschaftlichen Veränderungen einhergehen. Es ist eine Zeit, in der kontemplative Momente, Rückschau und Stille besonders gut tun.



Wir schauen immer mal wieder in das Kondolenzbuch für Wolf:

www.zist.de/blog/wolf-buentig/

Es ist mit seinen vielen ganz unterschiedlichen Beiträgen ein eindrucksvolles und berührendes Dokument davon, wie tief und persönlich Wolf Büntig Menschen mit seiner Aufmerksamkeit und Zugewandtheit und seiner tiefen Kenntnis vom Sein berührt hat.

Er hat vielen bei großen und kleinen Problemen mit sich selbst und im Alltag helfen können, er hat viele Menschen bei der Entwicklung ihres Potentials unterstützt. Er hat eine wichtige Rolle in der Verbreitung und Erforschung der Humanistischen Psychologie gespielt und dabei bedeutende Pioniere dieser Haltung nach Deutschland geholt. Außerdem besaß Wolf Büntig ein besonderes sprachliches Talent, mit dem er mit großer Akribie schwierige Zusammenhänge verständlich, aber keineswegs flach ausdrücken konnte. Seine Texte sind kleine Diamanten, die uns wertvolle Wegbegleiter auf dem Weg hin zu einem besseren Verständnis von uns selbst sein können. Ein berührendes Zeugnis seiner Tiefe und seines sprachlichen Talents ist dieses Gedicht:

Standing at the sea-shore
I cannot tell
where the river ends and
the ocean begins

And I wonder
What may these waters
connecting source with sea
know of clouds

Am Meeresufer stehend
Kann ich nicht sagen
Wo der Fluss endet
Und der Ozean beginnt

Und mich nimmt wunder
Was mag wohl dieser Strom
Der Quell mit Meer verbindet
Von Wolken wissen

Wolf Büntig

Anschriften
ZIST gemeinnützige GmbH
 Zist 1 | 82377 Penzberg

Telefon: +49-8856-93690
 Fax: +49-8856-936970

E-Mail: info@zist.de
 Internet: www.zist.de

**ZIST Akademie
 für Psychotherapie**
 Zist 1 | 82377 Penzberg

Telefon: +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
Seminarorganisation
 Michael Bartl
 Sonja März
 Christiane Schiller
 Rosi Schütz
Onlineprojekte
 Elisa Berger
IT-Projekte
 Volkmar Tenschert
Leitung Küche
 Wolfgang Stangl
Leitung Housekeeping
 Sabine Schwarz, Joanna Spanger
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
 Gruppenpsychotherapie und EMDR**
 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

AKADEMIERAT

Die Geschäftsführung sowie die Leitung der Akademie wird beraten durch

Christine von Aufseß

Fachärztin für Psychotherapeutische Medizin, Dozentin und Lehrtherapeutin für Tiefenpsychologie.

Mona Bieltzler

Ärztin, in Ausbildung zur Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie.

Mascha Bleckwenn-Gulde

Dipl.-Psych., Psychologische Psychotherapeutin, Psychoanalytikerin, Lehrtherapeutin für tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie.

Reinhard Hauser

Dr. phil., Psychologe, Psychotherapeut, Lehrtherapeut für tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie.

Gustav Marlock

Dipl.-Päd., Dozent und Lehrtherapeut für tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie.

Die Sprecher (m/w/d)

der Psychologischen Psychotherapeuten in Ausbildung ((PiA) (m/w/d)) an der ZIST Akademie als assoziierte Mitglieder.

PROGRAMMHEFT AUSGABE 2024

Redaktion

Silke Bunda Watermeier

Lektorat

Irene Hansel

Gestaltung und Satz

Stefan Höcherl

Fotos ZIST und Umgebung

Elisa Berger

Stefan Höcherl

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

www.zist-akademie.de

 **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



ZIST gemeinnützige GmbH

Zist 1 | 82377 Penzberg

info@zist.de
www.zist.de
www.zist-akademie.de

Telefon: **+49-8856-93690**
Mo. – Fr. 9.00 – 13.00 Uhr
und 14.00 – 15.30 Uhr

Besuchen Sie uns auch
auf Facebook und auf unserem Blog:
<https://www.zist.de/blog/>