

ZIST PROGRAMM 2015

MENSCHLICHES POTENTIAL ENTFALTEN



Gudrun von Rimscha, My eye, Your eye, Mischtechnik, 2000

- Persönliches Wachstum
- Männer, Frauen, Kinder – Beziehungen
- Gesundheit, Vorsorge, Selbstheilung
- Kreativität
- Spiritualität
- Spiritualität – Diamond Approach
- Klausurprogramm *Alltag als Übung*
- Fortbildung – Workshops
- Fortbildung – Serien
- Längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen
- ZIST Akademie für Psychotherapie
- Vorträge
- Einführungen
- Konzert

INHALT

ZIST	■ EDITORIAL	3
	■ ÜBER ZIST	4
	■ VERANSTALTUNGSKALENDER	6
SELBSTERFAHRUNG	■ PERSÖNLICHES WACHSTUM	10
	■ MÄNNER, FRAUEN, KINDER – BEZIEHUNGEN	20
	■ GESUNDHEIT, VORSORGE, SELBSTHEILUNG	26
	■ KREATIVITÄT	31
	■ SPIRITUALITÄT	35
	■ SPIRITUALITÄT – DIAMOND APPROACH	37
	■ KLAUSURPROGRAMM ALLTAG ALS ÜBUNG	39
FORT-, WEITER- UND AUSBILDUNG	■ FORTBILDUNG – WORKSHOPS	40
	■ FORTBILDUNG – SERIEN	44
	■ LÄNGERE FORT-, WEITER- UND AUSBILDUNGEN	47
ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE	■ ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE	52
WEITERE ANGEBOTE	■ VORTRÄGE	55
	■ EINFÜHRUNGEN	57
	■ KONZERT	59
ARTIKEL	■ KÖRPERPSYCHOTHERAPIE UND HUMANISTISCHE PSYCHOLOGIE VON GUSTL MARLOCK	60
GRUPPENLEITER UND REFERENTEN	■ A – Z	64
HINTERGRUND	■ HUMANISTISCHE PSYCHOLOGIE	76
	■ HUMANISTISCHE PSYCHOTHERAPIE	76
	■ POTENTIALORIENTIERTE PSYCHOTHERAPIE	77
	■ METHODEN DER SELBSTERFAHRUNG	78
ZIST	■ AUFENTHALT IN ZIST PENZBERG	80
	■ IN EIGENER SACHE	82
	■ WEGBESCHREIBUNG	85
	■ ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN	86
	■ ZIST FÖRDERVEREIN E. V.	89
	■ ANMELDEFORMULAR	95
	■ IMPRESSUM	98

LEGENDE

- ZIST
- **Selbsterfahrung:** offene Einzelworkshops und Workshops in Serie, offene und geschlossene fortlaufende Selbsterfahrungsgruppen, Klausurprogramm *Alltag als Übung*
- **Fortbildung:** offene Einzelworkshops und Workshops in Serie, offene und geschlossene fortlaufende Fortbildungsgruppen, längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen
- **ZIST Akademie für Psychotherapie**
- **Weitere Angebote:** Vorträge, Einführungen, Konzert
- **ZIST Förderverein e. V.**

Liebe Leserin, lieber Leser,

vielen Dank für Ihr Interesse an unserem Jahresprogramm 2015.

ZIST hat in den über vierzig Jahren seines Bestehens große Kompetenz darin entwickelt, Menschen in ihrem Bestreben zu unterstützen, sich selbst und anderen gegenüber achtsam zu sein. In unseren vielfältigen Workshops zur Selbsterfahrung kann jeder Wege finden, mit Freude den Kontakt zu sich selbst zu finden, auszubauen und Achtsamkeit für das zu entwickeln, was ihm gut tut. Und sie beziehungsweise er kann hier den Mut dafür finden, persönliche Krisen und Veränderungen als Chancen wahrzunehmen und das zu leben, was als innewohnendes Potential gelebt sein will.

Die Natur, die uns hier in ZIST so reich umgibt, unterstützt uns dabei. Denn sie ist nicht nur wunderschön, sondern immer auch im Hier und Jetzt und wirft uns so auf uns selbst zurück.

Zahlreiche Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten wurden und werden in ZIST in relevanten Methoden der Psychotherapie durch Referentinnen und Referenten mit zum Teil internationalem Renommee ausgebildet. ZIST leistet damit in einer Welt, in der Stress fast epidemisch ist und Auswirkungen auf unsere physische sowie psychische Gesundheit und unser Wohlbefinden hat, einen hilfreichen gesellschaftlichen Beitrag. Das ist uns wichtig und das möchten wir weiterhin mit Offenheit und Herz pflegen.

Unsere Arbeit, die ihren Ausdruck auch in der seit 2011 staatlich anerkannten *ZIST Akademie für Psychotherapie* und deren Motto *Wissen durch Erfahrung* (Seite 52ff) findet, wird durch den Einsatz aller Mitarbeiter getragen. Wir danken unseren Kolleginnen und Kollegen, die sich für die Betreuung unserer Gäste und Referenten, für die Planung und Organisation unserer Veranstaltungen, für die gute Atmosphäre am Platz, die Pflege des Gartens und der Häuser und die gute vegetarische Küche engagieren. Und wir danken all unseren Referentinnen und Referenten, die hier in ZIST Workshops zur Selbsterfahrung sowie Fort-, Weiter- und Ausbildungen anbieten und für das hohe Niveau unserer Veranstaltungen zeichnen.

Einer dieser herausragenden Referenten und Lehrtherapeuten, Gustl Marlock, hat uns für dieses Programmheft freundlicherweise seinen Artikel *Körperpsychotherapie und Humanistische Psychologie* (Seite 60ff) zur Verfügung gestellt. In diesem Aufsatz setzt er sich auf spannende und ausgesprochen inspirierende Weise mit deren Identitätsaspekten und der historischen sowie aktuellen Bedeutung auseinander. Herzlichen Dank dafür an dieser Stelle.

Bedanken möchte ich mich auch sehr herzlich bei der Künstlerin Gudrun von Rimscha, die uns für diese Ausgabe beeindruckende Bilder ihrer

Reihen *Schriftbilder* und *Von der Erschaffung der Welt* sowie *Sounds come and go* zur Verfügung stellte. In diesen Reihen setzt sie sich in erster Linie mit Schriften von Robert Lax auseinander. Lax, einer der bedeutendsten amerikanischen Poeten des 20. Jahrhunderts, lebte seit 1962 ein zurückgezogenes und sehr einfaches Leben auf der griechischen Insel Patmos. Er versuchte in seinen Texten jenen Punkt zu finden, an dem die Kunst und das (spirituelle) Leben sich berühren und tat das auf eine Weise, die sehr auf das Wesentliche reduziert ist. Das ist auch der künstlerische Ansatz von Gudrun von Rimscha. Sie sagt: "Jetzt war da jemand, der das (die Reduktion auf das Wesentliche) in allen Bereichen verwirklicht hatte. Im realen Leben, in seinem Denken und in seinem Schreiben. Ich ... wünschte mir, für seine Gedichte eine adäquate, einfache Form in meiner Kunst zu finden. ... Meine Sehnsucht ist die Vereinfachung, die Reduzierung auf das Wesentliche. Das ist ein langer, innerer Weg. Da gibt es für mich noch viel zu tun oder besser gesagt: weniger zu tun. ..."

Als Gestalterin kenne ich dieses Bemühen um die Reduktion auf das Wesentliche. Als Meditierende empfinde ich diese Reduktion als Bereicherung fürs Leben. Und ich stimme mit Gudrun von Rimscha darin überein, dass dieser innere Prozess des Aussortierens und Loslassens meist ein langer Weg ist. Ein Weg, der auch Sie vielleicht immer mal wieder nach ZIST führt, denn unser Angebot, nach innen zu gehen, ist umfassend und wird immer weiter entwickelt. Wir haben in diesem Jahr neben bewährten Veranstaltungen sehr interessante neue Workshops für Sie organisiert, die durch **NEU** (in den verschiedenen Farben) im Heft visuell gekennzeichnet sind.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen und Schauen und heiße Sie herzlich willkommen in ZIST!

Bunda S. Watermeier



Bunda S. Watermeier

ZIST ist ein Zentrum für persönliche und berufliche Fortbildung zur Entwicklung menschlicher Kompetenz.

Ziel der Arbeit von ZIST ist die Entfaltung des menschlichen Potentials zum erfüllten Menschsein von Individuen und Gruppen in ihren sozialen Bezügen.

Theoretischer Hintergrund der Arbeit von ZIST ist die *Humanistische Psychologie* (siehe Seite 76), wie sie als *Dritte Kraft* in den 1960er-Jahren – neben Psychoanalyse und Verhaltensforschung – entwickelt wurde.

ZIST ist seit seiner Gründung 1973 ein unabhängiges und überkonfessionelles Seminarhaus mit eigenem Programmangebot.

Unsere Veranstaltungen 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, Psychologen und Heilpraktikern vorbehalten ist.

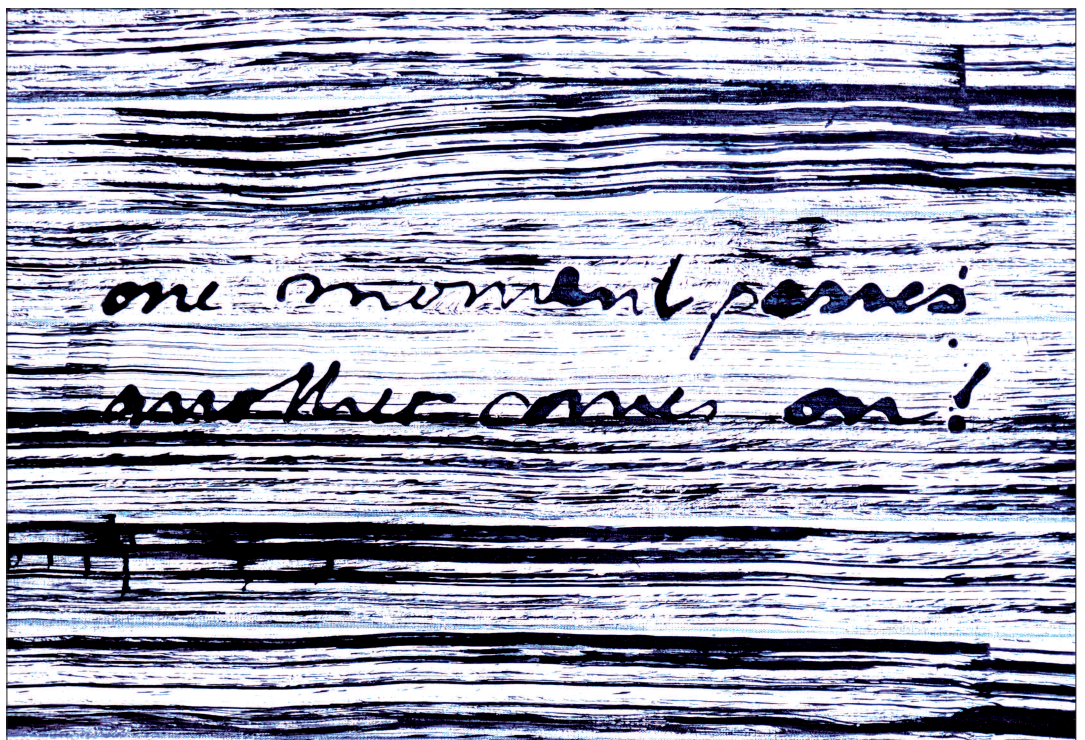
Der in ZIST praktizierte Ansatz integriert unterschiedliche westliche und östliche Quellen und Traditionen der Menschenkunde. Transzendenz – die Fähigkeit und Möglichkeit, über sich hinauszuwachsen – wird als ein wesentlich menschliches Potential gesehen.

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.

In den **Selbsterfahrungsgruppen** von ZIST werden Methoden eingesetzt, die die Teilnehmerinnen und Teilnehmer unterstützen: zum einen bei der Entwicklung von ganzheitlicher Gesundheit; zum anderen bei der Wahrnehmung und Verwirklichung ihres Bedürfnisses nach erfülltem Sein und nach sinnvollem Tun im Dienst an der Gemeinschaft.

In den **Fort-, Weiter- und Ausbildungen** lernen Fachkräfte, die mit Menschen arbeiten, auf professionell hohem Niveau verschiedene Verfahren der Selbsterkundung und Menschenführung kennen und praktizieren. Wissen wird dabei immer auch über Erfahrung vermittelt.

In der **ZIST Akademie für Psychotherapie** werden Psychologinnen und Psychologen zu Psychologischen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten nach dem Psychotherapeutengesetz mit dem Schwerpunkt tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie ausgebildet. Das Gedankengut der Humanistischen Psychologie und die jahrzehntelange Erfahrung von ZIST in Potentialorientierter Psychotherapie sind in diesem staatlich anerkannten Ausbildungsinstitut fest verankert. (Siehe auch Seite 52)



One moment passes
another comes on!
Gedicht: Robert Lax
Mischtechnik, 2011

Die Leiterinnen und Leiter der Selbsterfahrungsgruppen sowie die Lehrer der Fort-, Weiter- und Ausbildungsveranstaltungen von ZIST sind hoch qualifizierte und (selbst-) erfahrene Fachleute auf ihrem Gebiet.

ZIST hat **über vierzig Jahre Erfahrung** in der Organisation und Durchführung von Fort-, Weiter- und Ausbildungen für Fachleute aus den Heil-, Sozial-, Lehr-, Seelsorge- und Führungsberufen.

ZIST ist durch seine wunderbare Lage im oberbayerischen Voralpenland und sein gepflegtes Seminarhaus mit entsprechenden Gruppenräumen ein idealer Veranstaltungsort.

ZIST bietet vieles, was für ungestörtes Lernen und Arbeiten sowie zur Erholung nach intensiven Ausbildungsstunden notwendig, wichtig und erfreulich ist.

ZUR ZIST GESCHICHTE

Gründung

1970 kaufte das Arztehepaar Dr. Wolf und Christa Büntig 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 Aussiedlerhofes zum Seminarzentrum. 1973 gründeten Wolf und Christa Büntig mit anderen Interessenten 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.

Beratungsstellen

ZIST gründete 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 *Psychosomatische 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.

Entwicklungen der Humanistischen Psychologie und Referenten von Weltrang

ZIST hat im Laufe seines Bestehens wesentlichen Entwicklungen der Humanistischen Psychologie Raum für Erforschung und Verbreitung geboten. Methoden wie Gestalttherapie, Körperpsychotherapie, Feldenkrais, Hypnotherapie, Psychoonkologie, Systemisches Familienstellen und Traumatherapie sind heute in der Psychotherapie weit verbreitet. Wolf Büntig und seine Teams holten Persönlichkeiten wie Gerda Boyesen, Ruth Cohn, Moshé Feldenkrais, Stanislav Grof, Bert Hellinger, Stanley Keleman, Frédéric Leboyer, Alexander Lowen, Erving und Miriam Polster, Ernest Rossi, Carl Simonton, Alan Watts, Paul Watzlawick und viele andere mit internationalem Renommee und Weltrang nach ZIST.

Dieser Tradition fühlen wir uns in ZIST verpflichtet. ■

VERANSTALTUNGSKALENDER

LEGENDE

■ **Selbsterfahrung:** offene Einzelworkshops und Workshops in Serie, offene und geschlossene fortlaufende Selbsterfahrungsgruppen, Klausurprogramm *Alltag als Übung**

■ **Fortbildung:** offene Einzelworkshops und Workshops in Serie, offene und geschlossene fortlaufende Fortbildungsgruppen, längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen

■ **ZIST Akademie für Psychotherapie**

■ **Weitere Angebote:** Vorträge, Einführungen, Konzert

*Bitte beachten Sie, dass die Termine für das Klausurprogramm *Alltag als Übung* bei Drucklegung noch nicht feststanden. Bei Interesse informieren Sie sich bitte auf unserer Webseite.

Datum	Art	Gruppe	Leiter	Seite
JANUAR				
09.01. – 11.01.	■	Beziehung, die man tanzen kann	J. Feuerbach	22
09.01. – 11.01.	■	Familienaufstellungen	B. Innecken	23
16.01. – 20.01.	■ ■	Krise und Krankheit als Chance	W. Büntig	27, 44
23.01. – 28.01.	■	Soul Without Shame	B. Brown	37
23.01., 19.00 h	■	Vortrag: Erfüllung durch geerdete Sexualität (in München)	I. Vauk	55
28.01. – 31.01.	■	Praktische Impulse für persönliche Entwicklungsprojekte	B. Fittkau und B. Fittkau	13
30.01. – 04.02.	■	Moshé Feldenkrais' Erbe	E. Wadler	46
30.01. – 02.02.	■ ■	Einführungs- und Auswahlworkshop zur berufsbegleitenden Fortbildung in Kunsttherapie	R. Helke	57, 48
FEBRUAR				
04.02., 19.00 h	■	Vortrag: Was ist Wertlegung? Wer ist Null? (in München)	M. Solonevich	55
08.02., 10.00 h	■	TakeTiNa – Schnuppertag (in München)	S. Bundschu	57
08.02. – 12.02.	■	Ongoing Inquiry	J. Rosenblum	38
11.02., 19.30 h	■	Vortrag: Einführung in moderne bewusstseinszentrierte Körperpsychotherapie (in München)	C. Gottwald	55
12.02. – 15.02.	■	Lebens-Integrations-Prozess	M. Nelles	18
14.02. – 17.02.	■	The Embodied Life Retreat	R. Delman	28, 35
14.02. – 17.02.	■	Feldenkrais: Bewegungs-Spielräume finden	M. Büntig-Ludwig	28
18.02. – 22.02.	■ ■	Sich sein lassen	W. Büntig	12, 40
27.02. – 01.03.	■	Bewegung – Stille – Präsenz	E. Bader	26, 31
MÄRZ				
10.03. – 15.03.	■	In der Mitte der Zeit sein	J. Oehlmann	18
13.03. – 15.03.	■	Achtsam sein – mit klarem Geist und offenem Herzen	T. Buunk	13
15.03. – 19.03.	■	Berufsbegleitende Fortbildung in Kunsttherapie	R. Helke	48
20.03. – 24.03.	■	Tango als Tor zur Präsenz	G. Bantle	35, 20
20.03. – 22.03.	■	Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit (Modul 3)	B. Innecken	45, 41
20.03. – 22.03.	■	Heilsame Klänge	M. Stockhausen	34, 30
21.03., 10.00 h	■ ■	Einführung zur Ausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten	D. Horn und/oder W. Büntig	57, 54
27.03. – 01.04.	■	Die heilende Medizin des Schamanismus der Huichol Indianer	B. Secunda	36
27.03. – 29.03.	■ ■	Neugierde, Erregung, Unschuld und Regulation (in München)	I. Vauk	25, 43
27.03. – 29.03.	■	POJ – Prozessorientiertes Jonglieren	M. Filzi und S. Filzi	31
29.03. – 02.04.	■	Ich und Du, Hier und Jetzt: Beziehungen	W. Büntig	20

APRIL

01.04., 20.00 h	■	Konzert: Pulse Sanctuary (in Starnberg)	G. Velez und LOIRE (L. Cotler)	59
02.04. – 05.04.	■	Traum und Trauma	H. Gattnar	14, 40
02.04. – 06.04.	■	Die heilende Kraft von Shaker und Rahmentrommel	G. Velez und LOIRE (L. Cotler)	34
05.04. – 09.04.	■	Phönix aus der Asche	W. Büntig	27
09.04. – 13.04.	■	Das Wandelbare entdecken	O. Eberl, C. Meyne, K. Horz sowie F. Moakes-Geyer	29
12.04. – 16.04.	■	Innere Führung – Selbsterfahrung für Führungskräfte	W. Büntig	12
14.04. – 17.04.	■	Mitgefühl wecken – für sich selbst und für andere	L. Reddemann	42
17.04., 14.30 h	■	Einführung zur Weiterbildung Potentialorientiertes Coaching	W. Büntig und A. Stemberger	57, 47
17.04. – 22.04.	■	Potentialorientierte Selbsterfahrung: Selbstgefühl	W. Büntig und G. Eder-Büntig	11
17.04. – 22.04.	■	Die Stille und der Clown – zwei Gesichter, ein Prinzip	M. Solonevich und A. Höveler	18
21.04. – 23.04.	■	Boxenstopp Leadership	A. Preuß und A. Stemberger	50
22.04., 19.30 h	■	Vortrag: Mögliche Auswirkungen quantentheoretischer Modelle in der Psychotherapie (in München)	C. Gottwald	55
23.04., 18.00 h	■	Vortrag: Sterben lernen – leben lernen (in München)	W. Büntig	55
24.04. – 28.04.	■	Mann sein	A. Preuß	24

MAI

08.05. – 10.05.	■	Präsenz im Dialog	F. Dhority und S. Dobkowitz	35, 20
10.05. – 14.05.	■	Potentialorientiertes Coaching	W. Büntig, A. Preuß und A. Stemberger	47
13.05. – 15.05.	■	Das Selbstwertgefühl: Ursprung, Verletzungen, Therapie	J. Vieregge	19
15.05. – 17.05.	■	The Flame	R. Merckx and T. Jourdan	37
21.05., 19.00 h	■	Vortrag: Von der Einsicht zum Handeln (in München)	J. Schönberger	56
21.05. – 24.05.	■	TaKeTiNa – Rhythm for Evolution (in Starnberg)	R. Flatschler und T. Bosak	32
22.05. – 25.05.	■	Bausteine der Liebe	S. Mühlen und G. Mühlen	24
23.05. – 25.05.	■	Kampfkunst als Therapeutikum – ein intuitiver Weg zur Selbstfindung	R. Eckhardt	35, 29
31.05. – 03.06.	■	Erforschung der Innenwelt	S. McConnell	16, 42
31.05. – 05.06.	■	Ausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten	W. Büntig	52

JUNI

03.06. – 05.06.	■	Einführung in das Enneagramm der Persönlichkeit und das SAT Programm	K. Reuter und C. Chalakani	58
05.06. – 07.06.	■	Einführung in die Traumatherapie Somatic Experiencing	D. Rothbauer	58, 51
05.06. – 09.06.	■	Beyond the tyranny of the Superego: The possibilities of a life fulfilled	S. Grover	37
05.06. – 09.06.	■	Nicht leben wie zuvor – sondern leben wie nie zuvor	M. Steinvorth	43, 30, 44
12.06. – 14.06.	■	Körperarbeit und Gebet – eine alte Ressource neu entdecken	G. M. Martin	36, 16
17.06. – 22.06.	■	Potentialorientierte Selbsterfahrung: Stärke	W. Büntig und G. Eder-Büntig	11
17.06. – 22.06.	■	Circle Music	S. Bundschu	40, 31
19.06. – 23.06.	■	Werden wer ich sein kann	R. Hoffmann	41
23.06. – 28.06.	■	Movement Intelligence – Lösungen für optimale Mobilität	R. Alon	26, 40

VERANSTALTUNGSKALENDER

JULI

02.07. – 07.07.	■	Vom Reden zum Tun	J. Schönberger	18
02.07. – 05.07.	■	Holotropes Atmen – Das Abenteuer der Selbstentdeckung	V. Luchetti und G. Mercado	15, 36
07.07. – 12.07.	■ ■	Wozu bin ich krank? – Aufstellungsarbeit zur seelischen Funktion von Symptomen	T. Geßner	29, 44
09.07. – 13.07.	■	Stimmiger Körper – verkörperte Stimme	L. Sokolov	34
10.07. – 12.07.	■	Beziehung auf Dauer – wie kann so etwas gelingen?	F. Erbacher und W. Erbacher	21
12.07. – 14.07.	■	Naikan – Versöhnung mit sich selbst	S. Mazumdar	16
23.07. – 26.07.	■	The Embodied Life Retreat	R. Delman	28, 35
23.07. – 26.07.	■ ■	Einführung in Das Neuroaffektive Beziehungsmodell (NARM)	D. Rothbauer	58, 49
24.07. – 26.07.	■	Liebe – Resonanz mit dem Fluss des Lebens	S. Gerken	23
31.07. – 02.08.	■	Beziehung, die man tanzen kann	J. Feuerbach	22

AUGUST

02.08. – 06.08.	■	Tango, Selbsterfahrung und Urlaub	J. Feuerbach	22
03.08., 20.00 h	■	Die ZIST Milongas	J. Feuerbach	59
04.08., 20.00 h	■	Die ZIST Milongas	J. Feuerbach	59
05.08., 20.00 h	■	Die ZIST Milongas	J. Feuerbach	59
05.08. – 09.08.	■	Mal- und Zeichenwerkstatt	R. Helke	33
11.08. – 16.08.	■	Moshé Feldenkrais' Erbe	E. Wadler	46
16.08. – 20.08.	■	Innere Führung – Selbsterfahrung für Führungskräfte	W. Bütig	12
20.08. – 25.08.	■	Point Zero Painting – Kreativität ohne Grenzen	K. Franckenberg	33
21.08. – 25.08.	■	Singles – All the lonely people	W. Bütig	12
27.08. – 13.09.	■	TaKeTiNa – kostenlos!	Absolventen der TaKeTiNa Ausbildung	32

SEPTEMBER

04.09. – 07.09.	■	Feldenkrais: Bewegungs-Spielräume finden	M. Bütig-Ludwig	28
14.09. – 18.09.	■	Von Liebes-Glück und Lebens-Lust	E. Tarnow und C. Tarnow	25
18.09. – 20.09.	■ ■	Neuromentales Stressmanagement	G. Linemayr	30, 44
18.09. – 20.09.	■	Glücklich zu sein, kann man lernen – aber wie?	C. Gottwald	14
24.09. – 27.09.	■	Singing Pool	A. Gerber und K. Enz Gerber	33
25.09. – 27.09.	■	Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit (Modul 4)	B. Innecken	45, 41
27.09., 10.00 h	■	TaKeTiNa – Schnuppertag (in München)	S. Bundschu	57

OKTOBER

03.10., 10.00 h	■ ■	Einführung zur Ausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten	D. Horn und/oder W. Bütig	57, 54
06.10. – 15.10.	■	Selbsterkenntnis und Lebendigkeit (SAT Modul I)	C. Naranjo, K. Reuter & Team	17, 36
06.10., 14.30 h	■ ■	Einführung zur Weiterbildung Potentialorientiertes Coaching	W. Bütig und A. Stemberger	57, 47
07.10., 19.30 h	■	Vortrag: Einführung in moderne bewusstseinszentrierte Körperpsychotherapie (in München)	C. Gottwald	55
15.10. – 20.10.	■	Die heilende Medizin des Schamanismus der Huichol Indianer	B. Secunda	36
17.10. – 18.10.	■ ■	Einführung in die Traumatherapie Somatic Experiencing	D. Rothbauer	58, 51
23.10. – 25.10.	■	Dem Tod neu begegnen	S. Kraft und M. Kraft	15, 36
29.10., 18.00 h	■	Vortrag: Sucht (in München)	W. Bütig	56

NOVEMBER

01.11. – 06.11.	■	Ausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten	W. Büntig	52
06.11. – 11.11.	■	Potentialorientierte Selbsterfahrung: Selbstwert	W. Büntig und G. Eder-Büntig	11
06.11. – 11.11.	■	Positive Psychotherapie	A. Remmers	42
08.11. – 13.11.	■	Mit den Jahren jünger werden	M. Solonevich	19
11.11. – 17.11.	■	Somatic Experiencing	D. Rothbauer, S. Hoskinson	51
13.11. – 15.11.	■	In welche Geschichte gehört das?	R. Weber	43, 44
17.11. – 22.11.	■	Vom Selbstbild zum Selbstgefühl	M. Ingen-Housz und T. Ehrensperger	41
20.11. – 22.11.	■	POJ – Prozessorientiertes Jonglieren	M. Filzi und S. Filzi	31
22.11. – 27.11.	■	Das Neuroaffektive Beziehungsmodell zur Heilung von Entwicklungstrauma – The NeuroAffective Relational Model (NARM)	L. Heller	49
27.11. – 29.11.	■	Abschied vom Kinderwunsch	I. Enchelmaier und T. Frick-Nissler	20
27.11. – 29.11.	■	Weil ich euch beide liebe	B. Inneck	24
27.11. – 02.12.	■	Ekstatisches Pulsieren	G. Velez und LOIRE (L. Cotler)	34

DEZEMBER

10.12. – 13.12.	■	Lebens-Integrations-Prozess	M. Nelles	18
16.12. – 21.12.	■	Potentialorientierte Selbsterfahrung: Selbstgefühl	W. Büntig und G. Eder-Büntig	11
18.12. – 21.12.	■	Musik für Paare – Hear and Now!	A. Gerber und K. Enz Gerber	22
27.12.15 – 03.01.16	■	Die Silvestergruppe: Wach' auf und träume!	M. Solonevich und A. Höveler	19

DATEN & PREISE

■ POTENTIALORIENTIERTE SELBSTERFAHRUNG

Wolf Bütig und Gertraud Eder-Bütig

In dieser Workshopreihe für Menschen, die persönlich wachsen und andere in ihrem Wachstum unterstützen wollen, hat jeder Workshop neben den aktuellen Anliegen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer einen thematischen Schwerpunkt.

Unter achtsamer Anleitung und Begleitung können Sie dabei

- Ängste, Unzufriedenheit und Symptome als Wegweiser in Richtung persönlicher Entwicklung wahrnehmen lernen,
- Ihre Selbst- und Weltbilder überprüfen,
- Ihre in der Charakterfixierung eingefleischten Einschränkungen in Wahrnehmung, Fühlen, Denken und Handeln erkennen und lassen lernen,
- Ihre Gebundenheit in systemischen Verstrickungen wahrnehmen und lösen,
- dem zutiefst menschlichen Drang, über sich selbst hinauszuwachsen, folgen,
- eine Ihrem Wesen entsprechende innere Ordnung entdecken, zulassen und annehmen lernen und so
- Ihre Entwicklung als autonome Person fördern und
- Ihr menschliches Potential zur menschlichen Kompetenz entfalten.

Am Vormittag führt Gertraud Eder-Bütig in Aspekte des Themas des jeweiligen Workshops ein und unterstützt die Teilnehmerinnen und Teilnehmer durch Übungen in der Kleingruppe darin, Empfindungen, Gefühle, Bilder und Gedankenprozesse wahrzunehmen. Dabei können im Charakter gebundene Kräfte in Bewegung kommen, in der Stille gefühlt, im freien Malen ausgedrückt und im Austausch benannt, erkannt und zu eigen gemacht werden.

Am Nachmittag unterstützt Wolf Bütig in angeleiteten Übungen zur Selbsterkundung, in gelegentlichen Familienaufstellungen und im Einzelgespräch in der Gruppe die Teilnehmerinnen und Teilnehmer dabei, sich von Fixierungen zu lösen, weiterführende Erfahrungen zuzulassen und dabei gewonnene Selbsterkenntnis durch Übung im Alltag im Bewusstsein zu verankern.

Der Respekt vor dem inneren Prozess eines und einer jeden und die persönliche Bereitschaft, sich darauf einzulassen, begünstigen die Entwicklung von Selbstvertrauen, Gelassenheit, Kontaktfähigkeit und Lebensfreude.



Turning the jungle into a garden without destroying a single flower
Gedicht: Robert Lax
Mischtechnik, 2014

POTENTIALORIENTIERTE SELBSTERFAHRUNG: SELBSTGEFÜHL*

Wolf Büntig und Gertraud Eder-Büntig

Manchmal wissen Sie nicht, was Sie tun sollen? Sie wundern sich vielleicht, dass Sie etwas tun, was Sie gar nicht wollen? Sie denken, Sie machen alles richtig und fühlen, dass etwas nicht stimmt? Sie haben gelegentlich gar den Eindruck, neben sich zu stehen?

Als Kinder lernen wir aus Liebe zu oder aus Angst vor denen, auf die wir angewiesen sind, Rollen zu spielen, die denen Freude machen und uns Kummer und Schmerz ersparen. In dem hoffnungslosen Versuch zu sein, wer wir nicht sind, werden wir uns so selbst und anderen fremd.

In dieser Gruppe können Sie

- Gegenwärtigkeit und Achtsamkeit üben,
- eine mündige Position einnehmen lernen zwischen der Kinderseele mit ihrer Angst vor Schmerz und ihrem ungeduldigen Streben nach Lebensfreude einerseits und dem inneren Richter und Antreiber mit seinen unablässigen Forderungen und Warnungen andererseits, dabei
- sich selbst näher kommen und lernen, bei sich statt außer sich zu sein,
- fühlen lernen, wer da ist, wo Sie gerade sind, und
- die Person kennenlernen, von der Sie sprechen, wenn Sie *Ich* sagen.

POTENTIALORIENTIERTE SELBSTERFAHRUNG: STÄRKE*

Wolf Büntig und Gertraud Eder-Büntig

Neigen Sie dazu, von sich mehr zu fordern als Sie auf Dauer leisten können? Fällt es Ihnen schwer, Schwäche zuzugeben und Kontrolle abzugeben? Sind Sie getrieben und verspannt? Erschöpfen Sie sich durch Selbstüberforderung? Sind Sie bereits von Burnout bedroht?

Sie können in diesem Workshop ergründen, wie Sie gelernt haben, stark oder schwach zu sein und wofür Sie einen Schein von Stärke aufrecht erhalten. Wenn wir unser Bemühen, stark zu sein und stark zu scheinen, wahrnehmen, können wir Zugang finden zu unserer ursprünglichen Kraft und den damit verbundenen Qualitäten wie Gelassenheit, Lebendigkeit, Leichtigkeit, Mut und Zuversicht und ein Gefühl natürlicher Kompetenz entdecken und entfalten.

POTENTIALORIENTIERTE SELBSTERFAHRUNG: SELBSTWERT*

Wolf Büntig und Gertraud Eder-Büntig

Gehören Sie zu denen, die sich unter Wert verkaufen, um dazuzugehören? Sind Sie von Minderwertigkeitsvorstellungen und Selbstzweifeln bestimmt und müssen deshalb sich und anderen beweisen, dass Sie lebens- und liebenswert sind? Oder sind Sie leicht zu kränken, weil Ihre Bedeutung oder Ihre guten Absichten nicht gebührend gewürdigt werden?

Im behutsam und achtungsvoll angeleiteten Gruppenprozess können Sie unter Umständen

- sich darüber klar werden, wie Sie Geringschätzung sich selbst und anderen gegenüber entwickelt und geübt haben,
- erkennen, wie Sie den Verlust von ursprünglichem Selbstwert durch Leistung, Dienstbarkeit und Attraktivität zu kompensieren versucht haben,
- sich eingestehen, wie viel Wertschätzung Sie schon abgewiesen haben, weil Sie meinten, sie nicht verdient zu haben,
- lernen, Wertschätzung anzunehmen und zu schenken und
- Ihren ursprünglichen Wert als menschliches Geschöpf jenseits der Abhängigkeit von Bestätigung wiederentdecken.

DATEN & PREISE

Selbstgefühl*

**Fr., 17.4., 18.30 h –
Mi., 22.4.15, 14.00 h**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150468
**Mi., 16.12., 18.30 h –
Mo., 21.12.15, 14.00 h**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 151268

Kursgebühr
je Workshop 485 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80

Stärke*

**Mi., 17.6., 18.30 h –
Mo., 22.6.15, 14.00 h**
Kursgebühr 485 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150668

Selbstwert*

**Fr., 6.11., 18.30 h –
Mi., 11.11.15, 14.30 h**
Kursgebühr 485 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 151168

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

DATEN & PREISE

Innere Führung*

Mit Esther Diethelm
und Ruth Staubli
(TaKeTiNa)

**So., 12.4., 18.30 h –
Do., 16.4.15, 14.00 h**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150469

Mit Irene Gooding
und Urs Tobler
(TaKeTiNa)

**So., 16.8., 18.30 h –
Do., 20.8.15, 14.00 h**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150869

Kursgebühr
je Workshop 690 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80

Sich sein lassen*

**Mi., 18.2., 18.30 h –
So., 22.2.15, 14.00 h**
Kursgebühr 420 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150233

Singles

**Fr., 21.8., 18.30 h –
Di., 25.8.15, 14.00 h**
Kursgebühr 435 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150833

■ INNERE FÜHRUNG – SELBSTERFAHRUNG FÜR FÜHRUNGSKRÄFTE*

Wer oder was leitet die Leitenden?
Wolf Büntig

Offener Workshop zur Selbsterkundung und Entwicklung von persönlicher und sozialer Kompetenz für Selbstständige, Führungskräfte, Projektmanager und andere Leistungsträger in Organisationen und Unternehmen.

Erfahrungsgemäß werden von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern bestimmte Fragen, Anliegen und Lebensthemen bevorzugt angesprochen, wie zum Beispiel: ich möchte, will oder muss

- eine Entscheidung treffen.
- Prioritäten bezüglich Arbeit, Familie und Eigenleben erkennen und umsetzen.
- von der Abhängigkeit von Anerkennung loskommen.
- die eigene Motivation erkennen und immer wieder neu überprüfen.
- mit Grenzen umgehen lernen.
- Rangkonflikte klären.
- Erschöpfung, Schmerzen oder gar Krankheits-symptome als Sprache des Körpers verstehen lernen, beherzigen und Konsequenzen daraus ableiten.
- Krisen als Herausforderung und Chance zur Entwicklung erkennen.
- zwischen Zweckmäßigkeit und Sinnhaftigkeit unterscheiden lernen.
- zu mehr Gegenwärtigkeit und Gelassenheit finden.

Dementsprechend vollzieht sich die Arbeit in unterschiedlichen und doch ineinander greifenden Themenkreisen:

- Situationsgerechtes Wahrnehmen, Fühlen, Denken und Handeln.
- Befreiung aus überholten Mustern in Halten und Verhalten.
- Systemische Verstrickung und Lösung.
- Gesundheitsvorsorge und Entwicklung von Wohlsein.
- Entwicklung von der fremdbestimmten Persönlichkeit zur autonomen Person.

Vortrag, Übungen zur Selbsterkundung, strukturierte Dialoge, Nachbearbeitung im Plenum.

Am Morgen eines jeden Tages fordert und fördert die Rhythmische Körper-Bewusstseinsarbeit TaKe-TiNa Präsenz, Offenheit, Gelassenheit und die Bereitschaft, sich auf das Noch-nicht-Können als Voraussetzung für jedes Lernen einzulassen.

■ SICH SEIN LASSEN*

Wolf Büntig
N. N. und N. N.: TaKeTiNa

*Leb, weiss nit wie lang
und stürb, weiss nit wann,
muss faren, weiss nit wohin,
mich wundert, dass ich so frelich bin.*

Dieser Spruch verrät seit dem Mittelalter ein Programm: die Vergangenheit gewesen sein lassen, die Zukunft auf sich zukommen lassen, sich in der Gegenwart das, was ist, wie es ist, wahrnehmen und das Notwendige tun lassen.

Menschen haben das Potential, zu lieben und zu hassen, zu schaffen und zu zerstören, zu streben und zu spielen, zu lachen und zu weinen, zielstrebig zu forschen und hingabevoll zu staunen. Anpassung an die Bedingungen, unter denen wir heranwachsen, lässt uns das eine entfalten und das andere unterdrücken. Wir lernen für die, von denen wir abhängen, alles richtig zu machen, bis wir selbst nicht mehr wissen, was für uns stimmt, und unsere Rollen so gut zu spielen, dass wir uns selbst nicht mehr trauen und schließlich glauben, wir hätten – wie im Karneval – nur in einer besonders gelungenen Verkleidung eine Berechtigung da zu sein, dabei zu sein und liebenswert zu sein.

Wir erkunden im Workshop die Identifikation mit Masken und Rollen, um dahinter Identität zu entdecken: Wer wir sind, wenn wir sind, wie wir sind.

Übungen zur Gelassenheit für Menschen, die meinen, sich ändern zu müssen, werden eingeleitet durch Kurzvorträge und abgerundet durch Nachbesprechungen.

■ SINGLES – ALL THE LONELY PEOPLE ...

Wolf Büntig
Leonard Seifert und Barbara Westphal: TaKeTiNa

Dieser Workshop ist für Menschen, die erkunden wollen, warum sie allein leben.

Schon 1966 fragten die Beatles: "All die einsamen Leute, wo kommen sie alle her, wo gehören sie alle hin?" Heute leben hierzulande über 40 % der Bevölkerung als Alleinstehende. Gehören Sie dazu? Wenn ja, warum?

Sind Sie immer noch auf der Suche nach der Liebe Ihres Lebens? Haben Sie schon zu viele Fehlschläge erlebt, um noch einmal sagen zu können: Ich will Dich und keine andere? War vielleicht Ihr Partner nicht der richtige, weil Sie ihn nicht ganz nehmen konnten? Hängen Sie noch an der Frau, die es gewesen wäre und die Sie nicht gefragt haben? Haben Sie Angst, noch einmal auf einen sexsüchtigen Partner reinzufallen, für den Sie austauschbar waren? Oder trauen

Sie sich nicht mehr, ein Versprechen zu geben, weil Sie es schon zu oft nicht halten konnten?

Pflegen Sie unbewusst abschreckende Männer- oder Frauenbilder, die über Generationen weitergereicht wurden? Sind Vorgänger im Familiensystem, die in einer verbindlichen Beziehung schmerzliche Erfahrungen gemacht haben, für Sie unbewusst Vorbilder, die nachzuahmen Abwehr oder Angst auslöst?

Wie könnten Freiheit und Verbindlichkeit zusammengehören?

Wenn Sie nicht zu den wenigen gehören, für die das Alleinleben Vorbedingung ist, um sich einer bestimmten Aufgabe widmen zu können, könnte es für Sie lohnend sein, diesen Fragen in Impulsreferaten, in Übungen in Kleingruppen und in Einzelgesprächen in der Gruppe nachzugehen.

In der Rhythmischen Körper-Bewusstseinsarbeit TaKeTiNa können Sie hinderliche Muster in Wahrnehmung, Fühlen, Denken und Handeln erkennen und loslassen lernen.

NEU ACHTSAM SEIN – MIT KLAREM GEIST UND OFFENEM HERZEN

Eine Einführung in MBSR – Mindfulness Based Stress Reduction nach Prof. Jon Kabat-Zinn
Tatini Petra Buunk

Durch die in den späten 70er-Jahren in den USA von Prof. Jon Kabat-Zinn entwickelten alltagstauglichen Übungen des MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction, deutsch: Achtsamkeitsbasierte Stressreduktion) können wir lernen, differenzierter wahrzunehmen und so mit einer offenen und wertfreien Aufmerksamkeit einen Raum entstehen lassen, der es uns erlaubt, selbstbestimmt unseren Alltag und unsere Beziehungen zu gestalten.

Die Praxis der Achtsamkeit kann uns dabei helfen, Freundschaft und Frieden mit (schwierigen) Erfahrungen und uns selbst als Erfahrenden zu schließen. Sie kann uns in Kontakt mit unserer ureigenen Weisheit und Vitalität, unseren Potentialen und der Kraft bringen, aus ihr zu schöpfen. Die Grundhaltung dabei ist akzeptierend und nährend – Leben, Lieben und Arbeiten im Kontakt mit unserem Herzen.

MBSR ist ein wissenschaftlich erforschtes und weltweit gelehrtes Programm, das vielen Menschen dabei helfen konnte, ohne eine spirituelle oder religiöse Bindung mit dem Stress im Alltag konstruktiver und entspannter umzugehen.

Inhalte und Methoden

- Das Konzept der MBSR und seine wissenschaftlichen Hintergründe

- Grundlagen der Achtsamkeit
- Achtsamkeitsübungen für den Alltag: im Sitzen, im Liegen und in der Bewegung
- Impulsvorträge und Selbsterforschungseinheiten
- Zeiten in Stille und für den Austausch

Jede Teilnehmerin beziehungsweise jeder Teilnehmer erhält ein Handbuch und eine CD.

NEU PRAKTISCHE IMPULSE FÜR PERSÖNLICHE ENTWICKLUNGSPROJEKTE

Aus Enneagramm- und Riemann-Perspektive
Bernd Fittkau und Boris Fittkau

"Zukunft entsteht aus Krise". Das gilt häufig auch für persönliche Entwicklungsimpulse. Aber müssen wir auf Krisen warten? Reichen auch gute Vorsätze? Oder pflastern gute Vorsätze vornehmlich den Weg zur Hölle?

Wir wollen in diesem Workshop mit Ihnen zusammen Impulse zur Entwicklung aufspüren. Am ehesten solche, die Ihnen einen weiteren Sinn geben, die Sie erweitern und bereichern. Dazu wollen wir zwei bekannte und bewährte Persönlichkeits-Modelle zu Rate ziehen:

- Das Enneagramm und
- das Persönlichkeits-Kreuz von Fritz Riemann, das aus seinen *Grundformen der Angst* abgeleitet ist.

Mit folgenden Fragen werden wir uns beschäftigen:

- Wo will ich in meinem Leben noch hin?
- Wie kann ich *auf meiner Spur* bleiben?
- Wie kann ich vermeiden, einer Täuschung nachzujagen, die zur Enttäuschung führt?
- Wie sieht es mit meinen dunklen Seiten aus?
- Für welche *Todsünden* bin ich offen, anfällig, verführbar?
- Welche Risiken gehe ich ein?
- Wie kann ich meine dunklen, ambivalenten Energien nutzen, um meinen Entwicklungszielen näher zu kommen?

Folgende Entwicklungs-Prinzipien wollen wir nutzen:

- Persönliches Vorbild
- Rituell unterstützter Weg
- Kollegiales Coaching

Und was aktuell unveränderbar erscheint, wie zum Beispiel das Älterwerden: "Da hinein entspannen"

DATEN & PREISE

Achtsam sein – mit klarem Geist und offenem Herzen
Fr., 13.3., 18.30 h – So., 15.3.15, 14.00 h
Kursgebühr 220 € zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 150337

Praktische Impulse für persönliche Entwicklungsprojekte
Mi., 28.1., 18.30 h – Sa., 31.1.15, 14.00 h
Kursgebühr 320 € zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 150132

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

DATEN & PREISE

Traum und Trauma

**Do., 2.4., 18.30 h –
So., 5.4.15, 14.00 h**
Kursgebühr 360 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150436

Glücklich zu sein, kann man lernen

**Fr., 18.9., 18.30 h –
So., 20.9.15, 14.00 h**
Kursgebühr 220 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150931

NEU TRAUM UND TRAUMA

Heike Gattnar

Nur ein Buchstabe unterscheidet die Worte: Traum und Trauma und doch scheinen Welten dazwischen zu liegen.

Ein Trauma zeigt sich meist als ein Feststecken, ein Stillstand. Es scheint, das Leben in all seinen Möglichkeiten, seiner Farbigkeit zu verhindern. Wir verlieren Verbindung zu uns selbst und zu unserer Umgebung, verlieren Handlungskompetenz, unsere Orientierung, unsere Freude und Leichtigkeit.

Ein Traum dagegen kann eine Brücke zwischen Himmel und Erde sein, zwischen unserem inneren Wesen und unserer Alltagsrealität. In ihm sind wir nicht an die Gesetzmäßigkeiten der irdischen Realität gebunden. Träume können wunderschön sein oder auch aufrührend und so manches Mal erwachen wir und wissen nicht, was wahr ist: "Des Nachts träumte mir, ich sei ein Schmetterling. Als ich erwachte, wusste ich nicht, bin ich ein Mensch, der träumte, er sei ein Schmetterling oder bin ich ein Schmetterling, der träumt, er sei ein Mensch." (Chinesisch)

In diesem Workshop wollen wir die fiktive Welt der Träume benutzen, sei sie nun wunderbar oder schrecklich, wie in den Albträumen, um Wege aus der Ohnmacht des Traumas zu finden. Oft zeigt uns ein Traum Lösungen, die uns am Tag nicht einfallen würden. Oft machen Träume den Weg sichtbarer, leichter und heiterer.

Wir werden dabei nicht den Weg der üblichen Traumdeutung beschreiten, sondern werden uns auf das Empfinden, auf die Erfahrung mit all unseren Sinnen einlassen, um unserem kreativen, inneren Zugang nachzuspüren und aus den verworrenen Traumfäden etwas Neues, eine neue Wirklichkeit entstehen zu lassen.

GLÜCKLICH ZU SEIN, KANN MAN LERNEN – ABER WIE?

Christian Gottwald

Kennen Sie den Gedanken und die Ahnung: eigentlich könnte ich einfach glücklich sein, weil ich ja alles habe? Ich funktioniere in meinem Leben; warum bin ich nicht wenigstens zufrieden? Suchen Sie wirksame Wege, wie Sie Ihr Leben besser gestalten und weiter entwickeln können?

In diesem Seminar lernen Sie neurobiologisch plausible Methoden aus der körperpsychotherapeutischen Arbeit kennen, die Sie beim Finden Ihres individuellen Glücks unterstützen.

Mit allen Sinnen, Berührungen und Bewegungen in einer achtsamen, gegenwärtigen, heilsamen Begegnung, können Sie dabei bewusster erleben, wie vergangenheitsbestimmte automatische Muster Ihr Potential einschränken und so verhindern, dass Sie im Leben und im Kontakt wohler, effektiver und gesünder da sein können. Diese Automatismen können beeinflusst werden. Jüngere und häufig nicht willkommene Anteile von uns selbst können aufgenommen werden und sich wieder neu entfalten und entwickeln.

Sie können insbesondere

- 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 Ihres 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 lernen.

Die Methoden von Achtsamkeit und Selbstbegleitung sind im alltäglichen Leben anwendbar.

■ DEM TOD NEU BEGEGNEN

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

- Der letzte 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 selbst: wie kann ich weiter mit ihm verbunden bleiben?

Ein Kurs für Freunde, Angehörige, Begleiter und Begleiterinnen.

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

■ HOLOTROPES ATMEN – DAS ABENTEUER DER SELBSTENTDECKUNG

Viktoria Luchetti und Gilberto Mercado

Holotropic Breathwork, oder Holotropes (ganzheitliches) Atmen, wurde von Stan und Christina Grof als Synthese alter spiritueller Techniken und moderner Bewusstseinsforschung entwickelt. Holotropes Atmen ist inzwischen ein weltweit anerkannter Bestandteil der Humanistischen und Transpersonalen Psychotherapie.

Die Atmung verbindet uns mit der Innen- und Außenwelt. Wird diese bewusst vertieft, lösen sich kognitive und körperliche Barrieren, und wir können Zugang zu tiefen Schichten unseres Bewusstseins erhalten. Eine wichtige Rolle bei diesen Reisen in das Universum unseres Bewusstseins spielt die Musik, die den Atemprozess begleitet. Das spezielle Setting des Holotropen Atmens, wie es von Stan Grof entwickelt wurde, ist unterstützend und haltgebend. Eine gute, erfahrene Reisebegleitung ist eine Voraussetzung, sich förderlich auf die innere Reise zu begeben.

Bisher unverarbeitete Elemente der Lebensgeschichte können erinnert werden, Erfahrungen spiritueller und existenzieller Natur können erlebt werden, die im Spannungsfeld von Geburt und Tod stehen, ebenso das Freiwerden von Energie und Kreativität. Es geschieht eine Öffnung dem eigenen, fließenden Leben gegenüber.

In diesem Workshop ist Zeit dafür, sich dem eigenen Prozess in seiner existenziellen Tiefe zu öffnen, und diese Erfahrungen mit dem bisherigen und dem zukünftigen Leben in Verbindung zu bringen. Wir beginnen mit Körperübungen des Authentic Movement, die der erste Schritt sind, um mehr im eigenen Körper anzukommen und sich dem Atem-Körper-Selbst-Prozess zu öffnen, um loszulassen vom alltäglichen neurotischen Geschehen, das uns umgibt, und sich dem anzuvertrauen, was wir den inneren Heiler nennen können.

Eingeladen sind alle, die am Erforschen tieferer, innerer Schichten interessiert sind, wie auch Therapeuten, die ihre eigene Selbsterfahrung mit dieser Methode vertiefen möchten.

Voraussetzung ist – angesichts intensiver Erfahrungsmöglichkeiten – eine normale gesundheitliche und psychische Konstitution. Für Schwangere ist der Workshop nicht geeignet und falls spezielle gesundheitliche Probleme vorliegen, nehmen Sie bitte zur Klärung einer Teilnahmemöglichkeit mit uns Kontakt auf.

DATEN & PREISE

Dem Tod neu begegnen
Fr., 23.10., 18.30 h –
So., 25.10.15, 14.00 h
Kursgebühr 200 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 151033

Holotropes Atmen
Do., 2.7., 18.30 h –
So., 5.7.15, 14.00 h
Kursgebühr 320 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150737

DATEN & PREISE

Körperarbeit und Gebet

Fr., 12.6., 18.30 h –
So., 14.6.15, 14.00 h
Kursgebühr 220 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150634

Naikan

So., 12.7., 18.30 h –
Di., 14.7.15, 14.00 h
Kursgebühr 215 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150738

Erforschung der Innenwelt

So., 31.5., 16.30 h –
Mi., 3.6.15, 14.00 h
Kursgebühr 390 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150533

NEU KÖRPERARBEIT UND GEBET – EINE ALTE RESSOURCE NEU ENTDECKEN

Gerhard Marcel Martin

Beschreibung siehe Seite 36.

NAIKAN – VERSÖHNUNG MIT SICH SELBST

Suzan Mazumdar

Naikan ist ein Weg zur Lebensvertiefung durch Versöhnung mit der Vergangenheit. Das Wort bedeutet *konzentrierte Innenschau* und ist aus einer sehr strengen Meditationsübung entstanden, in der geprüft wurde: Wenn ich jetzt sterben würde, wohin ginge ich dann? Die heutige Naikan Übung ist ein Weg der Selbsterkenntnis, der meditative und psychologische Aspekte vereint. Auf unserem Weg nach innen sind wir nur in direktem Kontakt mit dem Naikan Lehrer. Er sucht uns während des Prozesses in regelmäßigen Abständen auf und hört unseren Erinnerungen nicht wertend zu. Geleitet und strukturiert wird die Naikan Übung durch drei Fragen, die sich auf nahestehende Personen – Mutter, Vater, Partner, Kind, und so weiter – beziehen.

- Was hat die Person für mich getan?
- Was habe ich für diese Person getan?
- Welche Schwierigkeiten habe ich dieser Person bereitet?

Ohne reflektierende Gespräche oder Gruppenprozesse lösen sich allmählich alte Muster und Blockaden auf. Die Sicht auf unsere Lebensgeschichte verändert sich.

Naikan eignet sich für Menschen, die die Bedeutung ihrer zwischenmenschlichen Beziehungen erkennen und sich auf ihre eigene Verantwortung einlassen wollen. Vorabinformation über Naikan und Literatur unter: www.naikan.de

Voraussetzung für den Naikan Weg sind der Wunsch und die Bereitschaft, in Stille die innere Welt zu betrachten und mit Veränderungen bei sich selbst zu beginnen.

Empfohlene Literatur:
Gerald Steinke/Dr. Claudia Müller-Ebeling:
Naikan – Versöhnung mit sich selbst.
J. Kamphausen

NEU ERFORSCHUNG DER INNENWELT

Systemische Therapie mit der Inneren Familie
Susan McConnell

Assistenz: Irmgard Schmelcher-Haimerl
Assistenz und Übersetzung: Gabriela Martens

Kurssprache Englisch mit Übersetzung

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 Klientinnen und Klienten vor.

Der erfahrungsorientierte Workshop gibt einen Einblick in die Arbeitsweise der IFS Therapie. Durch körperliche Bewegungsabläufe aus den frühkindlichen Entwicklungsphasen können die Teilnehmerinnen und Teilnehmer 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 extrem gewordenen 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. Außerdem ist er auch zur Fortbildung für Menschen, die mit Menschen arbeiten gedacht, da IFS sich sehr gut als Ergänzung für andere therapeutische Methoden eignet. Näheres siehe unter: www.ifs-europe.net

Buchempfehlung:
IFS – Das System der Inneren Familie. Ein Weg zu mehr Selbstführung. Richard C. Schwartz

■ 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 mit dem Ziel an, 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 Teilnehmerinnen und Teilnehmern dadurch eine nachhaltige persönliche und berufliche Entfaltung. Das SAT Programm richtet sich gleichermaßen an Personen in helfenden, therapeutischen und ausbildenden Berufen, wie an Menschen, die die Grenzen des psychotherapeutischen Arbeitens überschreiten wollen.

Das Programm ist sowohl hinsichtlich der Teilnehmerinnen und Teilnehmer als auch des Lehrkörpers international besetzt. Im Oktober 2015 startet der vierte SAT Zyklus in Deutschland mit Modul I (*Selbsterkenntnis und Lebendigkeit*) in ZIST. Darauf aufbauend werden in 2016 Modul II (*Wiederherstellungen der Beziehungen*) im Elsass, südlich von Straßburg, und Modul III (*Intuition und innere Führung*) in ZIST angeboten. Modul I und II werden von einem Team der internationalen SAT Schule unter der Gesamtleitung von Claudio Naranjo durchgeführt. Zu Modul III erwarten wir Claudio Naranjo persönlich, soweit es seine Gesundheit weiterhin erlaubt.

Außerdem schließt 2015 Modul IV (*Präsenz und Transformation*) unter der Leitung von Claudio Naranjo den vorangehenden Zyklus ab. Dieses Modul sowie eine spezielle Veranstaltung zu den Enneatypen in der *Menschlichen Komödie* von Honoré de Balzac finden in Südfrankreich, Nähe Montpellier, statt.

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

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

Claudio Naranjo

■ SELBSTERKENNTNIS UND LEBENDIGKEIT (SAT MODUL I)

Gesamtleitung: Claudio Naranjo
Organisatorische und therapeutische Koordination: Katrin Reuter zusammen mit dem Team der internationalen SAT Schule

Kurssprache Englisch mit Übersetzung

Dieses Modul ermöglicht die Grundmotive, die uns im Leben bewegen, und unsere früh angelegten Persönlichkeitsstrukturen in der Tiefe zu erkennen. Es eröffnet den Weg zu einer achtsamen Lösung der Identifikationen mit den konditionierten Persönlichkeitsanteilen (dem Ego) und lässt durch die (Wieder-)Entdeckung der eigenen Spontaneität und Authentizität neues Bewusstsein entstehen. Ein Mosaik von Methoden und Techniken, die in organischer Weise miteinander verbunden werden, entkräften unsere sich ständig wiederholenden, neurotischen Mechanismen und so kann sich das eigene Sein seinen tiefer liegenden Werten und seinem kreativen Potential öffnen.

Das Modul beinhaltet:

- Das *Enneagramm der Persönlichkeit*. Das Enneagramm wird hier in seinem ursprünglichen Kontext vermittelt, der echtes Erfahrungswissen ermöglicht und damit weit über die reine Information üblicher Ratgeber hinausgeht. Die neun Enneatypen und ihre Subtypen werden in ihren kognitiven, emotionalen und körperlichen Manifestationen erforscht und so ein schrittweises Erkennen der eigenen Struktur erreicht.
- *Bewusstseins- und geführte Meditationsübungen*, die erlauben, die Realität jenseits unserer üblichen Wahrnehmungsmuster zu sehen. Dazu werden Praktiken aus dem *Vipassana* in einer besonderen Form der interpersonellen Umsetzung vermittelt.
- Von der Psychoanalyse inspirierte Übungen zur *freien Assoziation*.
- *Gestalttherapeutische Sitzungen* zur Lösung von Blockaden und inneren Konflikten.
- *Methoden der Körper- und Bewegungsarbeit*, angelehnt an die Techniken des *Authentic Movement* und dem *Latihan*, die Loslassen, Originalität, Vertrauen und Vitalität fördern.
- Eine spezielle Form des *Psychodrama* und des *therapeutischen Theaters*.

Zur Teilnahme werden Grundlagen mit dem Enneagramm vorausgesetzt. Diese können durch einen Einführungsworkshop in das Enneagramm der Persönlichkeit nach Claudio Naranjo erlangt werden. Wir behalten uns vor, bei Anmeldung einen Einführungsworkshop (siehe Seite 58) zu empfehlen.

Weitere Informationen unter:
www.naranjo-sat.com

DATEN & PREISE

Selbsterkenntnis und Lebendigkeit (SAT Modul I)
Di., 6.10., 18.30 h – Do., 15.10.15, 14.00 h
Kursgebühr 980 € zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 151030

DATEN & PREISE

Lebens-

Integrations-Prozess

**Do., 12.2., 18.30 h –
So., 15.2.15, 14.00 h**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150235
**Do., 10.12., 18.30 h –
So., 13.12.15, 14.00 h**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 151230

Kursgebühr
je Workshop 325 €
für beobachtende
Teilnehmer 280 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80

In der Mitte der Zeit sein

**Di., 10.3., 18.30 h –
Mo., 15.3.15, 14.00 h**
Kursgebühr 515 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150332

Vom Reden zum Tun*

**Do., 2.7., 18.30 h –
Di., 7.7.15, 14.00 h**
Kursgebühr 480 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150735

Die Stille und der Clown

**Fr., 17.4., 18.30 h –
Mi., 22.4.15, 14.00 h**
Kursgebühr 510 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150434

NEU LEBENS-INTEGRATIONS-PROZESS (LIP)

Malte Nelles

In diesem Workshop arbeiten wir mit dem neuen Aufstellungsverfahren des *Lebens-Integrations-Prozess* (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 Lebens-Integrations-Prozess 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 entfalten wollendes Potential, ein Talent oder eine Lebensaufgabe, die gelebt sein will. Das innerliche sich Öffnen für diese dem eigenen Leben innewohnenden Kräfte ist das einzige Anliegen des LIP.

Der Workshop richtet sich vor allem an Menschen, die bereits mit der Aufstellungsarbeit vertraut und dazu bereit sind, auch ohne Problemformulierung auf das Wunder ihres Lebens zu schauen.

Maximale Teilnehmerzahl mit eigenem LIP: 18 plus beobachtende Teilnehmer

Literaturempfehlung: Wilfried Nelles: *Das Leben hat keinen Rückwärtsgang*. Wilfried Nelles und Thomas Geßner: *Die Sehnsucht des Lebens nach sich selbst*. Beide Innenwelt Verlag

NEU IN DER MITTE DER ZEIT SEIN

Johannes Oehlmann

Was ist Zeit?

Wie viel Zeit gebe ich dieser oder jener Aktivität, diesem Tun oder Nicht-Tun, diesen Personen, Institutionen?

Was möchte ich gern mit meiner Zeit, die meine Lebenszeit ist, anfangen?

Es geht um die Wahrnehmung der ganz eigenen, organismischen, tiefgehenden persönlichen Zeitprozesse jenseits der fragmentierten neurotischen Zeit. Wir werden Zeit-Räume erforschen und ursprüngliche Zeitinstrumente spielen, welche die Erfahrungen von ewiger und pulsativer Zeit unterstützen: Gongs, Rahmentrommel, Little Instruments. Stilles Sitzen, verbunden mit dem Gewähr-

sein des Atems, gibt einen Rahmen, Gestalttherapie dient der Integration.

Wozu ist das gut? Heraustrreten aus dem Alltagsstress, Hinwenden zum Einfachen, zum Wesentlichen.

VOM REDEN ZUM TUN*

Josef Schönberger

Manchmal predigen oder träumen wir tolle Dinge und leben sie nicht. Oft psychologisieren wir statt zu handeln. Wenn wir dann auch noch andere darüber belehren (zum Beispiel als Eltern, Lehrer, Therapeuten ...), werden wir schnell zu Wegweisern, die den Weg, den sie weisen, nicht gehen und daher nicht aus eigener Erfahrung kennen. Ein spiritueller Lehrer sagte: "Red nur von dem, was du lebst! Von dem anderen verstehst du nichts." Es gibt nichts Gutes, außer man tut es. Wenn man es nicht tut, wird das Gute nicht gut.

Wenn wir leben, was wir sagen, bekommt das Gesagte eine Kraft, und wir werden glaubwürdig. Das werden wir in vielen kleinen und größeren Mutproben üben: unsere Werte, Träume, Überzeugungen in Taten verwandeln. Konkret werden. In der Gruppe. In ZIST. Im Leben.

DIE STILLE UND DER CLOWN – ZWEI GESICHTER, EIN PRINZIP

Mischka Solonevich und Anne Höveler

Der Clown ist heiter und ausgelassen. Der Clown ist voller Trauer, Schmerz und Wut. Der Clown vergeht vor Eifersucht und Neid. Der Clown ist euphorisch, tragisch, chaotisch – laut. Der Clown kennt und lebt alle Facetten der menschlichen Gefühle und Gedanken und er wird sich bewusst: Das alles bin "nicht ich".

Die Stille der Meditation verlangt Achtsamkeit, Konzentration, ein *In-sich-Horchen*. Der Meditierende ist achtsam für die geistigen, emotionalen und körperlichen Phänomene im gegenwärtigen Augenblick. Er sammelt sich – still. Ihm begegnen alle Facetten der menschlichen Gefühle und Gedanken und er wird sich bewusst: Das alles bin "nicht ich".

In diesem Workshop erforschen wir die dynamische Beziehung zwischen Kontemplation und Expression, zwischen Gewahrsein und Spontaneität. Wir zeigen zwei sich ergänzende Wege zum selben Ziel, zur inneren Freiheit des Geistes.

■ MIT DEN JAHREN JÜNGER WERDEN

Mischka Solonevich

In diesem äußerst wichtigen dritten Lebensabschnitt wollen wir uns mit der zentralen Idee der eigenen inneren Stimmigkeit, des eigenen *Roten Fadens* auseinandersetzen. Es geht um den Weg der Seele, den man in jeder Lebensphase proaktiv finden und durch spirituelle Integration gestalten kann. Wir wollen nicht nur die Kreativität in der Auswahl unserer Wünsche und den Umgang mit ihnen steigern, sondern die darunterliegenden Kräfte erreichen. Diese kommen umso mehr dann zum Vorschein, wenn wir verstehen, was ein *Roter Faden* aus der höheren Warte gesehen wirklich ist und wie wir ihn persönlich täglich tiefer erkennen und uns von ihm führen lassen können.

Einen lange gehegten Herzenswunsch zu wagen, eine alte Schuld zu begleichen, die reifere Intimität zu fördern, eine tägliche Übung zu stärken – das ist nur der Vordergrund. Der *Rote Faden* allerdings liegt darunter und gibt neue Kraft, weil er die wahren Gründe für diese Wünsche und Gewohnheiten anzapft. Dadurch kann sich ein Tor für überraschende und befreiende Lösungen öffnen. Wir werden in diesem Rahmen ein oder zwei hindernde Gewohnheiten unter die Lupe nehmen, um ihre blockierte Energie zu lösen. Diese Befreiung ist ein Schlüssel zu neuer Spontaneität und Lebendigkeit – somit zu einer inneren Verjüngung. Hierzu wird individuelle Unterstützung für jeden Einzelnen entwickelt. Tiefere Emotionen, die in diesem Prozess aufkommen mögen, haben Raum und werden gewürdigt.

Auch Zeit in der Natur, stilles Sitzen, anregende Übungen für Körper und Psyche, Malen, Tanzen und geleitete Fantasiereisen gehören zur methodischen Basis.

■ DIE SILVESTERGRUPPE: WACH' AUF UND TRÄUME!

Mischka Solonevich und Anne Höveler

Silvester ist Symbol für Neubeginn und gute Vorsätze, doch nur zu oft versanden oder scheitern unsere Vorhaben. In dieser Gruppe geht es darum, jene Verbindungen zum Inneren aufzunehmen, die uns helfen, unsere Richtung deutlicher und lustvoller zu finden und zu leben: um die Kraft der Vision, die Fähigkeit, der inneren Stimme zu lauschen, und den Mut, die eigenen Werte zu spüren und unsere Träume zuzulassen. Wir wollen lernen, das Ruder öfter, entschiedener und wirksamer in die eigene Hand zu nehmen und uns seltener von Gewohnheiten und Zufällen bestimmen zu lassen. Gleichzeitig wollen wir auch die Fähigkeit fördern, dieses Ruder der höheren Kraft in uns zu übergeben.

Spielerisch und methodisch erforschen wir unseren bisherigen Umgang mit Lust, Motivation und Nei-

gungen in Bezug auf unsere Lebensgestaltung. Wir wollen den Zugang zur eigenen Wahrheit vertiefen. Gleichzeitig üben wir auch eine Struktur, die mit der Zeit die tägliche persönliche Weiterentwicklung tragen soll. Es wird Raum geben sowohl für das Loslassen, das stille Sitzen, das Kreative, die persönlichen Begegnungen und die Schritt-für-Schritt-Übungen als auch für die Schattengefühle, wenn Schmerz oder Blockaden auftauchen.

Das neue Jahr begrüßen wir mit einer Silvesterfeier, die durch die persönliche Gestaltung die eigenen Vorhaben energetisch unterstützen soll. Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben dieses seit Jahren stattfindende Seminar als Ausgangspunkt für ein intensives unterstütztes Dranbleiben im Alltag genutzt – worauf der Prozess auch ausdrücklich hinarbeitet.

■ DAS SELBSTWERTGEFÜHL: URSPRUNG, VERLETZUNGEN, THERAPIE

Joachim Vierweg

Das Selbstwertgefühl ist das Gefühl für die eigene Würde, gepaart mit der Zuversicht, etwas Gutes im Leben bewirken zu können. Es ist die Basis von natürlicher Autorität, die es nicht nötig hat, andere beeindruckend zu wollen.

Ein verletztes Selbstwertgefühl entsteht meistens durch mangelnde Anerkennung des Selbstempfindens des Kindes beziehungsweise durch dessen Entwertung. Durch Anpassung entsteht allmählich das *falsche* oder konventionelle Selbst, das von der umgebenden Kultur und Geschichte mit geprägt wird. Dabei leidet man an dem nagenden Schmerz, nie richtig die/der zu sein, die/der man im Kern ist und sehnt sich nach der Anerkennung des *wahren Selbst*.

Zunächst schauen wir uns durch Selbstwahrnehmung die inneren Bilder und Überzeugungen (Elementale) an, mit denen wir uns selber und andere unbewusst entwerten. Wir fragen: Wie wirken sie sich physisch, emotional, mental und in Beziehungen aus und wie sind sie entstanden? Durch Entspannungsübungen, Anrufungen und Visualisierungen höherer, transpersonaler geistiger Phänomene öffnen wir unser Bewusstsein für eine spirituelle Transformation der negativen entwertenden Elementale in positive, heilsame Elementale. Sie können sich in den heiligen, lichten Räumen der inneren Stille zeigen und symbolisieren Aspekte unseres *wahren Selbst*. Abschließend entwerfen wir eine innere Landkarte wertschätzender und anerkennender Beziehungen in unserem derzeitigen Alltag.

Grundlage der Arbeit ist unter anderem die Lehre von den Elementalen des zypriotischen Mystikers und Heilers Stylianos Atteshlis, auch *Daskalos* genannt, und von Nicholas Demetry.

DATEN & PREISE

Mit den Jahren jünger werden

So., 8.11., 18.30 h – Fr., 13.11.15, 14.00 h
Kursgebühr 435 € zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 151130

Die Silvestergruppe

So., 27.12.15, 18.30 h – So., 3.1.16, 14.00 h
Kursgebühr 700 € zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 151234

Das Selbstwertgefühl

Mi., 13.5., 18.30 h – Fr., 15.5.15, 14.00 h
Kursgebühr 200 € zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 150534

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

DATEN & PREISE

Tango als Tor zur Präsenz

Fr., 20.3., 18.30 h –
Di., 24.3.15, 14.00 h
Kursgebühr 455 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150331

Ich und Du, Hier und Jetzt: Beziehungen*

So., 29.3., 18.30 h –
Do., 2.4.15, 14.00 h
Kursgebühr 395 €**
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150334

Präsenz im Dialog

Fr., 8.5., 16.30 h –
So., 10.5.15, 14.00 h
Kursgebühr 245 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150530

Abschied vom Kinderwunsch

Fr., 27.11., 18.30 h –
So., 29.11.15, 14.00 h
Kursgebühr 245 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 151132

TANGO ALS TOR ZUR PRÄSENZ

Gawain Bantle

Beschreibung siehe Seite 35.

ICH UND DU, HIER UND JETZT: BEZIEHUNGEN*

Ein Workshop zur Klärung und Vertiefung von Beziehungen für Paare: Ehe-, Liebes-, Freundespaare ...

Wolf Büntig

Andreas Gerber und Karin Enz Gerber: TaKeTiNa

Je näher es in einer Beziehung wird, desto mehr neigen wir dazu, uns reflexartig so zu halten und zu verhalten wie damals, als es ganz nah war in der Beziehung zur Mutter und zum Vater. Dann übertragen (projizieren) wir alte Beziehungsmuster auf die Gegenwart, erwarten voneinander, was uns damals gefehlt hat, unterstellen einander, was uns weh getan hat, und sperren uns auf geübte Weise gegen Kooperation, Nähe, Intimität und sexuelle Erfüllung. Wenn dann die Verliebtheit erst einmal vorbei ist, können Routine, Langeweile und Überdross eintreten – und damit die Herausforderung der Liebe: Immer wieder neu zu zeigen, wer ich bin, und zu schauen, wer du bist jenseits unserer Erwartungen und Vorwürfe aneinander, die allemal älter sind als unsere Bekanntschaft.

TaKeTiNa Rhythmische Körperarbeit lädt dazu ein, sich auf ein tragendes Feld einzulassen, es miteinander zu gestalten und Gelassenheit zu üben. Dann fällt es anschließend leichter, in Wahrnehmungs-, Kommunikations- und Bewusstseinsübungen, gelegentlichen Familienaufstellungen und der einen oder anderen Einzelarbeit in der Gruppe miteinander auf mögliche Lösungen zu schauen und zu lernen, einander zu lassen und sich einzulassen auf die, die wir sind.

Bitte Schreibzeug mitbringen.

PRÄSENZ IM DIALOG

Freeman Dhority und Steffi Dobkowitz

Beschreibung siehe Seite 35.

NEU ABSCHIED VOM KINDERWUNSCH

Ein neues Lebenshaus bauen

Iris Enchelmaier und Traudel Frick-Nissler

Wenn sich das Wunschkind – mit oder ohne medizinische Unterstützung – nicht einstellt, bedeutet das für viele Paare, sich von diesem Lebenstraum zu verabschieden und neue Zukunftspläne zu entwickeln. Für die meisten ist das ein schmerzlicher Prozess. Nicht ein Vorhaben wird zerschlagen, sondern eine ganze Lebensperspektive.

Dieses Seminar richtet sich an ungewollt kinderlose Paare und Einzelpersonen, die bereit sind, ihr Schicksal anzunehmen oder sich dem Gedanken, kein *eigenes* Kind zu haben, vorsichtig annähern wollen. Kraft, Zeit und Energie, die dadurch frei werden, können dafür genutzt werden, sich im Leben neu zu orientieren.

Folgende Themen und Fragen stehen im Mittelpunkt des Seminars:

Rückblick

- Wertschätzung des zurückliegenden Lebensabschnitts.
- Welchen Sinn hatte er und was habe ich/haben wir gelernt?
- Was hat mir geholfen, diese Zeit durchzustehen?

Abschied nehmen, trauern, loslassen

Ausblick

- Wie soll es weitergehen?
- Was hält das Leben sonst noch für mich/uns bereit?
- Welche Ziele und Träume warten auf ihre Umsetzung?

Wer sich auf diesen Prozess einlässt, wird die Erfahrung machen, dass das Leben auch ohne leibliche Kinder erfüllt und glücklich sein kann.

Methoden

- Körper- und Wahrnehmungsübungen
- Fantasiereisen
- Kreative Ausdrucksformen
- Austausch in der Gesamtgruppe und in Kleingruppen
- Geschlechterkreise
- Zwiegespräch
- Rituale
- Theoretische Inputs

**NEU BEZIEHUNG AUF DAUER –
WIE KANN SO ETWAS GELINGEN?**

Friedbert Erbacher und Waltraud Erbacher

Seit über vierzig Jahren sind wir verheiratet und fast vierzig Jahre ist immer noch die Beziehung Mann-Frau beruflich als Thema bestimmend. Deshalb wollen wir im Erfahrungsaustausch mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern nach Regeln für längerfristige Beziehungen forschen. Die Sehnsucht nach Dauer und gleichzeitig die Angst vor der Bindung verhindern oft, einen guten Weg miteinander zu finden. Auf diesem Weg gibt es Schwerpunkte: wie zum Beispiel sich heilsam begegnen lernen, der Sinn von Brüchen und Grenzerfahrungen, die Unterschiedlichkeit als Anregung erfassen, die Erfahrung von Macht und Ohnmacht miteinander teilen lernen.

Eingeladen sind alle, vorrangig Paare, aber auch Einzelne, ob jung oder älter und mehr oder weniger erfahren. Entscheidend ist das Interesse am Austausch und an der Suche nach guten Lösungen mit dem Paar oder dem Einzelnen in der Gruppe.

Wer sich schon vorher etwas kundig machen möchte, kann auf der Homepage <http://www.friedbert-erbacher.de/?action= texte_plus> in dem Artikel *Seminar beim Kongress in Garmisch 2013* Orientierung finden. Der Verlauf des konkreten Seminars ist damit nicht festgelegt, sondern gestaltet sich durch die persönlichen Anliegen der Teilnehmerinnen und Teilnehmern in offener Weise.

DATEN & PREISE

Beziehung auf Dauer
Fr., 10.7., 18.30 h –
So., 12.7.15, 14.00 h
Kursgebühr 225 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150739

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

**Im Preis ist die
Ermäßigung für die
mitgebrachte Person
bereits berücksichtigt.



Where do I begin
Where do You begin
Where do I leave off
Where do You leave off, I
Gedicht: Robert Lax
Mischtechnik, 1999

DATEN & PREISE

Beziehung, die man tanzen kann*

Fr., 9.1., 18.30 h –
So., 11.1.15, 14.00 h
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150134
Fr., 31.7., 18.30 h –
So., 2.8.15, 14.00 h
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150734

Kursgebühr
je Workshop 210 €**
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80

Tango, Selbsterfahrung und Urlaub

So., 2.8., 18.30 h –
Do., 6.8.15, 14.00 h
Kursgebühr 240 €**
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150830

Musik für Paare

Fr., 18.12., 18.30 h –
Mo., 21.12.15, 14.00 h
Kursgebühr 275 €**
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 151233

■ 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 Argentiniens 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.
- Alignement (den inneren vertikalen Raum ausfüllen).
- Präsenzerfahrungen im Kontakt: Bindung als energetische Erfahrung.
- Führen und Mitgestalten im Tanz, im Gespräch und in der Partnerschaft.
- Die Paar-Kontemplation.
- Partnerschaft braucht Gemeinschaft: Tanzen mit anderen.

Der Workshop wendet sich an Paare, die noch nicht oder kaum Tango tanzen. 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.

Literatur: Feuerbach, Johannes (2010): *Beziehung, die man tanzen kann: Selbsterfahrung für Paare*. In: *Musik-, Tanz- und Kunsttherapie*. 21. Jg., H. 3, S. 113–122. (Als Sonderdruck in ZIST erhältlich.)

■ TANGO, SELBSTERFAHRUNG UND URLAUB

Johannes Feuerbach

Erleben Sie mit Ihrem Partner/Ihrer Partnerin vier tänzerische und erholsame Sommertage. Morgens können Sie an der täglichen Meditation teilnehmen.

Am Vormittag gibt es *Beziehung, die man tanzen kann* (Text siehe nebenstehend).

Der Nachmittag bleibt für Ihren Urlaub auf ZIST frei. Der Gruppenraum steht Ihnen zum Tanzen offen. Die oberbayerischen Seen und ein zu Fuß erreichbarer Badensee sind erfrischende Ausflugsziele. Das *Buchheim Museum* ist wenige Kilometer entfernt und München immer einen Ausflug wert.

Am Abend bekommen Sie in einer Praktika Hinweise und Korrekturen zur Tanztechnik. Anfänger und geübte Anfänger sind gleichermaßen willkommen.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer von *Beziehung, die man tanzen kann* können das Bekannte festigen und die eine und andere neue Figur lernen. Abends können Gäste an der Praktika teilnehmen (siehe *Die ZIST Milongas* auf Seite 59).

Wegen des Parketts bitte keine Pfennigabsätze.

Literatur: Feuerbach, Johannes (2010): *Beziehung, die man tanzen kann: Selbsterfahrung für Paare*. In: *Musik-, Tanz- und Kunsttherapie*. 21. Jg., H. 3, S. 113–122. (Als Sonderdruck in ZIST erhältlich.)

■ MUSIK FÜR PAARE – HEAR AND NOW!

Andreas Gerber und Karin Enz Gerber

Verliebtheit geht vorbei – Kinder fliegen aus ... Musik verbindet! Musik kann jede Partnerschaft erfrischen, bereichern und vertiefen – sofern Mann und Frau sich in ihre Nähe wagen.

In diesem Seminar geht es um die Balance zwischen Ich und Du, Freiheit und Eingebundensein, Innenhorchen und Begegnung, Kraft und Zartheit, Ausdruck und Zuhören, Grenzsetzung und Verschmelzung, Freude und Ernsthaftigkeit ... Gemeinsam – Einsam – Eins – Sein.

Rhythmus, Bewegung und Stimme führen uns zu uns selbst, in die Begegnung mit dem anderen und zur Lebendigkeit in der Gemeinschaft. Trommel-, Gong- und Bambusklänge bezeugen und bekräftigen unsern Klangweg.

TaKeTiNa, Circlesongs und viel Spielerisches mehr ... Vorkenntnisse sind weder nötig noch hinderlich. Alle Stimmen sind willkommen!

■ LIEBE – RESONANZ MIT DEM FLUSS DES LEBENS

Der Core Evolution Ansatz zu Liebe, Sexualität und Beziehung
Siegmar Gerken

Liebe ist die Resonanz mit dem Fluss des Lebens. Wenn wir die Erfahrung dieser Energie durch den Ausdruck "Ich liebe dich" mit jemandem teilen möchten (für Momente oder Jahre), dann bringen wir diese Liebe auf eine persönliche Ebene. Durch die Entscheidung "Lass uns das Leben miteinander teilen", wird ein sozialer Beziehungsraum für diese Liebe gestaltet. Was macht es dann so schwierig, eine Beziehung in Liebe lebendig zu halten?

In diesem Seminar können Sie lernen,

- Grundelemente der Liebe, Sexualität und Beziehung zu differenzieren,
- innere und äußere Motivationen zu erkunden,
- Bedürfnisse und Wünsche wahrzunehmen,
- Auslöser für Unzufriedenheit und Konflikte zu erkennen, aber auch
- das Potential zu erfüllenden Lösungsmöglichkeiten aufzuspüren.

Durch Körper- und Bewusstseinsübungen, Atmung und Begegnung aktivieren und erkennen wir begrenzende Verhaltensmuster und unterstützen die Öffnung und Erweiterung des Lebensraumes. Dadurch können ungelebte Energien erreicht werden, die dazu einladen, wieder Achtsamkeit, Lebenskraft, tiefe Freude, Freiheit und Einssein zu verspüren. Mit dem wiedergewonnenen Kontakt zur eigenen Essenz, der Aktivierung des eigenen Energiepotentials und den daraus resultierenden Erkenntnissen, lassen sich bewusste Entscheidungen über die Ausrichtung der Liebe und des Lebens treffen.

Dieser Workshop ist für Einzelpersonen und Paare geeignet.

Bitte fordern Sie das achtseitige Interview zum Thema *Liebe, Sexualität und Beziehung* an:
mail@CoreEvolution.com

■ 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 Familienstellen wird das Eingebundensein 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. Diese lösungsorientierte Arbeit kann eine wertvolle Hilfe sein, um Kraft für die Ziele unseres eigenen Lebensweges zu finden.

Die Aufstellungen in diesen Tagen werden begleitet durch Fragerunden sowie durch Zentrierungs- und Visualisierungsübungen, Singen, Tanz oder Bewegung. Es werden traumatherapeutische Aspekte berücksichtigt.

Interessierte, Partner oder Therapeuten können mit Gewinn – und zu verminderter Kursgebühr – als Beobachter 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: 11 aufstellende Teilnehmer plus Beobachter

DATEN & PREISE

Liebe – Resonanz mit dem Fluss des Lebens
Fr., 24.7., 18.30 h – So., 26.7.15, 14.00 h
Kursgebühr 235 € zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 150732

Familienaufstellungen
Fr., 9.1., 18.30 h – So., 11.1.15, 14.00 h
Kursgebühr 235 € für beobachtende Teilnehmer 195 € zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 150131

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

**Im Preis ist die Ermäßigung für die mitgebrachte Person bereits berücksichtigt.

DATEN & PREISE

Weil ich euch beide liebe

**Fr., 27.11., 18.30 h –
So., 29.11.15, 14.00 h**
Kursgebühr 235 €
für beobachtende
Teilnehmer 195 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 151133

Bausteine der Liebe

**Fr., 22.5., 18.30 h –
Mo., 25.5.15, 14.00 h**
Kursgebühr 335 €**
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150535

Mann sein

**Fr., 24.4., 18.30 h –
Di., 28.4.15, 14.00 h**
Kursgebühr 400 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150433

■ 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 er 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 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.

Interessierte, Partner oder Therapeuten können mit Gewinn – und zu verminderter Kursgebühr – als Beobachter 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. Im Workshop werden traumatherapeutische Aspekte berücksichtigt.

Teilnehmerzahl: 11 aufstellende Teilnehmer plus Beobachter

Empfohlene Lektüre:

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

■ NEU BAUSTEINE DER LIEBE

*Kommunikation – Sexualität – Spiritualität
in der Partnerschaft*
Sigrid Mühlen und Günter Mühlen

Jenseits aller Alltagsroutine ist es möglich, die eigene Partnerschaft zu einem stärkenden Liebesabenteuer zu machen, das beide Partner fördert und wachsen lässt und gleichzeitig alte Verletzungen ernst nimmt und heilt. Dabei hilft eine offene und ehrliche Kommunikation, eine Sexualität in voller Achtsamkeit und ein gelebter spiritueller Weg im Alltag. Alle drei Bereiche sollen in diesem Workshop erfahrbar gemacht werden und Paaren einen praktikierbaren Weg im Alltag aufzeigen.

Neben Vorträgen werden Sie viele Erfahrungen zu Zweit machen, Theorie wird sich mit Praxis abwechseln und Freude, Leichtigkeit und Lachen werden wichtige Elemente des Workshops sein.

Mitzubringen: Schreibutensilien, Digitalkamera oder Fotohandy, Decke, bequeme Kleidung.

■ MANN SEIN

Alfred Preuß

Wissen wir Männer eigentlich immer, wovon wir reden, wenn wir sagen: "Ich bin ein Mann.?"

Diese Männergruppe ist für jüngere und ältere Männer, die voraus- und/oder zurückblicken wollen und sich Fragen stellen zu ihrer Rolle im Leben und zu den großen Männerthemen:

- der Vater
- die Mutter und die Frauen
- Freunde
- mein Beruf

Wir schauen unsere Erfolge und Misserfolge, unser Scheitern und das Gelingen an, untersuchen das männliche Verhältnis zu Gewalt und wie wir unsere weichen Seiten achten oder verstecken. Wir stellen Fragen nach der männlichen Sexualität und der altersgemäßen Beziehung zu Frauen. Außerdem beleuchten wir die allgemeine Verunsicherung der Männer und wie sie kompensiert und/oder überspielt wird.

Wir arbeiten mit dem, was die Männer einbringen, mit dem Ziel, das je eigene männliche Potential zu entdecken und zu erweitern.

Methoden

- Gruppengespräche
- Gestaltarbeit
- Körperarbeit
- Systemische Aufstellungen

**NEU VON LIEBES-GLÜCK
UND LEBENS-LUST
... UND WAS PAARE DAFÜR TUN
KÖNNEN UND LASSEN SOLLTEN**
Ellen Tarnow und Christopher Tarnow

Am Anfang jeder Beziehung steht ein tiefes, uneingeschränktes *Ja* zueinander. Doch im Alltagsleben entstehen allmählich Hindernisse, Abnutzungserscheinungen, die der Liebesbeziehung zusetzen. Damit aus Liebes-Lust nicht Lebens-Frust wird, wollen wir im geschützten Rahmen unausgesprochene Wünsche, geheime Sehnsüchte, nicht zu Ende geführte Auseinandersetzungen wieder neu teilen – sonst wirken sie wie schleichendes Gift, das die Partnerschaft allmählich veröden lässt.

Wir möchten in diesen Tagen Anregungen geben, die eigenen Grenzen auszudehnen: es geht dabei um Lust im Alltag, der wichtigsten Zutat für eine schmackhafte Beziehung! Es geht um Konfliktbereitschaft und mehr vielleicht noch um gegenseitiges Verständnis. Manchmal geht es auch ums Verzeihen. Zeit für Umarmung, Zeit für Gespräch, Zeit für Zärtlichkeit und für Neugier aufeinander. Erinnern Sie, was Sie zu Beginn Ihrer Beziehung miteinander so beflügelt hatte?

Wir arbeiten mit gestalttherapeutischen und körperbezogenen Übungen, mit kreativen Medien, Gespräch, Stille-Arbeit und Paargesprächen. Ein großer Teil der Übungen kann von den Paaren auch alleine oder in der Natur gemacht werden. "Sanft, respektvoll, tiefgreifend und heiter" – so beschreiben viele Paare diese Gestalt-Kontakt-Arbeit.

**NEU NEUGIERDE, ERREGUNG,
UNSCHULD UND REGULATION**
*Wie wir über die Ladung und Entladung
unserer post-modernen Sexualität hinaus
sexuelle Erfüllung erreichen können*
Ingo Vauk

(I can't get no) satisfaction – but I try
Die ikonische Zeile der Rolling Stones aus dem Jahre 1965 bringt die immer weiter verbreitete sexuelle Schiefelage normaler Sexualität auf den Punkt. Die Sehnsucht zahlreicher Menschen, den Kontakt zwischen Partnern wieder ins Zentrum sexueller Begegnung zu stellen, stößt immer häufiger, und im Zeitalter der seriellen Monogamie immer schneller, an die Grenzen, die ein ungeerdetes Sexualverständnis mit sich bringt.

Sexual Grounding Therapy (SGT) ist eine vom holländischen Psychologen Willem Poppeliers entwickelte Körpertherapie. In diesem Workshop wird die Methode erstmals in Deutschland vorgestellt und für Interessierte praktisch erfahrbar gemacht.

In diesem Workshop werden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer folgende Themen körperlich und auf der Gefühlsebene erkunden:

- Die Entwicklungsphasen der menschlichen, sexuellen Entfaltung.
- Die angemessenen inneren und äußeren energetischen Ströme zwischen Herz und Genitalien.
- Die Befreiung von sich wiederholenden ödipalen Dreiecksmustern.
- Die Entwicklung einer erneuerten Unschuld und Erregung in einem Körper, der sich von ererbten Schuldgefühlen und negativen Selbstbildern zu befreien beginnt.
- Wie man Vater- und Mutterkomplexe löst und innere elterliche Bilder entwickelt, die auf Unterstützung und einem inneren Leitsystem beruhen.
- Was bedeutet Grounding – *Erdung*?
- Völlig neue Perspektiven für elterliche Erziehungsfragen entwickeln.

Dieser Workshop ist sowohl als eigenständige Selbsterfahrung inspirierend als auch ein geeigneter Einstieg für diejenigen, die sich für das ausführlichere SGT Programm interessieren.

Mehr Information unter:
www.sexualgrounding.com

DATEN & PREISE

Von Liebes-Glück und Lebens-Lust
Mo., 14.9., 18.30 h –
Fr., 18.9.15, 14.00 h
Kursgebühr 460 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150933

**Neugierde,
Erregung, Unschuld
und Regulation**
Fr., 27.3., 16.00 h –
So., 29.3.15, 14.00 h
Kursgebühr 205 €
ohne Vollpension
Ort: Psychosomatische
Beratungsstelle,
Richard-Wagner-Str. 9,
80333 München
Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150340

**Im Preis ist die Ermäßigung für die mitgebrachte Person bereits berücksichtigt.

DATEN & PREISE

Movement Intelligence

Di., 23.6., 18.30 h –

So., 28.6.15, 14.00 h

Kursgebühr 615 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80

Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150632

Bewegung –

Stille – Präsenz

Fr., 27.2., 18.30 h –

So., 1.3.15, 14.00 h

Kursgebühr 195 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80

Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150234

NEU MOVEMENT INTELLIGENCE – LÖSUNGEN FÜR OPTIMALE MOBILITÄT

Ruthy Alon

Kurssprache Englisch mit Übersetzung

Movement Intelligence ist ein von Ruthy Alon entwickeltes Programm zur Entwicklung von Eigenstrategien zur Bewältigung funktioneller Störungen des Bewegungsapparates. Ruthy Alon ist ein Urgestein im Feldenkrais Feld und seit über fünfundfünfzig Jahren als Senior Feldenkrais Lehrerin tätig.

Movement Intelligence folgt den Feldenkrais Prinzipien des körperlichen Lernens und ist offen für professionelle Bewegungslehrer, die ihr Verständnis vertiefen und die Vielfalt ihrer Arbeitstechniken bereichern möchten. Das Programm ist ebenso offen für Menschen, die mehr über ihren Bewegungsapparat erfahren möchten und durch praktische Übungen lernen wollen, in voller Selbstverantwortung eigene Strategien zu entwickeln, um ihren Körper aus seinem innewohnenden vollen Potential und mit Leichtigkeit zu bewegen.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden durch verschiedene, strukturierte Bewegungsprozesse geführt, welche die meisten uns allen bekannten funktionellen Problematiken berühren. Das Programm umfasst Themen wie die Entspannung des unteren Rückens, das Wiederherstellen der Beweglichkeit eines steifen Nackens, das Ausrichten der Hüftgelenke, das Wiederbeleben der Elastizität der Knie und Sprunggelenke, das Erwecken der Regulierbarkeit von Zehen und Füßen und das Verbessern von Gleichgewicht, Stabilität und Haltung. Jedem spezifischen Problem wird im Prozess durch die Strategien der Feldenkrais-Methode *Awareness Through Movement (ATM)* und *Functional Integration (FI)* begegnet. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden verbal darin angeleitet, ihre eigene autonome und selbstkorrigierende Bewegungsintelligenz zu erwecken, um selber auf ihre individuellen Bedürfnisse ausgelegte Strategien zu entwickeln.

Diese Gruppe kann in 2016 fortgesetzt werden.

NEU BEWEGUNG – STILLE – PRÄSENZ

Ressourcenorientierte Selbsterfahrung

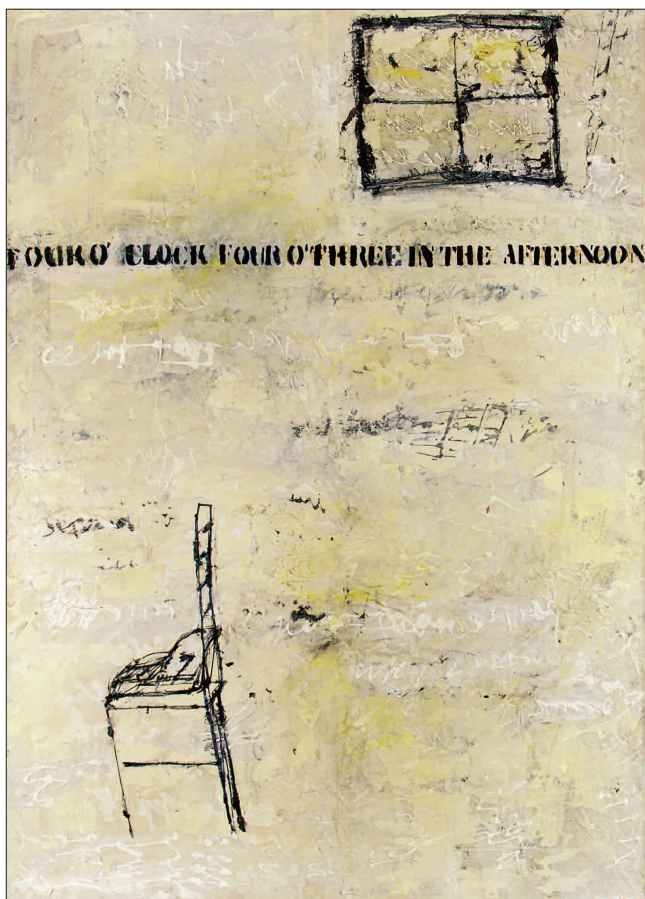
mit künstlerischen Therapien

Eva Maria Bader

Dieser Kurs begleitet auf eine Reise zu unseren inneren Kraft-Quellen und lässt achtsam werden für die innere Bewegung. Im Still-und-aufmerksam-Werden für das, was nach außen sichtbar und gelebt werden will, stärken wir die Präsenz für uns selbst und unser Handeln im Alltag.

Authentische Bewegung als Bewegungs-Ritual, Ausdruck dieses bewegten Prozesses mit Farben, intuitives Schreiben und begleitende Körperarbeit sind unterstützende Methoden, die uns unmittelbar in Kontakt mit unseren kreativen, stärkenden und nährenden Ressourcen bringen.

Ausdrucksmalen und die vertiefende Erfahrung durch Bewegung und Tanz ermöglichen uns oft einen Perspektivenwechsel oder eine persönliche Einsicht. Sie geben uns zudem einen spontanen Zugang zu unseren Gefühlen und öffnen Kanäle für den Ausdruck unserer Lebendigkeit.



Four o'clock, four o'clock
in the afternoon
Text: Robert Lax
Mischtechnik, 1999

■ KRISE UND KRANKHEIT ALS CHANCE – VERSÖHNUNG MIT DEM LEBEN*

Wolf Büntig

Leonard Seifert und Barbara Westphal: TaKeTiNa

Dieser Workshop wurde für Menschen entwickelt, die ihre naturgegebene Neigung zur Selbstheilung unterstützen wollen, indem sie

- Stressmuster erkennen und abbauen,
- ihre Abwehrkraft aktivieren,
- Selbstgefühl entfalten,
- ihren eigenen Weg finden sowie
- sinnvoll leben und einverstanden sterben lernen.

Unsere Lebensweise spielt eine entscheidende Rolle bei der Entwicklung, der Bewältigung und der Heilung von Krisen und Krankheiten. Gewohnheiten in Wahrnehmung, Fühlen, Denken und Handeln halten seelische Konflikte aufrecht, die zu Dauerstress, Depression, Erschöpfung, Burnout und Krankheit führen können; während potentialorientierte Selbsterfahrung heilsam wirken kann.

Krise und Krankheit können unser gewohntes Selbstverständnis infrage stellen, uns mit der Endlichkeit unserer körperlichen Existenz konfrontieren und uns öffnen für grundlegende Fragen unseres Daseins:

- Wohin führt mich diese Krise?
- Was kann ich aus der Krise oder Krankheit lernen über mich und mein Leben?
- Welche Not, die ich nicht anders zu lösen weiß, löst sie?
- Befriedigt sie ein zutiefst menschliches Bedürfnis, das ich nicht anders zu befriedigen gelernt habe?
- Was kann ich selbst für meine Gesundheit tun?
- Wie stehe ich im Leben?
- Wofür bin ich da?

Die tägliche TaKeTiNa Rhythmische Körperarbeit vermittelt die Erfahrung von Gelöstheit, Durchlässigkeit, Getragensein, Vertrauen in den Fluss des Lebens und Lebensfreude.

Bitte Schreibzeug mitbringen.

Dieser Workshop ist auch zur Fortbildung für Fachkräfte aus den Heil- und Sozialberufen geeignet – siehe die Serie *Salutogenese* (Seite 44).

■ PHÖNIX AUS DER ASCHE*

Anleitung zur Selbsthilfe für hilflose Helfer und leidende Leiter, die brennen, aber nicht ausbrennen wollen

Wolf Büntig

Barbara Westphal und Michael Schröder:

TaKeTiNa

Der Workshop ist gedacht als Unterstützung und Supervision für Fachkräfte aus den Heil- und Sozialberufen, Lehrer, Führungskräfte und andere, die sich lösen wollen von der Persönlichkeit, die glaubt, etwas darstellen zu müssen, und sich einbringen lernen wollen als die Person, die sie sind – zum Nutzen ihrer Klienten und Schüler und zur eigenen Genugtuung bei der Arbeit.

Wer dauernd mehr gibt, als er nimmt, ist früher oder später am Ende. Der häufige Blick auf die Uhr, Mühe bei der Zuwendung, Unlust und Verzagtheit, schließlich Zynismus und Leere sind Symptome für das allmähliche Ausbrennen derer, die gelernt haben, besser für andere zu sorgen als für sich selbst. Erschöpfung und psychosomatische Symptome sind untrügliche Zeichen, dass das Fleisch zu schwach wird für einen zu willigen Geist.

Mit unserer Selbstausbeutung ist auf die Dauer niemandem gedient. Es scheinen vielmehr gerade diejenigen zum großen Dienst zu taugen, die einerseits sich selbst und anderen die kleinen Freuden gönnen und andererseits sich eingebettet wissen in ein größeres Ganzes, das Kraft und Sinn gibt, auch wenn sie es nicht verstehen.

Ausgehend von persönlichen Nöten, von Fallbeispielen oder von aktuell in der Rhythmischen Körperarbeit TaKeTiNa auftauchenden Wahrnehmungen werden wir die zu Enttäuschung führende Selbsttäuschung, mehr geben zu können als wir sind, aus unterschiedlichen Perspektiven anschauen und – hoffentlich – lassen lernen.

DATEN & PREISE

Krise und Krankheit als Chance*

Fr., 16.1., 18.30 h –

Di., 20.1.15, 14.00 h

Kursgebühr 435 € zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80

Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 150154

Phönix aus der Asche*

So., 5.4., 18.30 h –

Do., 9.4.15, 14.00 h

Kursgebühr 435 € zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80

Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 150430

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

DATEN & PREISE

Feldenkrais

Sa., 14.2., 18.30 h –
Di., 17.2.15, 14.00 h
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150232
Fr., 4.9., 18.30 h –
Mo., 7.9.15, 14.00 h
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150934

Kursgebühr
je Workshop 280 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80

**The Embodied
Life Retreat**

February 14 – 17, 2015
Saturday, 6.30 p.m. –
Tuesday, 2.00 p.m.
Place, registration: ZIST
Penzberg No. 150231
July 23 – 26, 2015
Thursday, 6.30 p.m. –
Sunday, 2.00 p.m.
Place, registration: ZIST
Penzberg No. 150731

Fee per workshop 320 €,
plus room and board,
see page 80.

**FELDENKRAIS:
BEWEGUNGS-SPIELRÄUME FINDEN**

Maja Büntig-Ludwig

Im Laufe unseres Lebens werden unsere Möglichkeiten, die Vielfalt, mit der wir unseren Körper gebrauchen, immer eingeschränkter. Wir sitzen mehr, verharren oft über Stunden in mehr oder weniger einer Position und all die Möglichkeiten, uns in unterschiedlichster Art und Weise zu bewegen, geraten im Nervensystem in Vergessenheit, da sie nicht mehr abgefragt werden.

In diesem Kurs geht es darum, die unterschiedlichsten Bewegungs-Spielräume wieder neu zu entdecken. Es wird eine Forschungsreise durch den Bewegungsapparat mit seinen Möglichkeiten, ein neu Entdecken der Zusammenhänge der einzelnen Körperteile in Bewegung. Uns mit einem freundlichen Bewusstsein für unsere Einschränkungen zu begegnen und mit Neugier und Kreativität neue Möglichkeiten und Wege für motorische Vielfalt wieder zu finden, ist Ziel des Workshops.

**THE EMBODIED LIFE RETREAT:
AWARENESS THROUGH MEDITATION,
GUIDED INQUIRY AND THE TEACHINGS
OF MOSHÉ FELDENKRAIS**

Russell 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.

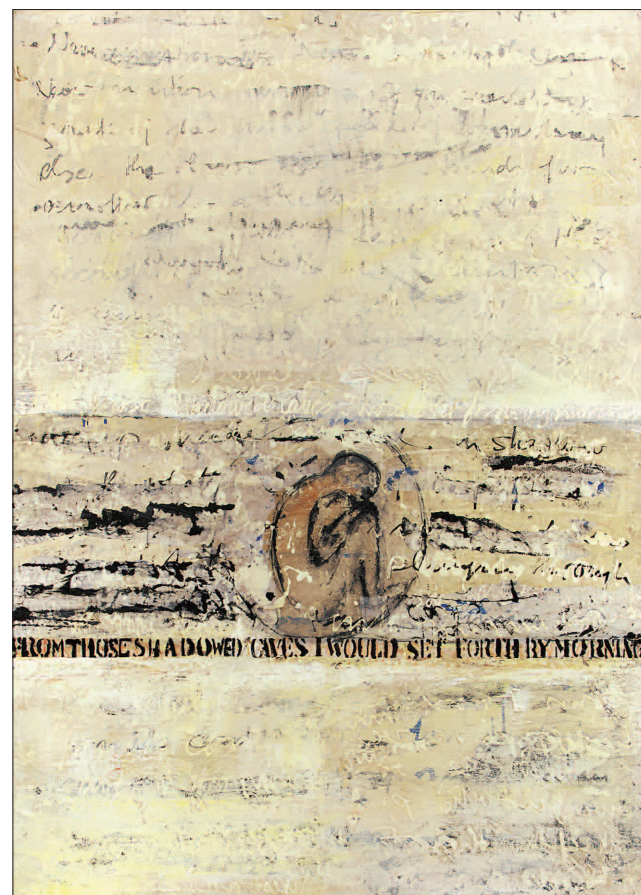
The meditation we will practice is a bare-bones approach to experiencing the present moment *As It Is*; this is the basis for being at home in ourselves. Chairs are available and help is given to those who find sitting challenging.

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.

It was where I lived,
plucking music from its
cords; from those
shadowed caves I would
set forth by morning.
Text: Robert Lax
Mischtechnik, 1999



NEU DAS WANDELBARE ENTDECKEN

Otto Eberl, Christine Meyne, Kurt Horz sowie
Fee Moakes-Geyer

Wir wollen in diesem Seminar einer Lebendigkeit auf die Spur kommen, die oft unerkannt in uns wohnt. Das Lauschen auf das Ein und Aus des Atems, auf das innere Bewegtsein und auf die Empfindungen und Gefühle, macht uns vertraut mit diesem inneren Potential. So kann es aus dem Unbewussten auftauchen und uns befähigen, die verwandelnde Kraft des Atems zu erleben und uns ihr anzuvertrauen.

Die langjährige Begleitung und Teilnahme an den Kursen von Herta Richter in ZIST hat uns dazu bewegt, dieses Seminar in ihrem Sinne und in der Tradition des Atemhauses München anzubieten. Als Atemtherapeutinnen und -therapeuten ihrer Schule wollen wir gemeinsam einen Raum des Lauschens und der Stille entstehen lassen, in dem wir dieser inneren Lebendigkeit begegnen können.

Dies geschieht in Gruppenangeboten und in der Einzelbehandlung sowie in einem besonderen Bewegungsangebot mit Trommel und Tanz.

NEU KAMPFKUNST ALS THERAPEUTIKUM – EIN INTUITIVER WEG ZUR SELBSTFINDUNG

Richard Eckhardt

Beschreibung siehe Seite 35.

NEU WOZU BIN ICH KRANK? – AUFSTELLUNGSARBEIT ZUR SEELISCHEN FUNKTION VON SYMPTOMEN

Thomas Geßner

Viele Menschen teilen die Erfahrung, dass Krankheit sich nicht im rein körperlichen oder psychischen Bereich erschöpft. Mithilfe der Aufstellungsarbeit (Familienstellen und Weiterentwicklungen) schauen wir darauf, wie Krankheitssymptome als Äußerungen der Seele funktionieren, was sie dabei leisten und wie wir über allgemeine psychosomatische Zusammenhänge hinaus etwas zu ihrer Entlastung beitragen können.

Angehörige der Heil- und Sozialberufe beobachten vielleicht ebenso wie ich: Manche Symptome werden von einer unbewussten Liebe angetrieben, indem sie Eltern beziehungsweise anderen Angehörigen in deren Krankheit folgen oder ihnen etwas Schweres abnehmen wollen. Manche verweisen auf frühere Überlebensleistungen, etwa traumatische Erfahrungen. Manche enthalten in sich selbst die Schwelle zu einer hereindrängenden Lebensstufe.

Mithilfe der stellvertretenden Wahrnehmung bringen Aufstellungen solche inneren Zusammenhänge ans Licht und helfen dabei, sich von einem Symptom bis zu dessen seelischem Auftrag führen zu lassen. Wenn er gesehen, gefühlt und angenommen wird, erfüllt sich seine Mission. Das Symptom entspannt sich. Dabei bleibt völlig 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, nur erleichtern. Deutlich wird jedoch, dass die Seele unsere Symptome offenbar für ihre Gesundung braucht im Sinne von: alles, was zu mir gehört, darf da sein.

Zusätzlich zur praktischen Aufstellungsarbeit reflektieren wir die unmittelbare Anschauung in täglichen Theorie- und Fragerunden. Willkommen sind: (berufliche) Erfahrung mit Krankheit, Interesse an ihren systemischen Hintergründen, gesunde Skepsis, die Bereitschaft als Stellvertreter in Aufstellungen zu stehen und eigene Themen oder Fälle einzubringen.

Dieser Workshop ist auch zur Fortbildung für Fachkräfte aus den Heil- und Sozialberufen geeignet – siehe die Serie *Salutogenese* (Seite 44).

DATEN & PREISE

Das Wandelbare entdecken

**Do., 9.4., 18.30 h –
Mo., 13.4.15, 14.00 h**
Kursgebühr 455 €
(inklusive einer Einzelbehandlung)
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150435

Kampfkunst als Therapeutikum

**Sa., 23.5., 18.30 h –
Mo., 25.5.15, 14.00 h**
Kursgebühr 210 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150536

Wozu bin ich krank?

**Di., 7.7., 18.30 h –
So., 12.7.15, 14.00 h**
Kursgebühr 510 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150754

DATEN & PREISE

Neuromentales Stressmanagement*

Fr., 18.9., 15.00 h –
So., 20.9.15, 14.00 h
Kursgebühr 295 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150954

Nicht leben wie zuvor*

Fr., 5.6., 18.30 h –
Di., 9.6.15, 14.00 h
Kursgebühr 425 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150654

Heilsame Klänge

Fr., 20.3., 18.30 h –
So., 22.3.15, 14.00 h
Kursgebühr 220 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150335

NEU NEUROMENTALES STRESSMANAGEMENT*

Günther Linemayr

Die Neurobiologie hat heute wesentliche Erkenntnisse über die Funktionsweise unseres Gehirns und darüber, was Stress im Gehirn und im Körper bewirkt.

Es gilt heute als gesichert, dass Stress, Belastungen, Ärger, negative Emotionen, et cetera direkt körperliche Schädigungen verursachen. Stress ist maßgeblich verantwortlich für viele Beschwerden wie Kopfschmerzen, Migräne, Müdigkeit, Schlafstörungen, Nervosität, Tinnitus, Verspannungen, und so weiter. Es reicht schon ein kurzer negativer Gedanke, um die Stresshormone Adrenalin und Cortisol einige Minuten lang im Körper zu aktivieren. In letzter Zeit belegen immer mehr Befunde, dass Stress viele Krankheiten, wie zum Beispiel hohen Blutdruck, Herzinfarkt, Burnout, Depressionen, Diabetes, Krebs und andere mit verursacht oder verschlechtert.

Die neuromentale Medizin hat die Ergebnisse der Grundlagenforschung zum Thema Stress zusammengetragen und daraus effektive mentale Methoden zur Stressreduktion entwickelt. Der zweitägige Workshop vermittelt Ihnen die Grundlage für Ihr persönliches effektives Stressmanagement. Sie können damit aktiv etwas zur Prävention von Burnout und für mehr Gesundheit, Gelassenheit und Wohlbefinden tun.

Dieser Workshop ist auch zur Fortbildung für Fachkräfte aus den Heil- und Sozialberufen geeignet – siehe die Serie *Salutogenese* (Seite 44).

NEU NICHT LEBEN WIE ZUVOR – SONDERN LEBEN WIE NIE ZUVOR*

Gestalttherapie mit krebserkrankten Menschen
Moses G. Steinvorth

Beschreibung siehe Seite 43.

Dieser Workshop ist auch zur Fortbildung für Fachkräfte aus den Heil- und Sozialberufen geeignet – siehe die Serie *Salutogenese* (Seite 44).

NEU HEILSAME KLÄNGE

Intuitives Musizieren, Singen, Bewegung, Meditation und Stille
Markus Stockhausen

Beschreibung siehe Seite 34.



Not from above
but from within
Gedicht: Robert Lax
Mischtechnik, 2011

NEU BEWEGUNG – STILLE – PRÄSENZ

Ressourcenorientierte Selbsterfahrung
mit künstlerischen Therapien
Eva Maria Bader

Beschreibung siehe Seite 26.

CIRCLE MUSIC

Musikalische Gruppenleitung
für Musiker und Laien
Sabine Bundschu

Beschreibung siehe Seite 40.

NEU POJ – PROZESSORIENTIERTES JONGLIEREN

Mario Filzi und Susanne Filzi

In diesem Schnupperworkshop wird erfahrbar gemacht, wie viel Freude und Selbsterfahrung im Prozess des Jonglierenlernens liegen kann. Es wird vor allem praktisch geübt. Neben dem Jonglieren mit Tüchern, Bällen und Diabolo, Partnerübungen und Gruppenspielen, werden Atem- und Wahrnehmungsübungen angeboten. Der Fokus liegt auf Ressourcenstärkung und der unmittelbaren Anwendbarkeit im Alltag.

Folgende Aspekte stehen dabei im Mittelpunkt:

Die Wahrnehmung: Wir empfinden unsere Sinesindrücke und werden unserer Verstandestätigkeit bewusst, wenn wir unsere Aufmerksamkeit auf die Wahrnehmung richten. Jede Selbsterfahrung und Potentialentfaltung beruht auf dieser *Geistesgegenwart*.

Das Lernen: Mit dem Erlernen der Dreiballjonglage eröffnet sich ein Bereich, der unbegrenztes Wachstum in individuell angepassten kleinen Schritten ermöglicht. Dieses spielerische, freudvolle Lernen schafft positive Referenzerlebnisse für den Alltag.

Das Flow-Erlebnis: Es gibt bei jedem neu zu lernenden Trick eine Phase, in der zum ersten Mal der Rhythmus der Bewegung die Regie übernimmt und das analytische und reflektorische Lernen durch das Flow-Erlebnis verdrängt wird. Dieser Moment ist mit großer Freude verbunden.

Das Hier und Jetzt: POJ stellt einen konzentrativen Weg zur Gegenwartigkeit dar. Vor allem im Alltag, in Stresssituationen, bei Schwierigkeiten, den *inneren Monolog* abzustellen, kann eine Jonglierübung unmittelbar in das Hier und Jetzt führen.

Die Reflexion: Positiver Umgang mit Fehlern, Impulskontrolle, Frustrationstoleranz, vorausschauendes Denken und Handeln, Durchschauen komplexer Probleme, Motivation und Konzentrationsfähigkeit – das alles sind Bereiche, die durch Selbstreflexion und Feedback Bewusstsein für die Entfaltung des individuellen Potentials schaffen.

TAKETINA NEW YEAR'S – CELEBRATION-MEDITATION

*A deeply rejuvenating and revitalizing
change of the year celebration!*

Reinhard Flatischler, Tania Bosak & Team

Course languages English and German
Kurssprachen sind Englisch und Deutsch

We invite you to a unique event to uplift your body, mind and spirit and to welcome the change of the year.

ZISTs annual Sylvester and New Year celebration event with Reinhard Flatischler, Tania Bosak and their international team comprising Senior Teacher James Word and other TaKeTiNa Teacher will guide you into drum journeys, live performances, dance celebrations and a 24 hour TaKeTiNa journey. Immerse yourself in ecstatic dancing to house, trance and hip-hop rhythms merged with life percussion such as Taiko, Tschanggo, Timbales. A unique experience created for you by Reinhard Flatischler and Tania Bosak.

You will also be treated with exquisite meals, champagne and gourmet snacks. At midnight you will be guided through a fire ceremony to internally burn away old layers and get ready for the life you are envisioning.

Places are limited so be sure to secure your place by booking early, as the New year's Celebration-Meditation has sold out quickly in previous years.

Eine ungewöhnliche, einzigartige Erfahrung – kreiert von Reinhard Flatischler und Tania Bosak

Wir laden Sie zu einem einzigartigen Körper, Geist und Seele nährenden Silvesterereignis ein.

Die jährlich stattfindende Veranstaltung in ZIST mit Reinhard Flatischler, Tania Bosak und deren internationalem Team, bestehend aus dem Senior Lehrer James Word und anderen TaKeTiNa Lehrern, wird Sie durch Trommelreisen, Liveauftritte, Tanzfeste und eine 24-Stunden-TaKeTiNa-Reise leiten. Vertiefen Sie sich in ekstatische Tänze nach House-, Trance- und Hip-Hop-Rhythmen, die mit Life Percussions wie Taiko, Tschanggo und Timbales einhergehen.

Sie werden außerdem mit köstlichen Mahlzeiten, Champagner und Gourmetsnacks von uns verwöhnt. Um Mitternacht werden Sie durch eine Feuerzeremonie geleitet, die es Ihnen ermöglicht, Altes innerlich zu verbrennen und so bereit zu sein für das Neue, das Sie sich für Ihr Leben vorstellen.

Die Teilnahmeplätze sind limitiert, daher empfehlen wir Ihnen, baldmöglichst zu buchen, um sich Ihren Platz zu sichern, denn in den letzten Jahren war die Veranstaltung immer sehr schnell ausgebucht.

DATEN & PREISE

Bewegung – Stille – Präsenz

**Fr., 27.2., 18.30 h –
So., 1.3.15, 14.00 h**

Kursgebühr 195 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80

Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150234

Circle Music

**Mi., 17.6., 18.30 h –
Mo., 22.6.15, 14.00 h**

Kursgebühr 475 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80

Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150633

Prozessorientiertes Jonglieren

**Fr., 27.3., 18.30 h –
So., 29.3.15, 14.00 h**

Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150336

**Fr., 20.11., 18.30 h –
So., 22.11.15, 14.00 h**

Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 151136

Kursgebühr
je Workshop 235 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80

TaKeTiNa New Year's December 30, 2014 – January 3, 2015

**Tuesday, 6.30 p.m. –
Saturday, 2.00 p.m.**

Fee 450 €,
plus room and board,
see page 80.

Place, registration: ZIST
Penzberg No. 141230

**Di., 30.12.14, 18.30 h –
Sa., 3.1.15, 14.00 h**

Kursgebühr 450 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80

Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 141230

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

DATEN & PREISE

TaKeTiNa – Rhythm for Evolution
Do., 21.5., 10.30 h – So., 24.5.15, 16.00 h
 Kursgebühr 420 € ohne Vollpension
 Ort: Schlossberghalle, Vogelanger 2, 82319 Starnberg
 Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 150540

TaKeTiNa – kostenlos!
Täglich zwischen 27.8.15 und 13.9.15 von 11.00 h – 13.30 h und 16.00 h – 18.30 h
 Kursgebühr 0 € Vollpension, einzelne Mahlzeiten oder die Gästehauspauschale sind vor Ort zu bezahlen.
 Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 150834

■ TAKETINA – RHYTHM FOR EVOLUTION

Reinhard Flatischler
 Co-Leitung: Tania Bosak

Dieser offene TaKeTiNa Workshop eignet sich sowohl für Anfänger und Fortgeschrittene als auch für professionelle Musikerinnen und Musiker.

TaKeTiNa vermittelt Rhythmus so, wie der Mensch ihn von Natur aus am besten aufnehmen und lernen kann. Lernen mit dem Körper hat uralte Tradition: Yoga, Tai Chi oder Chi Gong sehen im Körper eine *Schnittstelle* zwischen Materie und Geist. In TaKeTiNa ist der Körper selbst das Musikinstrument. Er ist zugleich auch ein Instrument, durch das sich mentale, emotionale, rationale und physische Bereiche vernetzen können, jeder einzelne Bereich gewinnt dabei.

Das kann TaKeTiNa bei Ihnen bewirken:

- Sie entdecken Ihren Körper als Instrument und erleben Ihre rhythmische Urbegabung.
- Sie entwickeln eine rhythmische und resonante Stimme.
- Sie vernetzen Intelligenzbereiche und schärfen Ihre Wahrnehmung.
- Sie lernen spielerisch mit Unvorhergesehenem und Überraschungen umzugehen.
- Sie finden zu innerer Stille und erleben Getragensein im Rhythmus.
- Sie lernen kreativ mit Chaos umzugehen und die Angst vor Fehlern zu verlieren.
- Sie fördern Ihre Gesundheit auf physiologischer Ebene.

Um Ihr Rhythmusgefühl zu aktivieren und musikalisch aktiv zu sein, müssen Sie weder zählen noch denken. Hören, Fühlen und Bewegen sind die Schlüssel. In der Stimme und im Klatschen entfalten sich unterschiedliche Rhythmen, während die Schritte beim tragenden Grundpuls der Trommel bleiben. Das Aus-dem-Rhythmus-Fallen ist dabei ein wesentlicher Teil des Lernprozesses. Dadurch entwickelt sich Ihre Synchronisationsfähigkeit.

TaKeTiNa ist kollektiver und individueller Prozess zugleich. Die Gruppe ist durch Rhythmus miteinander verbunden, jeder Einzelne ist jedoch ein freihandelndes Individuum und kann zu jeder Zeit in seinem/ihrer Zeitmaß bleiben.

Details und spezifische Schwerpunkte finden Sie ab Dezember 2014 auf: www.taketina.com

■ TAKETINA – KOSTENLOS!

Workshoptage der Absolventen der 14. Ausbildung zum TaKeTiNa Rhythmuspädagogen

Sie sind herzlich eingeladen, kostenlos an den Abschlussprüfungen der zu Ende gehenden mehrjährigen Grundausbildung zum TaKeTiNa Rhythmuspädagogen teilzunehmen.

Wir sehen diese eher als Initiationen. Jeder beziehungsweise jede der angehenden TaKeTiNa Lehrer und Lehrerinnen wird ein zweieinhalbstündiges TaKeTiNa Set leiten und soll dies mit einer Gruppe von Menschen tun können, die so zusammengewürfelt ist wie später in der realen Situation.

Dieses Angebot gibt Ihnen die Gelegenheit, TaKeTiNa auf eine sehr lebendige und vielseitige Art kennenzulernen oder Ihre bereits früher gemachten Erfahrungen zu vertiefen. Dies alles geschieht im Fluss einer in sich vollständigen *TaKeTiNa Reise*, bei der die einzelnen Sets sinnvoll aufeinander aufbauen.

Sie können wahlweise einzelne oder alle Tage besuchen. Bitte vermerken Sie auf der Anmeldung Ihre Wunschtage sowie einen Alternativtermin für den Fall, dass ein Kandidat oder eine Kandidatin von der Prüfung zurücktritt.

Die genauen Prüfungszeiten erfahren Sie spätestens vier Wochen vor Workshopbeginn entweder auf unserer Webseite oder können im ZIST Büro telefonisch unter +49-8856-93690 erfragt werden.

Da Sie mit Ihrer Teilnahme den Lernprozess für die TaKeTiNa Lehrer unterstützen, ist die Teilnahme kostenlos. Sie bezahlen lediglich in ZIST Penzberg die Kosten für Unterkunft und Verpflegung oder einzelne Mahlzeiten. Falls Sie nicht in ZIST übernachten, erheben wir eine Gästehauspauschale von fünfzehn Euro pro Tag. Wir sind Ihnen dankbar, wenn Sie Ihre Anmeldung als wichtig und in diesem Sinne verbindlich ansehen, da wir, wenn Sie sich anmelden, mit Ihnen rechnen.

POINT ZERO PAINTING – KREATIVITÄT OHNE GRENZEN

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 noch 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 noch eine besondere Inspiration oder Begabung.

Buchempfehlung: Michele Cassou, *Point Zero – Entfesselte Kreativität*. Aurum

SINGING POOL

Andreas Gerber und Karin Enz Gerber

Der Singing Pool ist ein Musik-Playshop für Menschen, die ihrer Stimme Tür und Ohr öffnen möchten. In unserer Arbeit geht es darum, die Stimme in Verbindung mit dem Körper zu entdecken und zu erleben. Das führt zum persönlichen Ausdruck und zur Improvisation.

In einem weiteren Schritt lassen wir die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Begegnung der Stimme mit Struktur (Rhythmus, Harmonie, Spielregeln) erleben, was konfrontieren, befruchten, vertiefen und verbinden kann.

Auf diesem Weg werden Sie die Gruppe nutzen können um zu lernen, sich tragen zu lassen, sich herausfordern zu lassen, sich zu zeigen.

Konkret: Stimmübungen, Singspiele zu zweit und in der Gruppe, Klangteppiche für Stimmausflüge, Spiele mit Worten, Klängen, Bildern et cetera, Improvisations-Chor, Rhythmus- und Melodiekreise und so weiter.

Keine Vor- oder Notenkenntnisse notwendig!

Alle Stimmen sind willkommen – kleine, große, mutige, verschlossene, offene, leise, laute ...

MAL- UND ZEICHENWERKSTATT

Regine Helke

Diese Werkstatt ist offen für Menschen, die sich frei in ihren schöpferischen Kräften zum Ausdruck bringen und ungenutzte Ressourcen ausgestalten wollen.

Das seelisch Unbekannte ist in seiner Tiefe mit dem denkenden Ich nicht erreichbar. Es kann mit allen körperlichen, seelischen, geistigen Sinnen und durch bildliche Wahrnehmung spürbar und begreifbar werden. Manchmal ist im Verarbeiten auch dialogische Begleitung notwendig.

Da die tieferen Seelenschichten und Seelenkräfte sich durch Bilder erschließen lassen, können sie im sichtbaren Ausdruck und im Gespräch miteinander erkennbar werden. Die Integration zur Individualität kann seinen Weg des durch Selbsterfahrung Wissenden nehmen.

Dieses kreative Schaffen setzt kein künstlerisches Können voraus. Es braucht nur willige Einfühlung zu sich nach innen. Und jeder trägt die Verantwortung für sich selbst.

DATEN & PREISE

Point Zero Painting

Do., 20.8., 18.30 h – Di., 25.8.15, 14.00 h

Kursgebühr 595 €, zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80.

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

Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 150832

Singing Pool

Do., 24.9., 18.30 h – So., 27.9.15, 14.00 h

Kursgebühr 305 € zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80

Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 150932

Mal- und Zeichenwerkstatt

Mi., 5.8., 18.30 h – So., 9.8.15, 14.00 h

Kursgebühr 395 € zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80

Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 150831

DATEN & PREISE

Stimmiger Körper
Do., 9.7., 18.30 h –
Mo., 13.7.15, 14.00 h
 Kursgebühr 550 €
 zuzüglich Vollpension,
 siehe Seite 80
 Ort/Anmeldung: ZIST
 Penzberg Nr. 150730

Heilsame Klänge
Fr., 20.3., 18.30 h –
So., 22.3.15, 14.00 h
 Kursgebühr 220 €
 zuzüglich Vollpension,
 siehe Seite 80
 Ort/Anmeldung: ZIST
 Penzberg Nr. 150335

**Die heilende Kraft
 von Shaker und
 Rahmentrommel**
Do., 2.4., 18.30 h –
Mo., 6.4.15, 14.00 h
 Kursgebühr 495 €
 zuzüglich Vollpension,
 siehe Seite 80
 Ort/Anmeldung: ZIST
 Penzberg Nr. 150437

Ekstatisches Pulsieren
Fr., 27.11., 18.30 h –
Mi., 2.12.15, 14.00 h
 Kursgebühr 605 €
 zuzüglich Vollpension,
 siehe Seite 80
 Ort/Anmeldung: ZIST
 Penzberg Nr. 151134

■ STIMMIGER KÖRPER – VERKÖRPERTE STIMME

*Durch die Stimme über den Körper
 zum Selbst vordringen*
 Lisa Sokolov

Kurssprache 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 Teilnehmerinnen und Teilnehmer

- 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.

NEU HEILSAME KLÄNGE

*Intuitives Musizieren, Singen, Bewegung,
 Meditation und Stille*
 Markus Stockhausen

In diesem Workshop werden wir intensiv die Wirkung von Klängen auf unseren Körper und unsere Psyche erforschen. Wir singen, improvisieren, lachen ... und meditieren gemeinsam. Mitgebrachte Instrumente sollten einigermaßen beherrscht werden.

Dieser Workshop ist offen für alle Freunde der Musik und von schönen Klängen, die die heilende Kraft der Musik suchen. Es geht darum, die Quelle der eigenen Kraft zu finden. "Sei der Du bist" könnte das Motto lauten. Im Einklang mit uns selbst kann Heilung geschehen.

Musik hilft uns dabei auf wunderbare Weise.

■ DIE HEILENDE KRAFT VON SHAKER UND RAHMENTROMMEL

*Meditation mit Shaker, Trommeln und
 der Stimme*
 Glen Velez und LOIRE (Lori Cotler)

Kurssprache Englisch mit Übersetzung

Shaker und Rahmentrommel sind zwei grundlegende schamanistische Instrumente. Wir werden deren rituelle Möglichkeiten beim Spielen in der Gruppe und einzeln erforschen. Mit einzigartigem Material, das in den letzten dreißig Jahren entwickelt wurde, werden wir die Welt des Klangs und des Stimmrhythmus nutzen, um uns in der meditativen Praxis führen zu lassen.

Die Gruppendynamik immer respektierend, wird uns diese Reise mit tiefer rhythmischer Inspiration bereichern und uns gut zu unserem täglichen Leben zurückführen.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Trommeln und Shakers der Glen Velez Signature Series werden zur Verfügung gestellt.

In Kooperation mit
 Sabine Bundschu: www.sabinebundschu.de

NEU EKSTATISCHES PULSIEREN

*Erweiterung des rhythmischen Potentials mit
 schamanischen Instrumenten*
 Glen Velez und LOIRE (Lori Cotler)

Kurssprache Englisch mit Übersetzung

Die Faszination von Takt und Rhythmus, die durch trommeln ausgelöst wird, setzt unser intuitives Bedürfnis nach ekstatischen Erfahrungen frei. Takt ist der menschliche Weg um Raum zu erforschen, Rhythmus ein Weg Persönlichkeit zu bilden. Die Vereinigung von Puls und Rhythmus gibt jedem Moment seine einzigartige Aura.

In diesem Workshop verwenden wir die Trommel, um in das ekstatische Pulsieren einzutauchen und mit der Sprache der Trommel unsere rhythmische Gedankenenergie zu fokussieren. Unsere menschliche Fähigkeit, mit unserer Aufmerksamkeit gleichzeitig auf verschiedenen Ebenen zu sein, wie zu singen und zu trommeln oder zu hören und zu fühlen, macht es uns möglich, ein multidimensionales Feld von pulsierender Energie zu entwickeln.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Trommeln und Shakers der Glen Velez Signature Series werden zur Verfügung gestellt.

In Kooperation mit
 Sabine Bundschu: www.sabinebundschu.de

TANGO ALS TOR ZUR PRÄSENZ

Gawain Bantle

Dieses Seminar gibt Ihnen die Gelegenheit, die Essenz des Tangos in der Beziehung mit sich selbst und anderen zu erforschen. Da Tango ein improvisierter Tanz ist, bringt es jeden, der ihn tanzt, in die Gegenwart, wo alles Wesentliche passiert. Dadurch, dass wir die absolute Aufmerksamkeit auf unseren Partner und uns selbst richten, unterstützt der Tanz die Entwicklung unserer Präsenz und Wachheit und legt auch die Hindernisse diesen Qualitäten gegenüber offen. Wenn wir mit unserem Partner absolut präsent sind, ist es möglich, Qualitäten des Seins wie Intimität, Offenheit, Flow, Liebe, Kraft und Freude, um nur einige zu nennen, bewusst zu erleben und mit dem anderen zu teilen.

In diesem Workshop werden Methoden wie Inquiry, Meditation und natürlich viel Tango verwendet, um ein Feld von Bewusstheit und Präsenz zu entwickeln.

Keine vorherige Tanzerfahrung ist notwendig. Es ist sinnvoll, mit einem Tanzpartner zu kommen, aber nicht absolut notwendig.

THE EMBODIED LIFE RETREAT: AWARENESS THROUGH MEDITATION, GUIDED INQUIRY AND THE TEACHINGS OF MOSHE FELDENKRAIS

Russell Delman

Course language English

Please see description on page 28.

PRÄSENZ IM DIALOG

Freeman Dhority und Steffi Dobkowitz

Trotz aller Ähnlichkeiten hat jede lebendige Situation, wie ein neugeborenes Kind, auch ein neues Gesicht, das es noch nie zuvor gegeben hat und das auch nie mehr wiederkehren wird. Die neue Situation erwartet von dir eine Antwort, die nicht im Vorhinein vorbereitet werden kann. Sie erwartet nichts aus der Vergangenheit. Sie erwartet Präsenz, Verantwortung; sie erwartet – dich.

Martin Buber

Der Dialog-Prozess ist ein potentes Instrument für Erkenntnis und Transformation. Um diese Qualitäten des Dialogs in unserem Workshop zu erleben, brauchen wir Bewusstheit und Präsenz.

Wir werden unterschiedliche Übungen zur Verankerung von Präsenz anbieten und in den Plenums-

dialogen, Kleingruppen als auch in Zeiten der Stille praktizieren.

Wenn wir in den gemeinsamen Dialogen wach und bewusst DA sind, beim Zuhören wie auch beim Sprechen, dann wird es uns mehr und mehr gelingen, individuelle als auch kollektive Konditionierungen zu erkennen und dadurch Transformation zu ermöglichen.

Daraus kann völlig neues kreatives Handeln entstehen – wohl eine Notwendigkeit unserer Zeit.

NEU KAMPFKUNST ALS THERAPEUTIKUM – EIN INTUITIVER WEG ZUR SELBSTFINDUNG

Richard Eckhardt

Kampfkunst hat den Zweck, es dem Übenden schwer zu machen zu denken und so den Geist zur Ruhe zu bringen.

Kampfkunst verlagert den Schwerpunkt des Übenden in die Mitte, vom Kopf in den Bauch und ermöglicht ihm somit einen festen Stand. Wie das Herz der Motor des Blutkreislaufes, so ist Hara die Mitte des Körpers, der Motor des Energiekreislaufes.

Kampfkunst versorgt uns durch die bewusste Atmung mit Lebensenergie und bringt diese mittels entsprechender Bewegungen in Umlauf. Durch den steten Wechsel von Spannung und Entspannung und durch den harmonischen Wechsel der jeweils aktiven Körperseite wird die Schwingung des gesamten Menschen ins Gleichgewicht gebracht.

Die Kata ist eine festgelegte Abfolge von Bewegungen, wechselnd zwischen Abwehr und Angriff in alle vier Himmelsrichtungen. Der imaginäre Gegner ist dabei der Übende selbst beziehungsweise besser, sein Schatten. Nicht denkend, zentriert in seiner Mitte, setzt sich der Karateka mit seinen Unzulänglichkeiten auseinander in einem Tanz mit dem Leben, einem *pas de deux* mit sich selbst. Dabei wird er sich seines Körpers ebenso bewusst wie seiner Atmung. Die inhärente Harmonie, der gleichmäßige Rhythmus erzeugen ein Gefühl von Lebensfreude und Eins-Sein mit dem Universum.

GojuRyu KarateDo ist der Weg, den ich bereit bin zu gehen und auf dem ich mich einer Technik bediene, welche aus Übungen im Wechsel von kraftvoll und nachgiebig bestehen, um meinen Geist frei zu machen.

Es sind keinerlei Voraussetzungen notwendig. Ein Training ist für jeden praktikabel.

DATEN & PREISE

Tango als Tor zur Präsenz

Fr., 20.3., 18.30 h – Di., 24.3.15, 14.00 h

Kursgebühr 455 € zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80

Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 150331

The Embodied Life Retreat

February 14 – 17, 2015 Saturday, 6.30 p.m. –

Tuesday, 2.00 p.m.

Place, registration: ZIST Penzberg No. 150231

July 23 – 26, 2015

Thursday, 6.30 p.m. – Sunday, 2.00 p.m.

Place, registration: ZIST Penzberg No. 150731

Fee per workshop 320 €, plus room and board, see page 80.

Präsenz im Dialog

Fr., 8.5., 16.30 h –

So., 10.5.15, 14.00 h

Kursgebühr 245 € zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80

Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 150530

Kampfkunst als Therapeutikum

Sa., 23.5., 18.30 h –

Mo., 25.5.15, 14.00 h

Kursgebühr 210 € zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80

Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 150536

DATEN & PREISE

Dem Tod neu begegnen

Fr., 23.10., 18.30 h –
So., 25.10.15, 14.00 h
Kursgebühr 200 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 151033

Holotropes Atmen

Do., 2.7., 18.30 h –
So., 5.7.15, 14.00 h
Kursgebühr 320 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150737

Körperarbeit und Gebet

Fr., 12.6., 18.30 h –
So., 14.6.15, 14.00 h
Kursgebühr 220 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150634

Selbsterkenntnis und Lebendigkeit (SAT Modul I)

Di., 6.10., 18.30 h –
Do., 15.10.15, 14.00 h
Kursgebühr 980 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 151030

Die heilende Medizin

Fr., 27.3., 18.30 h –
Mi., 1.4.15, 14.00 h
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150333
Do., 15.10., 18.30 h –
Di., 20.10.15, 14.00 h
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 151031

Kursgebühr
je Workshop 485 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80

DEM TOD NEU BEGEGNEN

Susanne Kraft und Michael Kraft

Beschreibung siehe Seite 15.

HOLOTROPES ATMEN – DAS ABENTEUER DER SELBSTENTDECKUNG

Viktoria Luchetti und Gilberto Mercado

Beschreibung siehe Seite 15.

NEU KÖRPERARBEIT UND GEBET – EINE ALTE RESSOURCE NEU ENTDECKEN

Gerhard Marcel Martin

*Religiöses Lernen beginnt damit,
dass man angemessen zu atmen,
zu sitzen und zu stehen anfängt.*

Manfred Josuttis

Beten ist in allen religiösen Traditionen nicht zuletzt und immer auch leibliche Praxis, oft ganz ohne Worte. Es geht um Haltungen und kurze Bewegungsabläufe, um Atemtechniken angesichts der umfassendsten Wirklichkeit. (In den letzten Jahrzehnten ist das *Körpergebet* auch in westlichen Zentren der Meditation auf großes und innovatives Interesse gestoßen.)

Mit elementaren Übungen aus westlichen und östlichen Traditionen, im Austausch eigener Entdeckungen und mit *short-lectures* zu spirituellen und religionsgeschichtlichen Grundlagen wollen wir uns dem Erfahrungsbereich *Körperarbeit und Gebet* nähern.

Die Übungspraxis ist wesentlich vorsprachlich und zumeist nur mit wenigen Symbolisierungen und Ausdrucksgebärden verbunden – oft mit Konzentration auf den Atem oder den Herzrhythmus. Es geht um elementares Gegenwärtig- und Stille-Werden, um transpersonale und kosmische Erfahrungshorizonte.

Wesentliche Impulse kommen aus der Theaterarbeit (unter anderem Jerzy Grotowski), aus der *art of moving* (Katya Delakova), aus Atemschulen und aus der Ausdrucksarbeit an religiösen Körpergesten (unter anderen Beatrice Grimm / Willigis Jäger und P. Sebastian Painadath).

SELBSTERKENNTNIS UND LEBENDIGKEIT (SAT MODUL I)

Gesamtleitung: Claudio Naranjo
Organisatorische und therapeutische Koordination: Katrin Reuter zusammen mit dem Team der internationalen SAT Schule

Kurssprache Englisch mit Übersetzung

Beschreibung siehe Seite 17.
Siehe auch Einführungsworkshop auf Seite 58.

DIE HEILENDE MEDIZIN DES SCHAMANISMUS DER HUICHOL INDIANER

Medizin für Körper, Herz und Geist
Brant Secunda

Kurssprache Englisch mit Übersetzung

Erleben Sie die kraftvolle Welt des Schamanismus und Zeremonien der Huichol Indianer.

In diesem Workshop entdecken wir die Intuition des Herzens, die jeder von uns in sich trägt. Das Seminar beinhaltet Praktiken, die uns helfen, unser eigenes Leben zu transformieren:

- Traumrituale, um das Leben zu stärken und Klarheit zu finden;
- Heilungsrituale, um die Verbindung zur natürlichen Welt zu erwecken;
- die heilige Hirschanzzeremonie;
- Pilgerschaft zur Zugspitze – wie man sich zereemoniell einem Kraftplatz in der Natur nähert;
- Zeremonien, Trommeln und Rasseln;
- die wunderschöne Kunst der Huichol Indianer, entstanden aus traditionellen Mythen und Legenden.

Außerdem präsentieren wir im Workshop eine neue Medienpräsentation, aufgenommen in den Bergen der Sierra Madre in Mexiko, die den inzwischen verstorbenen Don José Matsuwa und andere sehr beeindruckende Schamanen zeigt.

Die Huichol Tradition ist ein Jahrtausende altes System der ganzheitlichen Heilung. Durch das Praktizieren dieser Tradition haben wir die Möglichkeit, Körper, Herz und Geist von den Belastungen und dem Stress der modernen Welt zu reinigen und unsere Kraftreserven zu erneuern.

Zielgruppe: Therapeuten, Sozialarbeiter, Ärzte, Lehrer und jeder, der daran interessiert ist, sich selbst und Mutter Erde zu heilen.

Kinder sind in diesem Workshop willkommen. ■

SOUL WITHOUT SHAME

A Compassionate Confrontation of Self-Judgment
Byron Brown

Course language English

The superego, inner critic or judge, shapes and limits our daily life. A psychic entity that praises, cajoles, accuses, intimidates, promises, and threatens, it sits on our shoulder and watches to see if we measure up. In addition to invading our relationships and undermining our self-esteem, self-judgment interferes with our personal spiritual work. It warns that asking deep questions and expanding awareness create trouble. It attacks us for not changing and makes us anxious when we do change.

This workshop is an introduction to the *Diamond Approach*, a spiritual teaching that directly addresses the superego to create space for inner work.

Through embodied awareness (to support presence) and opened inquiry (to bring about understanding), we will recognize and confront the assumptions and principles that keep self-judgment in place. We will cultivate aspects of our True Nature that are antidotes to self-judgment: compassion, will, and strength. Most important, we will practice disengaging from the judgment process through understanding and deliberate action.

Throughout we will develop a felt sense of the contrast between being under the judgment spell and directly experiencing the joy and freedom that arise in its absence. The sessions will include meditation, lecture, discussion, exercises, and small group process.

Recommended reading: *Soul Without Shame*, by Byron Brown, Shambhala Publications and any books by A. H. Almaas.

FALLING AWAKE

Dropping into the Body of the Soul
Byron Brown

Course language English

By dropping into our bodies, we can fall awake out of the conditioning of the past through which we have fallen asleep.

Falling Awake is 5-day workshop designed to engage any interested and able-bodied person in a dynamic exploration of what it means to be and have a body. Our time together will offer a spacious environment for exploring our physicality in fresh and curious ways. This will invite more direct contact with our souls and their potential for openness, aliveness and mystery. Our explorations will be grounded in and move from the belly cen-

ter as expressed in sitting, walking, falling, running, dancing, talking and sounding. Through movement and voice, our body can be a vehicle for directly experiencing our dynamism, presence and awareness, essential elements of our true nature.

Falling Awake is based on the understanding and perspective of the Diamond Approach and can serve as an introduction to this spiritual path.

NEW BEYOND THE TYRANNY OF THE SUPEREGO: THE POSSIBILITIES OF A LIFE FULFILLED

Susannah Grover

Course language English

Most people live their lives under the oppression and obstruction of an inner tyrant (what Freud called *the Superego*). They do not know how to find an inner doorway that can lead to other, life affirming possibilities. Yet, it is possible to learn the practice of disengaging from these obstructing energies, thus revealing entirely new possibilities, as each moment is indeed just that ... new and supremely intelligent possibility waiting to be lived. Herein lies the secret of learning the art of becoming authentic to ourselves, as the unique Being that we, in truth, are. As we learn to honor this uniqueness, we cannot but love the one we encounter, underneath the conditioning of who we were told we were, but, in truth, have never been. This cannot but lead us to a life well lived and a personal destiny fulfilled.

NEW THE FLAME

Rob Merckx and Tejo Jourdan

Course language English

*I wish I could show you,
when you are lonely or in darkness,
the astonishing light of your own being.*

Hafiz

In this weekend we will explore our inner flame, what fans it and what damps it down. We will look at how it guides our heart on our inner journey.

We will see what distorts this longing and what can unleash our passion for Truth.

We will experience how inquiry and the practice of presence can open our heart and fuel our flame.

DATEN & PREISE

Soul Without Shame
January 23 – 28, 2015
Friday, 6.30 p.m. –
Wednesday, 2.00 p.m.
Fee 490 €, plus room and board, see page 80.
Place, registration: ZIST
Penzberg No. 150130

Falling Awake
January 22 – 27, 2016
Friday, 6.30 p.m. –
Wednesday, 2.00 p.m.
Fee 490 €, plus room and board, see page 80.
Place, registration: ZIST
Penzberg No. 160130

Beyond the tyranny of the Superego
June 5 – 9, 2015
Friday, 6.30 p.m. –
Tuesday, 2.00 p.m.
Fee 395 €, plus room and board, see page 80.
Place, registration: ZIST
Penzberg No. 150630

The Flame
May 15 – 17, 2015
Friday, 6.30 p.m. –
Sunday, 2.00 p.m.
Fee 230 €, plus room and board, see page 80.
Place, registration: ZIST
Penzberg No. 150532

DATEN & PREISE

Ongoing Inquiry

February 8 – 12, 2015

Sunday, 6.30 p.m. –

Thursday, 2.00 p.m.

Place, registration: ZIST

Penzberg No. 150230

May 22 – 26, 2016

Sunday, 6.30 p.m. –

Thursday, 2.00 p.m.

Place, registration: ZIST

Penzberg No. 160531

Fee per workshop 395 €,
plus room and board,
see page 80.

ONGOING INQUIRY

Jeanne Rosenblum (formerly Hay)

Course language English

This group *Ongoing Inquiry* is a response to the requests of some people interested in having a small ongoing group meet regularly, once a year, at ZIST. For the first time the group took place in January 2011.

This group will be open to anyone interested in the Diamond Approach. Although we hope to have a core group that is committed to coming once a year for retreat, the group will be open to newcomers.

This group can be a support for students in other Diamond Approach groups, and it can also offer a short retreat to those who are new to the Diamond Approach and are unable to make the time commitment required for other groups.

There will be lectures, exercises, and small groups. The focus will be on the fundamentals of the Diamond Approach so that students can deepen their practice of Inquiry as well as meditation practice.



Sounds come and go
but silence remains
Gedicht: Robert Lax
Mischtechnik, 2011

DAS KLAUSURPROGRAMM ALLTAG ALS ÜBUNG

Wolf Büntig, N. N.

Was auch immer wir tun, wir tun es in einer bestimmten Haltung. Das, was wir tun, gehört der Welt. Im Wie bekundet der Mensch sich in seiner Haltung.

Karlfried Graf Dürckheim

Das Klausurprogramm *Alltag als Übung* wurde eingerichtet für Menschen, die eine Auszeit brauchen. Es bietet eine Zeit der Besinnung, der begleiteten Selbsterfahrung und der Übung des Selbstmanagement und der Achtsamkeit im alltäglichen Tun.

In unserem Klausurprogramm können Sie Raum finden dabei,

- Krisen in der Selbsterfahrungsgruppe oder im Einzelgespräch durchzuarbeiten,
- Distanz zum gewohnten Tun zu bekommen und sich wieder auf sich selbst zu besinnen,
- zu lernen, Lösung zuzulassen, die damit verbundene Offenheit zu ertragen und Wohlbefinden zu genießen,
- Sammlung und Stille zu üben,
- einen Ausgleich zwischen Geben und Nehmen zu erfahren und
- Ihre Erfahrungen im Arbeitsalltag zu integrieren.

Wir empfehlen außerdem während der Klausurzeit die Lektüre und selbstständige Auseinandersetzung mit dem Buch *Der Alltag als Übung. Vom Weg zur Verwandlung* von Karlfried Graf Dürckheim. Verlag Hans Huber

Meditation

Am Morgen vor dem Frühstück besteht die Möglichkeit, sich gemeinsam mit anderen Gästen von ZIST (häufig ist hier auch Wolf Büntig anwesend) in der Meditation (Stilles Sitzen) zu sammeln.

Selbsterfahrung

Im Programm sind vier Gruppensitzungen à 90 Minuten (ab drei Teilnehmern) vorgesehen. Sollten sich nicht genug Teilnehmerinnen und Teilnehmer für eine Gruppe anmelden, sind zwei Einzelsitzungen à 60 Minuten für sie eingeplant. In Absprache mit dem jeweiligen Gruppenleiter können zusätzliche Einzelsitzungen, die jedoch nicht im Preis enthalten sind, vereinbart werden.

Arbeit

Die Übung der Achtsamkeit bei der alltäglichen Arbeit ist ein zentraler Aspekt der Klausur. Die dafür vorgesehene Arbeit ist einfach und daher für die Entwicklung von Achtsamkeit und Gelassenheit geeignet: Handarbeit in Hausmeisterei oder Gelände, im Gästehaus, in der Küche und gelegentlich in der Verwaltung. Ihre Bereitschaft zur täglichen Arbeit ist Voraussetzung für Ihre Teilnahme am Programm *Alltag als Übung*.

Teilnahmebedingungen

ZIST bietet außer Anleitung zur Meditation sowie Selbsterfahrung in Gruppen- oder Einzelsitzungen Unterbringung in schlichten Mehrbettzimmern (Einzelzimmer nach Verfügbarkeit gegen Aufpreis) sowie Verpflegung durch vegetarische Kost aus hochwertigen Nahrungsmitteln.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer verpflichten sich zu 25 Wochenstunden Mitarbeit. Sie sind sich bewusst und stimmen zu, dass ihre Mitarbeit zum einen eine Gelegenheit ist zur Umsetzung des in der Selbsterfahrung Gelernten im alltäglichen Tun, zum anderen aber sowohl als Dienst an der Gemeinschaft als auch als ein wesentlicher Teil der Kostendeckung notwendig ist. Wenn Sie die geforderte Arbeit nicht leisten können oder wollen, berechnen wir zehn Euro pro Stunde.

Kosten

Kursgebühr 200 €

Zusätzliche Einzelsitzungen 70 € pro Stunde nach Absprache.

Leiter

Wolf Büntig
N. N.

Mitarbeitender Gast

Grundsätzlich besteht auch die Möglichkeit, für einen gewissen Zeitraum als mitarbeitender Gast in ZIST zu sein. Für 30 Wochenstunden Mitarbeit erhalten Sie bei uns freie Unterkunft in schlichten Mehrbettzimmern (Einzelzimmer nach Verfügbarkeit gegen Aufpreis) sowie Verpflegung durch vegetarische Kost aus hochwertigen Nahrungsmitteln.

An den morgendlichen Meditationen kann selbstverständlich teilgenommen werden.

Nach vorheriger Absprache können während dieser Zeit auch Einzelsitzungen bei Wolf Büntig vereinbart werden.

Bei Interesse wenden Sie sich bitte ans ZIST Büro.

TERMINE 2015

Die Termine standen bei Redaktionsschluss nicht fest. Bitte informieren Sie sich bei Interesse auf unserer Webseite oder telefonisch im ZIST Büro.

DATEN & PREISE

Movement Intelligence

**Di., 23.6., 18.30 h –
So., 28.6.15, 14.00 h**
Kursgebühr 615 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150632

Sich sein lassen*

**Mi., 18.2., 18.30 h –
So., 22.2.15, 14.00 h**
Kursgebühr 420 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150233

Circle Music

**Mi., 17.6., 18.30 h –
Mo., 22.6.15, 14.00 h**
Kursgebühr 475 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150633

Traum und Trauma

**Do., 2.4., 18.30 h –
So., 5.4.15, 14.00 h**
Kursgebühr 360 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150436

My eye. Your eye. Or even
if it's mine and mine.
Why should my eye look at
your eye? Why should
yours look into mine?
Am I seeking out a glance,
a look in darkness?
Text: Robert Lax
Mischtechnik, 1999

**NEU MOVEMENT INTELLIGENCE –
LÖSUNGEN FÜR OPTIMALE MOBILITÄT**

Ruthy Alon

Kurssprache Englisch mit Übersetzung
Beschreibung siehe Seite 26.

SICH SEIN LASSEN*

Wolf Büntig

N. N. und N. N.: TaKeTiNa

Diese tiefenpsychologisch fundierte Selbsterfahrungsgruppe zur Erkundung des normalen Narzissmus ist auch zur ärztlichen/psychotherapeutischen Fortbildung geeignet.

Beschreibung siehe Seite 12.

CIRCLE MUSIC

Musikalische Gruppenleitung für
Musiker und Laien

Sabine Bundschu

Ohne Musik wäre das Leben ein Irrtum.

Friedrich Nietzsche

Musik ist eine der schönsten und effektivsten Arten, Menschen ihre Verbundenheit spüren zu las-

sen. Unabhängig von Herkunft oder Können öffnet das gemeinsame Musizieren im Kreis einen besonderen Raum für Kreativität und Neues. Die Kraft und Einfachheit Jahrhunderte alter Lieder und Rhythmen heilt.

Diese Fortbildung richtet sich sowohl an Gruppenleiter, die Musik in ihre Arbeit integrieren wollen, als auch an alle, die einfach ihr musikalisches Potential entdecken und erweitern wollen.

Inhalte

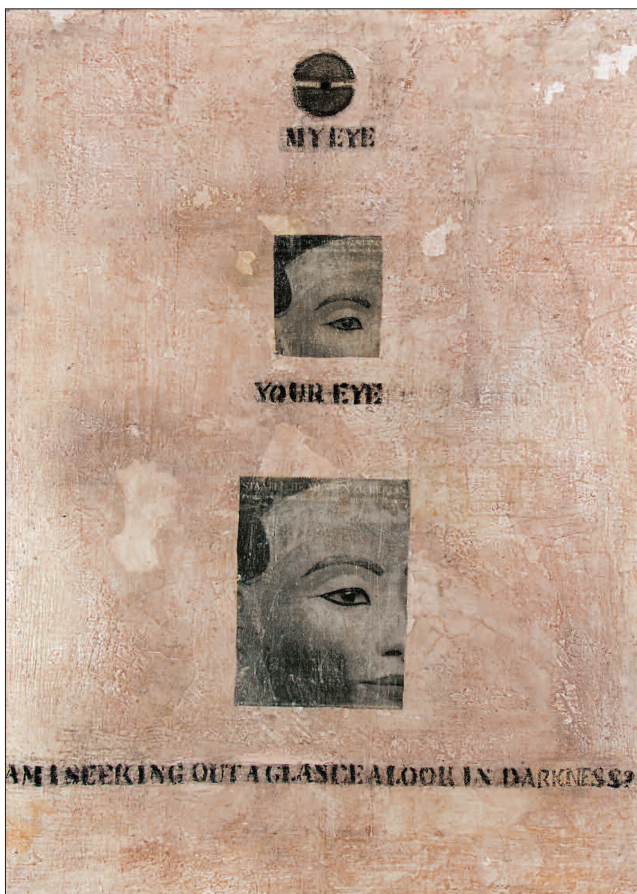
- Erlernen von einfachen Liedern aus verschiedenen Kulturen
- Begleitung der Lieder mit einfachen Rhythmen auf der Rahmentrommel
- Erweiterung der rhythmischen Kompetenz durch TaKeTiNa
- Circle Singing nach Bobby McFerrin
- Body Percussion Elemente nach Keith Terry
- Improvisations-Settings
- Rhythmusspiele

Diese Art der Musik ist keine Sache für Spezialisten und erfordert daher keinerlei Vorkenntnisse.

NEU TRAUM UND TRAUMA

Heike Gattnar

Beschreibung siehe Seite 14.



WERDEN WER ICH SEIN KANN*

Einführung in die Szenische Körperpsychotherapie in Anlehnung an Pesso-Boyden System Psychomotor

Richard Hoffmann

In der Szenischen Körperpsychotherapie wird die in jedem Erwachsenen vorhandene kindliche Fähigkeit des imaginär-magischen Aufladens von Objekten und Personen mit wohlthuenden Eigenschaften und Bedeutungen genützt, um intrapsychische Szenarien in eine therapeutische Als-ob-Welt zu übersetzen, die sensorisch und körperlich zu einer zutiefst erholsamen und regenerierenden Erfahrung der Wiedergutmachung, einer Korrektur des Elternbildes – dem sogenannten *re-parenting* – und einem geklärten Körper-Selbst-Gefühl als Boden für nächste Schritte in der Therapie führen kann.

Jeder Mensch trägt in sich ein instinktives Wissen um das, was er für seine optimale Entwicklung in Beziehung braucht. Hierzu gehören unsere genetisch verankerten Grundbedürfnisse nach Willkommen, Beachtung, Platz, Nahrung, Schutz, Unterstützung und Begrenzung. Werden diese Grundbedürfnisse in unserer frühen Entwicklung ausreichend befriedigt, erfahren wir sie und ihren Ausdruck als selbstverständlichen Teil unseres Selbst und lernen dadurch, gut für uns zu sorgen und unsere Beziehungen befriedigend zu gestalten. Anhaltende Verunsicherung in der Befriedigung frühkindlicher Grundbedürfnisse beeinträchtigt das Körper-Selbst-Gefühl und führt dazu, dass Teile der eigenen Persönlichkeit zurückgehalten, abgespalten oder sogar aufgegeben werden.

Im integrativen Therapieansatz der Szenischen Körperpsychotherapie wird versucht, einen Prozess in Gang zu setzen, der es möglich macht, sich von den lebenslang nachwirkenden Folgen solcher Erfahrungen zu lösen. Als Antidot gegen schädigende Interaktionen in der Vergangenheit werden im Rahmen der therapeutischen Situation zusammen mit dem Klienten alternative Szenarien sorgfältig erarbeitet und in einem therapeutischen Ritual mithilfe von Objekten oder Rollenspielern in den Raum gestellt. Dadurch kann eine neue, den genetischen Grundbedürfnissen entsprechende, heilsame Beziehungserfahrung möglich werden und bisher Ungelebtes auf der Symbol-ebene durch die Unterstützung von schützenden, haltenden oder gewährenden Figuren neu durchlebt und ausgedrückt werden.

VOM SELBSTBILD ZUM SELBSTGEFÜHL*/**

Marianne Ingen-Housz und Thomas Ehrensperger

Verwurzelung im Körper selbst und geerdete Selbstverwirklichung (Selbstverständlichkeit) sind Ziele jeder Persönlichkeitsentwicklung. Aspekte der bio-energetischen Theorie und Praxis werden in diesen Gruppen durch Übungen und Gespräch nahe am erlebten Körper dargestellt, geübt und besprochen.

Energetische Körperprozesse (Atmung, Muskeltonus, Kreislauf, Informationsneurologie) gestalten Körpersprache und Ausstrahlung der Person und geben mehr Zeichen in der menschlichen Begegnung, als Worte und ihre Inhalte, die nur circa 20 % der Informationen vermitteln. Erweiterung der Wahrnehmung nach innen und außen öffnet neue Wege für unsere beruflichen und privaten Kontakte.

Schwerpunkte dieser Gruppe sind

- Erdung als Prozess und als Gegenpol zur Angst,
- Analyse von Körperprozessen (Körperlesen),
- Berührung und Abstinenz,
- emotionale Ernährung als Gegenpol zur Erschöpfung,
- existenzielle Momente in der Begegnung und
- Offenheit für spirituelle Erfahrung.

Diese Gruppe eignet sich als Fortbildung für Ärzte, Psychotherapeuten, Lehrer und andere Angehörige von Heil- und psychosozialen Berufen und ist auf zwölf Teilnehmerinnen und Teilnehmer begrenzt

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

Barbara Innecken

Vier Module zu je zwei Tagen, auch einzeln buchbar.
Abschluss: NIG Practitioner

Diese Fortbildung wendet sich an Therapeuten, Berater, Pädagogen, Coaches, Mediatoren und Supervisoren, die das Repertoire ihres jeweiligen Arbeits- oder Ausbildungsgebietes durch ein kreatives systemisches Vorgehen bereichern wollen.

Beschreibung siehe Seite 45.

DATEN & PREISE

Werden wer ich sein kann*

Fr., 19.6., 18.30 h – Di., 23.6.15, 14.00 h
Kursgebühr 410 € zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 150635

Vom Selbstbild zum Selbstgefühl*/**

Di., 17.11., 18.30 h – So., 22.11.15, 14.00 h
Kursgebühr 795 € zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 151131

Im Bilde sein

Modul 3: Die positive Absicht
Fr., 20.3., 18.30 h – So., 22.3.15, 14.00 h
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 150330

Modul 4: Der Lebensweg
Fr., 25.9., 18.30 h – So., 27.9.15, 14.00 h
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 150930

Kursgebühr je Workshop 235 € zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

**Anerkannt von der Schweizerischen Akademie für Psychosomatische und Psychosoziale Medizin APPM (www.appm.ch), 35 Credits pro Kurs.

DATEN & PREISE

**Erforschung
der Innenwelt**

**So., 31.5., 16.30 h –
Mi., 3.6.15, 14.00 h**
Kursgebühr 390 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150533

Mitgefühl wecken*

**Di., 14.4., 18.30 h –
Fr., 17.4.15, 14.00 h**
Kursgebühr 340 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150431

**Positive
Psychotherapie***

**Fr., 6.11., 18.30 h –
Mi., 11.11.15, 14.00 h**
Kursgebühr 515 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 151135

NEU **ERFORSCHUNG DER INNENWELT**

Systemische Therapie mit der Inneren Familie
Susan McConnell

Assistenz: Irmgard Schmelcher-Haimerl
Assistenz und Übersetzung: Gabriela Martens

Kursprache Englisch mit Übersetzung

Beschreibung siehe Seite 16.

**MITGEFÜHL WECKEN – FÜR SICH
SELBST UND FÜR ANDERE***

Luise Reddemann

Nachdem seit geraumer Zeit das Interesse für Achtsamkeit auch in der Psychotherapie immer mehr wächst, scheint es wichtig, sich klar zu machen, dass ein wichtiges Ziel der Achtsamkeitsschulung in vielen buddhistischen Traditionen das Entwickeln von Mitgefühl ist. Mitgefühl für sich selbst ist dabei der erste wichtige Schritt. Erst wenn dieser gegangen ist, kann echtes Mitgefühl für andere entstehen.

Erfahrungsgemäß mangelt dieses Mitgefühl für sich selbst auch vielen Psychotherapeutinnen beziehungsweise Psychotherapeuten. Im Workshop soll es daher in erster Linie darum gehen, dieses Mitgefühl für sich selbst zu erfahren und pflegen zu lernen. Neben einigen theoretischen Inputs geht es vor allem um Selbsterfahrung. Hierbei wird sowohl auf Übungen aus der buddhistischen Tradition zurückgegriffen wie auf Konzepte aus der *Psychodynamisch Imaginativen Trauma Therapie* PITT.

NEU **POSITIVE PSYCHOTHERAPIE***

Arno Remmers

In diesem Workshop können Sie *Positive Psychotherapie* (PPT nach Nossrat Peseschkian) aus erster Hand erfahren und dabei die Möglichkeiten dieser humanistisch orientierten, psychodynamisch fundierten und in vielen Ländern erfolgreichen transkulturellen Methode für sich selbst und für die Therapie kennenlernen.

Entdecken Sie in der Störung, der psychosomatischen Erkrankung oder dem Konflikt involvierte Fähigkeiten und den inneren Konflikt zwischen verschiedenen Wertevorstellungen. Erproben Sie im Workshop die fünf Stufen der Therapie und Beratung. Salutogenese und Pathogenese stehen nebeneinander im ressourcenorientierten, am individuellen Patienten orientierten und methoden-integrativen Modell der PPT, deren Wirkung durch Studien belegt ist.

Ein Schwerpunkt der PPT ist Hilfe zur Selbsthilfe nach dem Motto "gibst du jemandem einen Fisch, nährt er sich einen Tag – lehrst du ihn das Fischen, kann er sich sein Leben lang nähren." Humor ist selbstverständlicher Bestandteil der Therapie, Geschichten und Sprachbilder stehen neben Visualisierungen und für die Patienten leicht verständlichen Elementen wie dem Balancemodell, den Vorbildimensionen oder den Aktualfähigkeiten. Das Erstinterview der PPT und den Fragebogen WIPPF (Wiesbadener Inventar zur Positiven Psychotherapie & Familientherapie) werden Sie im Workshop erproben können.

Arno Remmers möchte in diesem Workshop fünf- undzwanzig Jahre Erfahrung als international tätiger Dozent für Positive und Psychodynamische Psychotherapie mit Ihnen teilen – in dieser Form erstmals in Deutschland. Er ist bekannt dafür, dass er Teilnehmerinnen und Teilnehmer begeistert und gleichzeitig ein gut strukturiertes Wissen vermitteln kann.

Dieser Workshop ist offen für Menschen, die psychotherapeutisch arbeiten. Die Teilnahme kann als erster Teil des *Basic Course for Positive Psychotherapy* entsprechend den Regularien des Weltverbandes für PPT bescheinigt werden.

**NEU NICHT LEBEN WIE ZUVOR –
SONDERN LEBEN WIE NIE ZUVOR***

Gestalttherapie mit krebserkrankten Menschen
Moses G. Steinvorth

In diesem Workshop geht es darum, wie gestalttherapeutische Konzepte und Methoden für krebserkrankte Menschen nutzbar gemacht werden können. Er wendet sich an alle, die professionell mit Krebskranken zu tun haben, sei es als Psychotherapeuten, Ärzte oder Pflegekräfte. Auch Krebsbetroffene können gerne teilnehmen, wenn sie den Gestaltansatz einfach mal kennenlernen wollen.

Die Gestalttherapie ist ein besonders geeigneter Ansatz für die psychoonkologische Arbeit mit Menschen, die an Krebs erkrankt sind und es lohnt sich daher, sich einmal intensiver damit zu beschäftigen, auch wenn man kein Gestalttherapeut werden will. Gestalt will die authentische, integrierte Persönlichkeit fördern, einen Menschen, der echt ist, der er selbst ist, der Verantwortung für sein Leben übernimmt und kreativ und flexibel mit den Problemen seines Lebens umgeht.

All diese *Gestalttugenden* nützen auch den krebserkrankten Menschen: Sie helfen ihnen, ihr wahres Selbst wieder zu entdecken und zu leben, Mitverantwortung für ihre Gesundheit zu übernehmen und kreativ mit ihrer Erkrankung umzugehen. Vor allem aber helfen sie ihnen, trotz der Erkrankung Lebensfreude und Sinn in ihrem Leben zu finden. Und wenn es längerfristig gelingt, die projizierten und abgespaltenen Persönlichkeitsanteile zu reintegrieren, dann hat man nach meiner ganzen Erfahrung eine weit bessere Chance, wieder gesund zu werden (*gesund* hier in einem ganzheitlichen, nicht nur körperlichen Sinn).

Thematisch wird es um vier Schwerpunkte gehen:

1. Der Umgang mit Stress
(vor allem chronischem Stress)
2. Der kreative Umgang mit der Erkrankung
3. Die Heilung von Selbstwert-Verletzungen
4. Der heilsame Umgang mit Verlusten (Trauern)

Dieser Workshop ist auch zur Fortbildung für Fachkräfte aus den Heil- und Sozialberufen geeignet – siehe die Serie *Salutogenese* (Seite 44).

**NEU NEUGIERDE, ERREGUNG,
UNSCHULD UND REGULATION**

Wie wir über die Ladung und Entladung unserer post-modernen Sexualität hinaus sexuelle Erfüllung erreichen können

Ingo Vauk

Beschreibung siehe Seite 25.

**NEU IN WELCHE GESCHICHTE
GEHÖRT DAS?***

Wie wählen wir eigentlich Ziele, Ressourcen und Lösungsmöglichkeiten in der Psychotherapie aus?

Reinhard Weber

Menschen leben in vielfältiger Weise in Metaphern. Wir verhalten uns häufig, als wären Metaphern reale Beschreibungen. Dies wird etwa deutlich, wenn wir die Metapher *Zeit ist Geld* als real interpretieren und beginnen, *Zeit zu sparen* oder uns vorwerfen, sie zu *verschwenden*. Auch unsere Sprache wimmelt von Metaphern und Mehrfachbedeutungen, weil wir ohne sie kaum komplexe Dinge prägnant darstellen könnten.

Im therapeutischen Kontext finden wir bei der Darstellung von anhaltenden Problemmustern vielfältige metaphorische Szenerien. Nach meiner Erfahrung wird ein Problem zwar explizit auf einer Erfahrungsebene berichtet, aber gleichzeitig auf mehreren Ebenen in Szene gesetzt. Oft sind etwa die berichteten Problemmuster im jeweiligen Gegenwartssystem bestimmten Problemmustern im Ursprungssystem strukturell sehr ähnlich. Dies können wir nicht selten bis in den Umgang mit dem Körper nachvollziehen. Die explizite Beschreibung eines Problems ist also auf einer anderen Ebene gleichzeitig die metaphorische Beschreibung desselben Musters.

Eine Therapie scheint immer dann am effektivsten zu sein, wenn Lösungen, Ressourcen und Wege zum gewünschten Ziel auf möglichst vielen dieser Ebenen anwendbar sind, weil die Therapie damit passgenau in die Lebensgeschichte des Patienten eingebettet ist.

Der Workshop wird anhand von Fallbeispielen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer Anwendungsmöglichkeiten für die Selbst- und Fremdsupervision eröffnen.

Dieser Workshop ist auch zur Fortbildung für Fachkräfte aus den Heil- und Sozialberufen geeignet – siehe die Serie *Salutogenese* (Seite 44).

DATEN & PREISE

Nicht leben wie zuvor*

**Fr., 5.6., 18.30 h –
Di., 9.6.15, 14.00 h**

Kursgebühr 425 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80

Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150654

**Neugierde,
Erregung, Unschuld
und Regulation**

**Fr., 27.3., 16.00 h –
So., 29.3.15, 14.00 h**

Kursgebühr 205 €
ohne Vollpension

Ort: Psychosomatische
Beratungsstelle,
Richard-Wagner-Str. 9,
80333 München
Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150340

**In welche Geschichte
gehört das?***

**Fr., 13.11., 18.30 h –
So., 15.11.15, 14.00 h**

Kursgebühr 210 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80

Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 151154

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

DATEN & PREISE

Krise und Krankheit als Chance*

Fr., 16.1., 18.30 h –
Di., 20.1.15, 14.00 h
Kursgebühr 435 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150154

Nicht leben wie zuvor*

Fr., 5.6., 18.30 h –
Di., 9.6.15, 14.00 h
Kursgebühr 425 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150654

Wozu bin ich krank?

Di., 7.7., 18.30 h –
So., 12.7.15, 14.00 h
Kursgebühr 510 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150754

Neuromentales Stressmanagement*

Fr., 18.9., 15.00 h –
So., 20.9.15, 14.00 h
Kursgebühr 295 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150954

In welche Geschichte gehört das?*

Fr., 13.11., 18.30 h –
So., 15.11.15, 14.00 h
Kursgebühr 210 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 151154

■ SALUTOGENESE – FÖRDERUNG DES HEILUNGSPOTENTIALS

Vom Umgang mit Menschen, die gesund bleiben oder werden wollen

Wolf Büntig, Thomas Geßner, Günther Linemayr,
Moses G. Steinvorth, Reinhard Weber

Diese Fortbildungsreihe für Fachkräfte aus den Heil- und Sozialberufen vermittelt Grundkenntnisse und praktische therapeutische Fertigkeiten für eine gezielte Unterstützung einer notwendigen medizinischen Behandlung durch Mobilisierung des natürlichen Potentials zur Heilung.

Salutogenese ist ein vom amerikanisch-israelischen Arzt Aaron Antonovsky entwickelter Ansatz, der sich mit der Entstehung, der Förderung und der Erhaltung von Gesundheit befasst. Während die *Pathogenese* die Entwicklung zum Beispiel von Infektionskrankheiten mit der Infektion durch sogenannte Erreger – Viren oder Bakterien – begründet, welche durch entsprechende Medikamente zu schwächen oder zu beseitigen sind, studiert *Salutogenese* Faktoren, die die Widerstandskraft der Person erhöhen und die Entfaltung ihres Potentials zu Gesundheit fördern.

Bei Menschen, die Mitverantwortung für ihre Gesundheit und Gesundheit übernehmen und ihre Abwehrkraft stärken wollen, sind psychotherapeutische Methoden angezeigt, die zur unmittelbaren Teilnahme am gegenwärtigen Leben, zum emotionalen Ausdruck und zur kreativen Alltagsgestaltung durch Autonomie, Kohärenzgefühl, Selbstwirksamkeit, Rhythmus, freies Atmen, gesunde Ernährung, Imagination, Vertrauen, Humor, Lebensfreude, Wahrheitsliebe, Sinn und andere heilsame Faktoren motivieren.

Die Workshops können einzeln zur jeweils angegebenen Gebühr gebucht werden. Beim vierten Workshopbesuch dieser Serie gewähren wir nachträglich 10 % Ermäßigung auf die gesamte Kursgebühr.



■ KRISE UND KRANKHEIT ALS CHANCE – VERSÖHNUNG MIT DEM LEBEN*

Wolf Büntig
Leonard Seifert und Barbara Westphal: TaKeTiNa

Beschreibung siehe Seite 27.

NEU NICHT LEBEN WIE ZUVOR – SONDERN LEBEN WIE NIE ZUVOR*

Gestalttherapie mit krebserkrankten Menschen
Moses G. Steinvorth

Beschreibung siehe Seite 43.

NEU WOZU BIN ICH KRANK? – AUFSTELLUNGSARBEIT ZUR SEELISCHEN FUNKTION VON SYMPTOMEN

Thomas Geßner

Beschreibung siehe Seite 29.

NEU NEUROMENTALES STRESSMANAGEMENT*

Günther Linemayr

Beschreibung siehe Seite 30.

NEU IN WELCHE GESCHICHTE GEHÖRT DAS?*

Reinhard Weber

Beschreibung siehe Seite 43.



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

Barbara Innecken

Vier Module zu je zwei Tagen,
auch einzeln buchbar.
Abschluss: NIG Practitioner

Diese Fortbildung wendet sich an Therapeuten, Berater, Pädagogen, Coaches, Mediatoren und Supervisoren, die das Repertoire ihres jeweiligen Arbeits- oder Ausbildungsgebietes durch ein kreatives systemisches Vorgehen bereichern wollen. Die Fortbildung umfasst vier Module, die jeweils auch einzeln gebucht werden können.

Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die alle vier Module erfolgreich besucht haben, können die Fortbildung mit einem *NIG Practitioner Zertifikat* abschließen. Bereits früher bei Barbara Innecken besuchte NIG Seminare werden anerkannt.

Modul 1:

Das Spiel mit den Unterschieden

Vom Problem zur Lösung
und zur Entdeckung der eigenen Fähigkeiten.
Fand bereits im April 2014 statt.

Modul 2:

Durch die Augen des anderen schauen

Innere und äußere Konflikte
und ihre Lösungsmöglichkeiten.
Fand bereits im Oktober 2014 statt.

Modul 3:

Die positive Absicht

Ein veränderter Blick auf die Familie
und das Kind, das wir einmal waren.

Modul 4:

Der Lebensweg

Von Kraftquellen, Zielen
und dem nächsten Schritt.

Das von Dr. Eva Madelung entwickelte NIG eignet sich besonders gut für das Einzelsetting. Es enthält Elemente aus systemischer Aufstellungsarbeit, Heidelberger Familientherapie, NLP, Hypnotherapie, Körpertherapie und der Kurztherapie nach De Shazer. Die Integration kunsttherapeutischer Elemente in das systemische Vorgehen regt auch Menschen, die sich nicht als *Künstler* fühlen, zum schöpferischen Umgang mit den eigenen Ressourcen an.

Im NIG setzen die Klienten ihr Anliegen in spontan erstellte Skizzen um, die sie als Bodenanker verwenden. Durch das Sich-ins-Bild-Stellen werden die Skizzen mit dem ganzen Körper und allen Sinnen erfahren und neue, unerwartete Perspektiven erlebt. Die zusätzliche Verwendung einer Metaposition führt zu einem weiteren Perspektivenwechsel – überraschende Einsichten und Neuorientierungen sind dabei weder beim Klienten noch beim Therapeuten auszuschließen!

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erlernen den kreativen Umgang mit dieser Art von Aufstellungsarbeit im praktischen Umgang mit verschiedenen NIG Formaten, in denen sie sowohl die Rolle des Therapeuten als auch die des Klienten und des Beobachters einnehmen. Dadurch sowie durch unterstützende Supervision lässt sich das Erlernte sofort in die Praxis umsetzen und in die eigene berufliche Arbeitsweise integrieren. Die Fortbildung umfasst außerdem theoretisches Hintergrundwissen und eine gründliche methodisch-didaktische Planung und Vermittlung.

Maximale Teilnehmerzahl: 18

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.* Kösel Verlag

DATEN & PREISE

Im Bilde sein

Modul 3:

Die positive Absicht
Fr., 20.3., 18.30 h –
So., 22.3.15, 14.00 h
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150330

Modul 4:

Der Lebensweg
Fr., 25.9., 18.30 h –
So., 27.9.15, 14.00 h
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150930

Kursgebühr
je Workshop 235 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.



Von links nach rechts:
Schwarze Madonna
(Daifur),
Mischtechnik, 2005

Stürzender Christus
Mischtechnik, 2005

Fundstück
Mischtechnik, 2005

DATEN & PREISE

Moshé Feldenkrais' Erbe

Termine:

Beginn jeweils 18.30 h,
Ende 14.00 h

Fr., 30.1. – Mi., 4.2.15

Ort und Anmeldung:
ZIST Penzberg
Nr. 150150

Di., 11.8. – So., 16.8.15

Ort und Anmeldung:
ZIST Penzberg
Nr. 150850

Di., 12.1. – So., 17.1.16

Ort und Anmeldung:
ZIST Penzberg
Nr. 160150

Mo., 22.8. – Sa., 27.8.16

Ort und Anmeldung:
ZIST Penzberg
Nr. 160850

Kursgebühr
je Workshop 585 €
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 80

Zur Fortbildungsreihe
können Feldenkrais
Practitioner, die bereits
Erfahrung mit Eli Wadlers
Arbeit haben, auch nach
dem ersten Teil noch
hinzukommen, sofern
Platz vorhanden ist.
Die einzelnen Seminare
müssen als Ganzes
besucht werden.

**MOSHÉ FELDENKRAIS' ERBE
FORTBILDUNGSREIHE
FÜR FELDENKRAIS PRACTITIONER**

Eli Wadler

In dieser Fortbildungsreihe für praktizierende Feldenkrais Lehrer stellt Eli Wadler sein gesamtes Erfahrungswissen aus seinen Jahren als Schüler, Assistent und Praxisvertreter von Moshé Feldenkrais zur Verfügung.

Sein Unterricht ist zudem von seiner mehr als vierzigjährigen Erfahrung geprägt, in der er die Methode, unter anderem durch die Arbeit mit verschiedenen Lagerungsmaterialien, Rollen und Eibällen, weiterentwickelt hat.

Eine Reise in die Kindheit

Eine Lektion in *Bewusstheit durch Bewegung* ist eine gemeinsame Reise in die spontanen Bewegungsmöglichkeiten, die wir als Kinder hatten. In einer Stunde in *Funktionaler Integration* wird es meist noch intensiver erfahrbar: Manche Bewegungen sind aus unterschiedlichen Gründen (Verletzungen, Krankheiten, einseitige Belastung, Überlastung, langes Sitzen) in Vergessenheit geraten, sie schlummern im Dunkeln. Unsere Rolle als Feldenkrais Lehrer ist es, gleichsam als Spiegel Licht in diese dunklen Bereiche zu bringen, sie zu einer neuen harmonischen Bewegung zu führen und im Körper den Hausfrieden wieder herzustellen.

Gruppensitzungen Awareness Through Movement (ATM)

Eli Wadlers Aufmerksamkeit gilt in besonderer Weise dem Erlernen einer optimalen Selbstorganisation, die durch intensive ATM Arbeit verbessert werden soll.

Die ATM sind thematisch eng verbunden mit den FI Demonstrationen. Sie gehen manchmal auch ineinander über. So zeigt Eli Wadler während einer ATM, wie eine Bewegung durch die Hände des Practitioners deutlicher und intensiver erlebt oder erlernt werden kann.

Einzelbehandlung Functional Integration (FI)

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erwerben eine reiche Palette verschiedener FI Techniken und lernen Materialien sinnvoll einzusetzen.

Eli Wadlers Akzent auf die Selbstorganisation hat das Ziel, einen nonverbalen Kontakt zum Patienten entstehen zu lassen und während der ganzen FI aufrechtzuerhalten. Durch diesen Dialog können wir erspüren, was unser Patient in jedem Moment der FI braucht, sogar durch die eingesetzten Hilfsmittel hindurch.

Supervision

Die Supervision durch Eli Wadler während der Partnerarbeit ist für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer integraler Bestandteil dieser Fortbildungsreihe. Durch unermüdliches Beobachten, Begleiten und Helfen wird er jeden dort abholen, wo sie oder er gerade steht. Gelegentlich begleitet Eli

Wadler sogar unseren Körper oder unsere Hände bei der Arbeit, um uns zu zeigen, wie ein richtiger Kontakt, ein Dialog, sich anfühlt.

Das Wesen unserer Arbeit

Das Ziel ist nicht, die Arbeit unseres Lehrers zu kopieren. Jeder von uns hat seine eigene Handschrift, eine eigene Art zu arbeiten, die das Ergebnis sowohl unserer Ausbildung und Praxiserfahrung als auch unserer Lebensgeschichte und unserer Persönlichkeit ist.

Es ist jedoch möglich und empfehlenswert, unsere Sprechweise mutiger, unsere Arbeit farbiger, das Unmögliche möglich, das Schwierige leicht und das Leichte angenehm zu machen. So charakterisierte Moshé das Wesen unserer Arbeit.

Dieses Ziel vor Augen achten wir auf zwei zentrale Aspekte unserer Arbeit: Zum einen arbeiten wir an unserer eigenen inneren Haltung. Durch sie wird eine Einzelstunde zu einem für beide Partner anregenden, harmonischen und erfreulichen Tanz und das Potential des Patienten spielerisch erweitert und entfaltet. Zum anderen soll unsere Berührung so achtsam und feinfühlig sein, dass der Patient mehr seinen eigenen Körper als unsere Hände spürt. Persönliche Berührung ist in erster Linie ein beständiges Hinhören. So verwandelt eine Berührung eine Behandlung in eine Lektion.

POTENTIALORIENTIERTES COACHING

Berufliche Weiterbildung für Fachkräfte in Unternehmen und Organisationen sowie freiberuflich Tätige

Wolf Büntig mit Esther Diethelm und Brigitta Hachen (TaKeTiNa)
Alfred Preuß und Andrea Stemberger

33 Tage in acht vier- bis fünftägigen Workshops in 18 Monaten

Potentialorientiertes Coaching dient der Entfaltung des Führungs- und Kooperationspotentials von Einzelnen und Teams mit dem Ziel einer vertieften Professionalisierung der Arbeit auf den verschiedenen Führungsebenen eines Unternehmens. In der Weiterbildung lernen Sie, neben der fachlichen Kompetenz auch die Entwicklung des menschlichen Potentials Ihrer Klienten und Mitarbeiter zu berücksichtigen. Als Coach begleiten, fördern und unterstützen Sie – in Einzelsitzungen oder kleinen Gruppen – Leistungsträger in Unternehmen und Organisationen bei der Entfaltung der Balance zwischen fachlicher, sozialer und persönlicher Kompetenz in einer erfolgreichen und betriebsdienlichen Arbeitsweise einerseits und einer dem eigenen Wohlergehen dienlichen Lebensweise andererseits.

Vermittelt werden – in Theorie, Selbsterfahrung und praktischer Übung unter Supervision – sowohl allgemeine menschenkundliche Grundlagen als auch spezifisches Handwerkszeug eines potentialorientierten Coachings, das gleichermaßen auf Lösung von Fixierungen der Persönlichkeit und Leistungsoptimierung abzielt. Sie lernen in berufsrelevanter Selbsterfahrung

- Hintergründe des Coachings in Theorie und Praxis,
- auf Coaching bezogene Grundlagen von potentialorientierter Psychologie,
- in Eigen- und Fremdwahrnehmung blinde Flecken zu erkennen, sowie
- eine Fülle von für Coaching spezifischen Interventionstechniken.

In allen von Wolf Büntig geleiteten Seminaren wird zur Unterstützung von ganzheitlichem, transrationalem Lernen die Rhythmische Körper-Bewusstseinsarbeit TaKeTiNa eingesetzt.

Am Ende der Weiterbildung bescheinigen wir Ihnen, dass Sie durch eigene Erfahrung gelernt haben,

- kritische Situationen und Prozesse persönlich, sozial und systemisch differenziert wahrzunehmen;
- Interventionstechniken und Gestaltungsvarianten des Coachings in Bezug zum Kontext des Auftrags und zum Klientensystem adäquat einzusetzen und
- Ihre Klienten zu begleiten und zu unterstützen in der Entwicklung persönlicher Kompetenz.

Dazu kann gehören, dass Ihre Klienten dank Vorbild, Anleitung und Begleitung durch Sie lernen,

- Präsenz, Kontaktfähigkeit und Gelassenheit zu entwickeln und zur Intensivierung der eigenen Sozialkompetenz bewusst einzusetzen;
- den Umgang mit Grenzen sorgfältig und professionell zu gestalten;
- bestehende und entstehende Konflikte klar zu erkennen, aufzugreifen und zu bearbeiten;
- eigene Potentiale und Talente zu entdecken, zu entfalten sowie situationsgerecht einzubringen;
- die eigene Haltung und das eigene Menschenbild zu reflektieren;
- unbewusste und automatisierte Muster in Wahrnehmung, Fühlen, Denken und Handeln zu erkennen, zu hinterfragen und zu überwinden;
- die eigene Situation sowie das Umfeld zu erfühlen und dadurch unterscheiden zu können: zum einen zwischen dem, was nährt, nützt und erfüllt und dem, was schwächt und schadet; zum anderen zwischen dem, was systemkonform richtig ist und dem, was situationsgemäß stimmt;
- Prioritäten zu erkennen und Entscheidungen zu treffen;
- gesundheitliche Warnsignale wahr und ernst zu nehmen und so einem Abgleiten in Erschöpfung, Depression, Sucht, Burnout und Krankheit vorzubeugen; Fremdbestimmung zu durchschauen und Autonomie zu entwickeln;
- letztlich den Unterschied wahrzunehmen zwischen Schein und Sein, zwischen der Persönlichkeit, die sie darstellen, und der Person, die sie sind.

Literaturempfehlung:
Weber C. und Preuß A.: *Potentialorientiertes Coaching*. Klett-Cotta

EINFÜHRUNG ZUR WEITERBILDUNG POTENTIALORIENTIERTES COACHING

Wolf Büntig und Andrea Stemberger

Beschreibung siehe Seite 57.

Termine:
Beginn jeweils 14.30 h, Ende 18.00 h

Fr., 17.4.15 Nr. 150432
Di., 6.10.15 Nr. 151034

Gebühr: Kostenfrei
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg

DATEN & PREISE

Potentialorientiertes Coaching

Termine:
Beginn jeweils 18.30 h,
Ende 14.00 h

1 Potential, Prägung und Selbstbeschränkung

W. Büntig mit
E. Diethelm u. B. Hachen
So., 10.5. – Do., 14.5.15

2 Konzepte, Techniken

Auftragsklärung und ihre Fallen, Modelle zur Analyse des Coachingbedarfs
A. Preuß, A. Stemberger
Fr., 3.7. – Di., 7.7.15

3 Perspektiven, Interventionen

Umgang mit Konflikt, Führung und Management, Macht und Verantwortung
A. Preuß, A. Stemberger
Fr., 2.10. – Di., 6.10.15

4 Wirklichkeit und Realität, Schein und Sein

W. Büntig mit
E. Diethelm u. B. Hachen
So., 10.1. – Fr., 15.1.16

5 Live Coaching

Supervision mit externen Klienten
A. Preuß, A. Stemberger
So., 20.3. – Do., 24.3.16

6 Regeln, Diagnosen, Hilfen

Teamcoaching, Umgang mit Systemen und Rankings
A. Preuß, A. Stemberger
Mi., 29.6. – So., 3.7.16

7 Systemische Identifikation

W. Büntig mit
E. Diethelm u. B. Hachen
Sa., 27.8. – Mi., 31.8.16

8 Live Coaching – Nachlese und Abschied

Supervision mit externen Klienten, Abschluss mit Zertifikatsvergabe
A. Preuß, A. Stemberger
W. Büntig
Mo., 21.11. – Fr., 25.11.16

Kursgebühr 8590 €, zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80.
Ausführliche Informationen, Ort und Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 67.15

DATEN & PREISE

Berufsbegleitende Fortbildung in Kunsttherapie

Termine:

Beginn jeweils 18.30 h,
Ende 14.00 h

So., 15.3. – Do., 19.3.15

So., 27.9. – Do., 1.10.15

So., 28.2. – Do., 3.3.16

Mo., 31.10. – Fr., 4.11.16

Kursgebühr 1780 €,

zahlbar in Raten

pro Workshop,

zuzüglich Vollpension,

siehe Seite 80.

Ausführliche

Informationen,

Ort und Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 57.15

Einführungs- und Auswahlworkshop zur berufsbegleitenden Fortbildung in Kunsttherapie

Fr., 30.1., 18.30 h –

Mo., 2.2.15, 14.00 h

Kursgebühr 340 €

zuzüglich Vollpension,

siehe Seite 80

Ort/Anmeldung: ZIST

Penzberg Nr. 150133

BERUFSBEGLEITENDE FORTBILDUNG IN KUNSTTHERAPIE

Sein kreatives Potential für sich selbst und in der beruflichen Praxis entfalten

Regine Helke

16 Tage, März 2015 bis November 2016

Zielgruppe

Diese Fortbildung ist offen für maximal vierzehn Personen aus therapeutischen, sozialen und heilenden Berufsfeldern.

Ziel der Fortbildung

Fachkräfte aus den Heil- und Sozialberufen werden angeleitet, ihr kreatives Potential zu erschließen und sich bewusst zu machen. Zu ihrer fachlichen Kenntnis erwerben sie die Fähigkeit, schöpferische Bildprozesse bei Menschen in Krisensituationen zu begleiten.

Hintergrund

- Tiefenpsychologie nach C. G. Jung und künstlerische Ausbildung, *Initiatische Therapie* nach K. Dürckheim, *Geführtes Zeichnen* nach M. Hippius-Dürckheim.
- Tiefenpsychologische Kenntnisse von Farben und Formen nach I. Riedel.
- Methodenübergreifender Ansatz.
- Die Zen-Schulung.

Inhalt und Vermittlung

- Die Not erleben, sich von seinem schöpferischen Grund getrennt zu fühlen.
- Sein Wesen durch kreative Arbeit mit Bildern empfinden.
- Die Kultivierung der Sinne als Eröffnung zur inneren Erfahrung üben.
- Mit dem Seelenaugen sehen lernen.
- Seine eigene Bildsprache zum Ausdruck bringen.
- Sich berühren lassen.
- Umstellung der Einstellung.
- Konzentration auf das Wesentliche.

EINFÜHRUNGS- UND AUSWAHLWORKSHOP ZUR BERUFSBEGLEITENDEN FORTBILDUNG IN KUNSTTHERAPIE

Regine Helke

Beschreibung siehe Seite 57.

DAS NEUROAFFEKTIVE BEZIEHUNGSMODELL ZUR HEILUNG VON ENTWICKLUNGSTRAUMA – THE NEUROAFFECTIVE RELATIONAL MODEL (NARM)*

Laurence Heller

Kursprache Englisch mit Übersetzung
20 Tage, November 2015 bis Mai 2017

Die spontane Bewegung in uns allen zielt auf Verbindung. Ungeachtet dessen, wie zurückgezogen und isoliert wir geworden sind, und ungeachtet der Schwere des Traumas, das wir erlebt haben, gibt es – gerade so, wie die Pflanze sich spontan auf die Sonne zubewegt – in jedem von uns einen Impuls in Richtung Verbundenheit mit uns selbst und mit anderen.

Dr. Laurence Heller

Das Neuroaffektive Beziehungsmodell (NARM) ist ein psychodynamischer und körperorientierter Ansatz für die Behandlung von Entwicklungs-trauma, der gleichzeitig mit der Dysregulation des Nervensystems, mit gewachsenen Identitätsverzerrungen und mit deren wechselseitiger Verflechtung arbeitet. Das gleichzeitige Arbeiten auf der körperlichen und der psychologischen Ebene menschlichen Seins ist eine bedeutsame Perspektivenerweiterung mit tiefgründigen Implikationen für die Arbeit mit Beziehungs-, Entwicklungs- und Bindungstrauma.

Das Anliegen von NARM ist die Verbindung mit sich selbst, den Gefühlen, dem Körper und der eigenen Lebendigkeit. Sie ist, ebenso wie die Verbindung mit anderen, unser tiefstes Bedürfnis und unsere größte Herausforderung im Leben.

Konzeptionelle Grundannahmen

NARM beruht auf der Grundannahme, dass die unzureichende Befriedigung biologischer Grundbedürfnisse die somatische und affektive Selbstregulierung, die Identität und die Beziehungsfähigkeit deutlich beeinträchtigt. In dem Ausmaß, in dem unsere biologischen Grundbedürfnisse nicht befriedigt werden, entwickeln wir auf somatischer Dysregulation beruhende Überlebensstrategien. Wir entfremden uns dabei von unserem Körper, verlieren die Verbindung zu unseren Emotionen und entwickeln in der Folge Identitätsverzerrungen und Beziehungsstörungen.

Arbeitsweise

NARM arbeitet mit diesen aus dem Verlust der Verbindung entstandenen und im weiteren Leben unbewusst wirksamen Überlebensmustern auf den Ebenen von Identität, Emotion, Physiologie und Verhalten. Die Arbeit ist nicht-regressiv, ressourcenorientiert und erfolgt beziehungsbezogen im Hier-und-Jetzt. Sie verbindet Somatic Experiencing mit psychodynamischen Modellen wie Bindungs- und Objekt-Beziehungs-Theorie und schlägt gleichzeitig einen Bogen zu einem umfassenderen Verständnis über die Natur von Identität.

Methodisch arbeitet NARM gleichermaßen und gleichzeitig von *unten nach oben* (bottom-up), vom Stammhirn zum Neokortex, wie von *oben nach unten* (top-down), vom Neokortex zum Stammhirn. Das Vorgehen von *oben nach unten* arbeitet mit Kognitionen und mit Emotionen und konzentriert sich auf die Erkundung und Auflösung von behindernden Identifikationen in Bezug zu sich selbst und anderen. Das Vorgehen von *unten nach oben* fokussiert auf den Körper, das Spürbewusstsein (somatic mindfulness) und die instinktiven Reaktionen, die durch das Stammhirn vermittelt werden und dann nach oben wandern, wo sie die limbischen und kortikalen Areale des Gehirns beeinflussen. Die Integration beider Herangehensweisen erweitert erheblich die therapeutischen Optionen in der Arbeit mit Entwicklungsstrauma.

Fortbildungsinhalte

Die Fortbildungsinhalte umfassen das konzeptionelle Verständnis sowie die grundlegenden Vorgehensweisen und Arbeitsmethoden von NARM, im Einzelnen für

- die Unterschiede zwischen Entwicklungsstrauma und Schocktrauma,
- die Arbeit mit Kontakt und Kontaktverlust in Bezug zu sich selbst und zu anderen,
- die funktionale Einheit zwischen biologischer und psychologischer Entwicklung,
- die fünf Grundbedürfnisse und deren entwicklungspsychologische Bedeutung,
- die Entstehung und Funktion der fünf grundlegenden Überlebensstrategien,
- die wechselseitige Beziehung von Nervensystem-Dysregulation und Identitätsverzerrungen,
- die Erkundung und die Auflösung von schambasierten Identifizierungen und stolz-basierten Gegenidentifizierungen,
- die implizite Absicht von Emotionen und die psychobiologische Vervollständigung,
- die Arbeit in der Gegenwart und die Bedeutung somatischer Achtsamkeit im therapeutischen Prozess,
- den NARM Heilungskreislauf und die Arbeit *top-down* und *bottom-up*.

Zielgruppe

Diese Fortbildung ist offen für Menschen, die psychotherapeutisch tätig sind. Interessenten, die nicht mindestens ein Jahr Weiterbildung in Somatic Experiencing absolviert haben, müssen an einem Einführungsseminar teilnehmen. Im Einzelfall entscheiden Dr. Heller und von ihm benannte Assistenten über die Zulassung.

Umfang der Fortbildung

Die Fortbildung dauert, verteilt über einen Zeitraum von zwei Jahren, vier mal fünf Tage, insgesamt zwanzig Tage mit 160 Unterrichtseinheiten (UE). Zur Sicherung der Qualitätsansprüche des Trainings und zur abschließenden Zertifizierung sind neben der Teilnahme an den 160 UE zehn Stunden Einzelsitzungen und zehn Stunden Supervision obligatorisch.

Supervisionen können als Einzel- oder als Gruppensupervision vereinbart werden. Von den insgesamt zehn Stunden Supervision sollen vier Stunden mit Dr. Laurence Heller, von den verbleibenden sechs Stunden mindestens zwei Stunden als Einzelsupervision genommen werden.

Literatur

Heller, Laurence und LaPierre, Aline: *Entwicklungsstrauma heilen, Alte Überlebensstrategien lösen, Selbstregulierung und Beziehungsfähigkeit stärken*. Kösel Verlag

Einführungsvideo über NARM mit Dr. Laurence Heller im Internet unter: insightcenter.org/Narm/

Interessenten an der Fortbildung erhalten auf Anfrage unser Informationsmaterial zum Training, Anmeldeunterlagen und einen Bewerbungsbogen für die Teilnahme.

Die nächste Fortbildung NARM in ZIST beginnt im April 2016.

EINFÜHRUNG IN DAS NEUROAFFEKTIVE BEZIEHUNGSMODELL (NARM)

Doris Rothbauer

Kurssprache ist Deutsch. Gegebenenfalls mit englischer Übersetzung.

Beschreibung siehe Seite 58.

DATEN & PREISE

Das Neuroaffektive Beziehungsmodell zur Heilung von Entwicklungsstrauma*

Termine:

Beginn jeweils 18.30 h, Ende 14.00 h

So., 22.11. – Fr., 27.11.15

Di., 3.5. – So., 8.5.16

Mo., 10.10. – Sa., 15.10.16

Fr., 19.5. – Mi., 24.5.17

Kosten:

Kursgebühr 2825 €, zahlbar in Raten von 725 € für das erste Modul und jeweils 700 € für die Module zwei, drei und vier.

In der Kursgebühr ist das Buch von Laurence Heller und Aline LaPierre (siehe Literatur) als Arbeitsgrundlage für das Training enthalten. Das Buch wird im ersten Workshop ausgegeben.

Hinzu kommen Kosten für die Einzelsitzungen und Supervisionen zwischen 1560 € und 1860 €. Einzelheiten zu den Kosten erhalten Sie mit unserem Informationsmaterial zum Training. Die Zahlung der Einzelsitzungen und Supervisionen erfolgt direkt vor Ort.

Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 81.15

Einführung in Das Neuroaffektive Beziehungsmodell

Do., 23.7., 18.30 h –

So., 26.7.15, 14.00 h

Kursgebühr 325 €

zuzüglich Vollpension,

siehe Seite 80

Ort/Anmeldung: ZIST

Penzberg Nr. 150736

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

DATEN & PREISE

Boxenstopp Leadership

Termine:
 Beginn jeweils 18.30 h,
 Ende 17.00 h
Di., 21.4. – Do., 23.4.15
Di., 7.7. – Do., 9.7.15
Mi., 9.12. – Fr., 11.12.15
 Kursgebühr 1950 €
 zuzüglich Vollpension,
 siehe Seite 80.
 Hinzu kommt eine
 Gebühr von 330 €
 (inklusive Mehrwert-
 steuer) für das *Reiss*
Profile inklusive
 individuellem Auswer-
 tungsgespräch von circa
 90 Minuten.
 Termin nach fernmünd-
 licher Vereinbarung:
 08051-965990 bezie-
 hungsweise Durchwahl
 08051-9659971
 Ort/Anmeldung: ZIST
 Penzberg Nr. 58.15

NEU BOXENSTOPP LEADERSHIP

Alfred Preuß und Andrea Stemberger

Bereichern Sie Ihr 365-Tage-Rennen in einer digi-
 talen Welt mit neuen Führungsansätzen und ei-
 nem Dreimodul-Boxenstopp.

Den Ausbildungsberuf Chef oder das Studium
 Führungskraft gibt es nicht. Dennoch lenken Sie,
 bestimmen Geschwindigkeit und Streckenlänge,
 sind Vorbild für Ihre Mitarbeiter.

Aus sehr guten Fachkräften werden Führungs-
 kräfte. Neue Rolle, neue Aufgaben. Aufgaben mit
 zunehmender Distanz zum Fachlichen, stattdes-
 sen steht der Mensch im Mittelpunkt.

Als erfolgreiche Führungskraft beherrschen Sie Ihr
 Handwerkszeug und überzeugen mit Persönlich-
 keit. Gerade in schwierigen Situationen gelingt es
 Ihnen, Mitarbeiter überzeugend zu führen und auf
 Ihr Umfeld konstruktiv einzuwirken. Sie vermitteln
 realistische Zuversicht, Respekt und Vertrauen.

In den zweieinhalb-tägigen Modulen gehen wir
 folgenden Fragen nach:

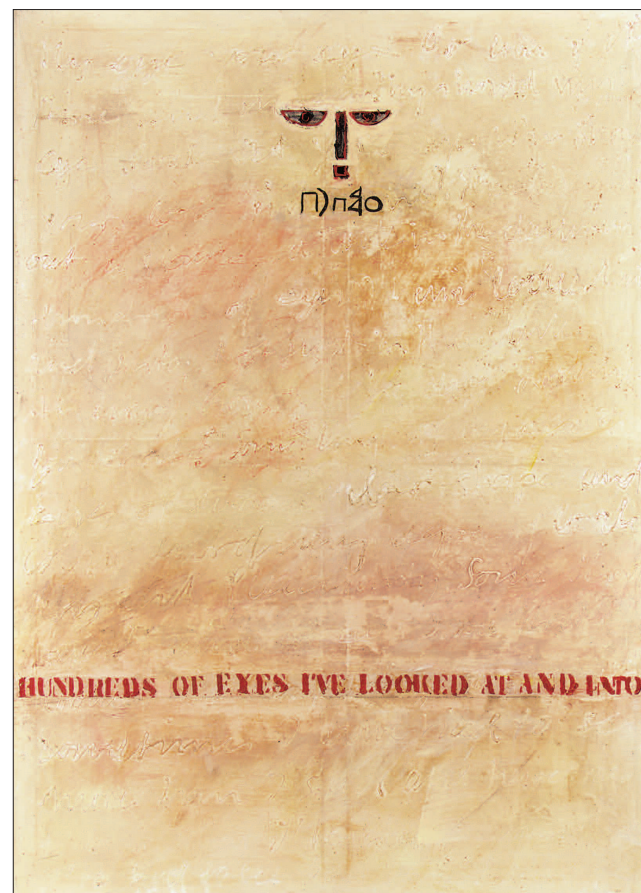
- Was macht die Persönlichkeit des Menschen
 aus und welche Faktoren beeinflussen sie?
- Was unterscheidet erfolgreiche Führungspersön-
 lichkeiten von anderen Führungskräften?
- Wie können lernende Organisationen ihr Wissen
 nachhaltiger an ihre Mitarbeiter vermitteln?
- Wie werden Unternehmen für intelligente
 Menschen attraktiver?
- Wie kann dieses Wissen bei der Auswahl
 und Förderung von Führungskräften
 genutzt werden?

Ziel des Projektes ist:

- Eine realistische Bestandsaufnahme eigener
 Führungspotentiale und möglicher Entwick-
 lungsschritte zu erarbeiten.
- Die Führungsrolle wollen, annehmen und
 aktiv gestalten.
- Als Führungskraft verantwortlich und
 wirkungsvoll handeln.
- Die persönlichen Stärken bewusst einsetzen
 und nutzen.
- Mit Persönlichkeit überzeugen.
- Mit Führungswillen und -anspruch bewusst
 und konstruktiv umgehen.

Der dreimodulige Boxenstopp lässt Sie als Füh-
 rungskraft Ihr Führungswissen verändern und neue
 Impulse für Ihren Führungsalltag mitnehmen. Sie
 erweitern und vertiefen Ihre Führungskompeten-
 zen durch konstruktiv-kritische Reflexion Ihrer
 Herausforderungen und Erfahrungen, durch die
 Aufnahme von neuen methodischen, theoretischen
 und fachlichen Impulsen und durch kolle-
 gialen Austausch.

Hundreds of eyes I've
 looked at and into ...
 Some that weren't
 alive at all. Some that
 looked like
 exploding universes.
 Text: Robert Lax
 Mischtechnik, 1999



SOMATIC EXPERIENCING

Doris Rothbauer
im dritten Jahr (für Fortgeschrittene):
Steven Hoskinson

Kursprache Deutsch, im dritten Jahr Englisch mit Übersetzung
36 Tage, November 2015 bis April 2018

Diese Weiterbildung ist zugänglich für Ärzte und Zahnärzte, Psychologen, Psychotherapeuten, Physiotherapeuten, Heilpraktiker, Masseur, Ergotherapeuten und Logopäden 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 *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 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 Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Symptome von Trauma im Körper ihrer Patienten 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 Teilnehmerinnen und 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 Teilnehmerinnen und 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, Sozialeinrichtungen und so weiter) zu nutzen.

Die drei Stufen bauen aufeinander auf, können jedoch getrennt gebucht werden.

Zum Abschluss der Weiterbildung erhalten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ein Zertifikat.

Bitte beachten Sie: Der Besuch eines Einführungskurses in die Traumatherapie Somatic Experiencing (siehe Seite 58) ist Voraussetzung für die Teilnahme an der Weiterbildung.

Bei Interesse schicken wir Ihnen gerne detaillierte Informationen zu.

EINFÜHRUNG IN DIE TRAUMATHERAPIE SOMATIC EXPERIENCING

Doris Rothbauer

Beschreibung siehe Seite 58.

Der Kurs bietet die Möglichkeit, die Voraussetzungen für die Teilnahme an den dreijährigen Weiterbildungen in Somatic Experiencing zu erfüllen.

DATEN & PREISE

Somatic Experiencing Beginn:

Mi., 11.11., 18.30 h – Di., 17.11.15, 14.00 h
Kursgebühr 4740 €, zahlbar in Raten pro Workshop, zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80.
Zum Erhalt des Zertifikats kommen noch Kosten für Selbsterfahrung in Einzelstunden sowie Supervision hinzu.

Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 80.15

Einführung in die Traumatherapie Somatic Experiencing

Fr., 5.6., 18.30 h – So., 7.6.15, 14.00 h
Kursgebühr 215 €, zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80

Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 150631

Sa., 17.10., 10.00 h – 17.30 h, – So., 18.10.15, 9.30 – 16.00 h
Kursgebühr 170 € ohne Vollpension
Ort: Psychosomatische Beratungsstelle, Richard-Wagner-Str. 9, 80333 München
Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 151040

AUSBILDUNGEN

AA 15.01

Mai 2015
bis Sommer 2020

AA 15.02

November 2015
bis Herbst 2020

AUSBILDUNG ZU PSYCHOLOGISCHEN PSYCHOTHERAPEUTINNEN UND PSYCHOTHERAPEUTEN

nach dem Psychotherapeutengesetz mit dem Schwerpunkt tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie

Dr. Wolf Büntig
sowie hochkarätige Gastlehrerinnen
und Gastlehrer

ZIST AKADEMIE

ZIST gründete im Juni 2010 die *ZIST Akademie für Psychotherapie* (ZIST Akademie), um das Gedankengut der Humanistischen Psychologie und die jahrzehntelange Erfahrung von ZIST in der Weiterbildung in Potentialorientierter Psychotherapie in einem staatlich anerkannten Ausbildungsinstitut zu verankern. Seit 2. November 2011 ist die *ZIST Akademie für Psychotherapie* nach dem Psychotherapeutengesetz staatlich anerkannt als Ausbildungsinstitut für tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie. Sie veranstaltet fünfjährige Teilzeitausbildungen zur Ausbildung von Psychologinnen und Psychologen zu approbierten Psychologischen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten.

Leiter der *ZIST Akademie für Psychotherapie* ist Dr. med. Dieter R. Horn. Er wird in allen inhaltlichen und strukturellen Fragen beraten und unterstützt vom Ausbildungsrat der ZIST Akademie.

Mitglieder des Ausbildungsrats der ZIST Akademie sind:

- Dr. med. Wolf Büntig, Arzt/Psychotherapie, Lehrtherapeut für tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie, Gestalttherapie, Bioenergetik und Balintgruppen.
- Dr. med. Dieter R. Horn, Facharzt für Allgemeinmedizin, Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Zusatzbezeichnungen Naturheilverfahren und Umweltmedizin.
- Gustl Marlock, Dipl.-Päd., Lehrtherapeut für tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie.
- Sebastian Peschke, M.A. Psychologie, Musik- & Theaterwissenschaft; Coach, Unternehmensberater und Therapeut.
- Die Sprecherin beziehungsweise der Sprecher der Psychologinnen und Psychologen in Ausbildung an der ZIST Akademie.

ZIEL DER AUSBILDUNG

Ziel der Ausbildung der ZIST Akademie ist die optimale Entfaltung des therapeutischen Potentials der Psychologinnen und Psychologen in Ausbildung durch herausragende Lehrer von hohem, zum Teil internationalem Rang in einem anspruchsvollen Curriculum.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sollen am Ende der Ausbildung

- *viel wissen* dank der integrativen Vermittlung des theoretischen Hintergrundes eines breiten Spektrums von Varianten moderner tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie.
- *viel können* 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.
- *viel sein* in dem Sinn, dass sie durch Selbsterfahrung persönlich gereift sind, aus eigener Erfahrung 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 aktivieren.

PRAKTISCHE TÄTIGKEIT

Zu Beginn der Ausbildung absolvieren die Teilnehmerinnen und Teilnehmer 1800 Stunden praktische Tätigkeit (PT), davon 1200 Stunden an psychiatrischen und 600 Stunden an psychosomatischen und Reha-Kliniken.

THEORETISCHE AUSBILDUNG

Methodischer 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 Teilnehmerinnen und Teilnehmer ausgeruht vom Wochenende zur Ausbildung kommen und am Wochenende nach dem Workshop Zeit zur Verdauung des Gelernten haben.

Die theoretische Ausbildung beinhaltet

- *theoretische Grundlagen* der Psychotherapie (etwa 12 %),
- *vertiefte theoretische Ausbildung* im Schwerpunktgebiet *tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie* (24 %) und die sogenannte
- *freie Spitze* (64 %).

Die theoretische Ausbildung ist in den Bereichen *theoretische Grundlagen* sowie *vertiefte theoretische Ausbildung* inhaltlich festgelegt. Die darüber hinausgehende sogenannte *freie Spitze* kann von den Instituten selbst bestimmt werden.

Die freie Spitze enthält an der ZIST Akademie

- Workshops zur Ergänzung des theoretischen Hintergrundes und zur Vermittlung des Handwerkszeugs 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;
- das Studium von während der Workshops erstellten Video-Mitschnitten der Demonstrationen sowie der zur Übung durch die Psychologinnen und Psychologen in Ausbildung kollegial geleiteten und supervidierten Therapiesitzungen;
- das Studium psychodynamischer und soziologischer Prozesse in Spielfilmen,
- den Austausch und die kollegiale Supervision in den Intervallen zwischen den Workshops sowie
- eine so geringe wie willkürliche Anzahl von Stunden für die Examensvorbereitung.

Die Seminare *Grundlagen der Psychotherapie* sowie *vertiefte theoretische Ausbildung* im Schwerpunktgebiet *tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie* sind beschränkt auf 15 Teilnehmerinnen und Teilnehmer. In den Seminaren mit Vorlesungscharakter werden zwei Gruppen von je 15 zu einer Gruppe von maximal 30 Teilnehmerinnen und Teilnehmern zusammengelegt.

DER LEHRKÖRPER

Die ZIST Akademie kooperiert in der theoretischen Ausbildung mit herausragenden Dozenten mit langjähriger Erfahrung in Praxis, Forschung und Lehre. Eine Liste der mit der ZIST Akademie kooperierenden Dozenten finden Sie im Internet unter www.zist-akademie.de und in der Beilage zur Broschüre ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE, die wir Ihnen auf Anfrage gerne zusenden.

AUSBILDUNG IN DER PRAXIS UNTER SUPERVISION (PA)

Für die Ausbildung in der Praxis unter Supervision gibt es zwei Möglichkeiten:

- die Institutsambulanz der ZIST Akademie und
- eine wachsende Anzahl an mit der ZIST Akademie kooperierenden Lehrpraxen im gesamten Bundesgebiet.

ALLEINSTELLUNGSMERKMALE DER AUSBILDUNG

Folgende Schwerpunkte sind kennzeichnend für die Ausbildung der *ZIST Akademie für Psychotherapie*:

Breiter theoretischer Hintergrund

Die Ausbildung integriert ein breites Spektrum von Verfahren einschließlich

- tiefenpsychologische Psychotherapie,
- tiefenpsychologisch fundierte Körperpsychotherapie (Reich, Lowen, Keleman)
- Verhaltenstherapie,
- Gesprächspsychotherapie (Rogers),
- Gestalttherapie (Perls),
- Hypnotherapie (Erickson),
- tiefenpsychologisch fundierte Traumatherapie (Butollo, Reddemann),

- phänomenologisch-systemische Familientherapie (Hellinger) und
- Kreativtherapien,
- Spiritualität sowie
- Arbeit mit modernen Medien.

Integrierte Selbsterfahrung

Lernen geschieht, das bestätigt die Hirnforschung, vornehmlich im Zusammenhang mit emotional relevanter Erfahrung. Wenn man Bergführer werden will, sind Gesteins- und Wetterkunde, Sicherungsmethoden und so weiter zwar wichtig, entscheidend ist jedoch die persönliche Erfahrung am Berg. Ebenso ist eine gründliche theoretische Vorbildung für den Beruf als Psychotherapeut zwar wichtig, entscheidend ist jedoch die persönliche emotionale Erfahrung und deren kognitive Integration in der Selbsterkundung. Deswegen wird an der ZIST Akademie die Gruppenselbsterfahrung weitgehend in die theoretische Ausbildung integriert und in der freien Spitze mehr Selbsterfahrung als offiziell gefordert vermittelt.

Die Lerngemeinschaft

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer leben während der Workshops zur theoretischen Ausbildung zusammen im Seminarzentrum ZIST Penzberg (Bedingung auch für Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus der näheren Umgebung), sie üben in Klient-Therapeut-Supervisor-Triaden miteinander, stellen einander in Abendseminaren über die Pflichtfächer hinausgehende theoretische Modelle und praktische Therapieverfahren durch Referate vor und arbeiten in den Intervallen in privat organisierten Treffen sowie Skype- oder Telefonkonferenzen miteinander.

KOSTEN DER AUSBILDUNG

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer finanzieren die Ausbildung größtenteils mit den Einkünften aus den von ihnen in Verantwortung und Verwaltung der ZIST Akademie auf Kosten der gesetzlichen Krankenkassen durchgeführten Behandlungsstunden.

Für die theoretische Ausbildung einschließlich der freien Spitze und der Gruppenselbsterfahrung, im Einzelnen für

- die Gruppenräume sowie deren Einrichtung und Nebenkosten,
 - die technische Einrichtung,
 - die Institutsbibliothek und das Lehrmaterial,
 - die Erstellung des Curriculums,
 - die Akquise, Honorare, Reisekosten sowie Unterkunft und Verpflegung der Dozenten,
 - die Einrichtung eines elektronischen Studienbuches,
 - die Herstellung von Informationsmaterial, Merkblättern und so weiter sowie für
 - die Organisation und Verwaltung,
- zahlen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer für die Dauer von 60 Monaten eine Rate von derzeit* monatlich 480 Euro. Wenn sie zu Beginn der Aus-

DATEN & PREISE

Ausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten

AA 15.01

Mai 2015 bis

Sommer 2020

AA 15.02

November 2015 bis

Herbst 2020

Einführung zur Ausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten

jeweils 10.00 h – 18.00 h

Sa., 21.3.15, Nr. 150300

Sa., 3.10.15, Nr. 151000

Kursgebühr: Kostenlos
Mittagessen, Obstkorb
und Pausengetränke 15 €

Ort/Anmeldung:

ZIST Penzberg

bildung einen Vorschuss von 3000 Euro beziehungsweise 6000 Euro leisten, reduziert sich die monatliche Rate derzeit* auf 410 Euro beziehungsweise 340 Euro.

Die Kosten für die Bearbeitung der Anmeldeunterlagen, das Bewerbungsgespräch und die Administration der Ausbildung sind in den monatlichen Raten enthalten.

Die ZIST Akademie bezahlt im Rahmen der praktischen Ausbildung aus den Leistungen der gesetzlichen Krankenkassen für die vorgeschriebenen 600 Behandlungsstunden

- die Fixkosten der Akademie für Räume, Raumnebenkosten, Einrichtung, Leitung, Verwaltung und so weiter,
- das Regelhonorar für die vorgeschriebenen 40 Stunden Einzelselbsterfahrung der Psychologinnen und Psychologen in Ausbildung,
- (die vorgeschriebenen 80 Stunden Gruppenselbsterfahrung der Psychologinnen und Psychologen in Ausbildung sind integrierter Teil der theoretischen Ausbildung und sind mit den dafür veranschlagten Raten abgegolten),
- je fünf Euro pro Stunde für die Miete eines Therapieraumes in der Institutsambulanz der ZIST Akademie beziehungsweise in einer Lehrpraxis andernorts,
- die Honorare der Lehrtherapeuten für 50 Stunden Einzelsupervision,
- die Honorare der Lehrtherapeuten für 100 Stunden Gruppensupervision,
- die Kostenerstattung für die Prüfer,
- alle eventuell anfallenden Gebühren sowie
- an die Psychologinnen und Psychologen in Ausbildung eine Vergütung von 50 % der Kassenleistung.

Bei einer angenommenen durchschnittlichen Kassenleistung von pauschal 80 Euro pro Stunde Patientenbehandlung, probatorischer Sitzung und Krisenintervention werden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer am Ende der Ausbildung bei 600 Behandlungsstunden je nach Vorschuss folgende maximale Gesamtkosten haben:

Vorschuss	0 €	3000 €	6000 €
Monatliche Rate	480 €	410 €	340 €
Gesamte Ausgaben	28800 €	27600 €	26400 €
Einnahmen durch Behandlung	24000 €	24000 €	24000 €
Max. Gesamtkosten	4800 €	3600 €	2400 €

*Preis Anpassungen vorbehalten.

ANMELDUNG

Bitte melden Sie Ihr Interesse an der Ausbildung im Sekretariat der ZIST Akademie an. Sie erhalten dann Informationen zum Antragsverfahren. Bitte richten Sie alle Fragen zur Ausbildung an Franziska Borth, Telefon 08856-936916.

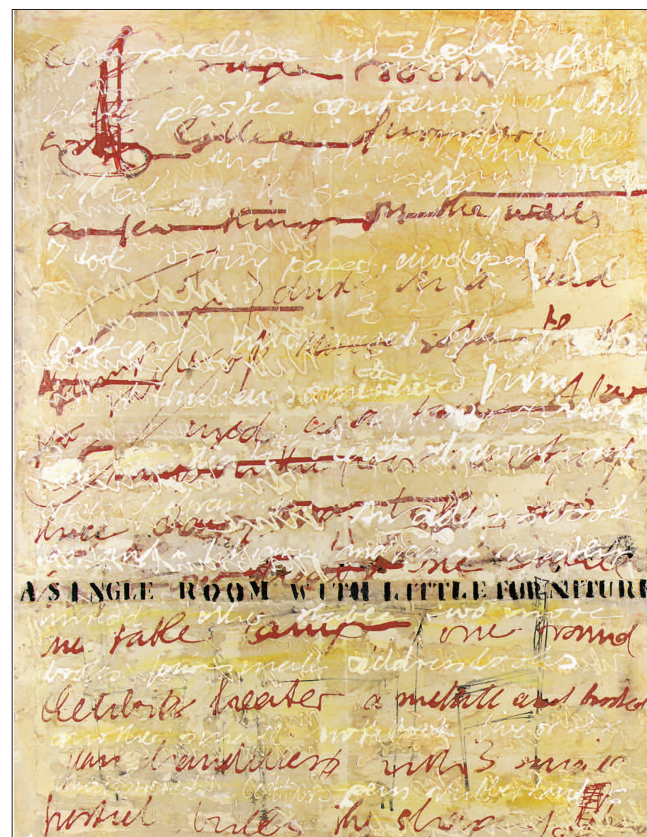
EINFÜHRUNG ZUR AUSBILDUNG ZU PSYCHOLOGISCHEN PSYCHOTHERAPEUTINNE UND PSYCHOTHERAPEUTEN

nach dem Psychotherapeutengesetz mit dem Schwerpunkt tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie

Dr. Dieter R. Horn und/oder Dr. Wolf Bütting

Beschreibung siehe Seite 57.

A single room
with little furniture
a few things on the walls,
a number of things on
two tables ...
Text: Robert Lax
Mischtechnik, 1999



**ERFÜLLUNG DURCH
GEERDETE SEXUALITÄT**

*Eine Einführung in die
Sexual Grounding Therapy*
Ingo Vauk

Die von Willem Poppeliers, einem holländischen Psychologen, entwickelte *Sexual Grounding Therapy* (SGT) ist eine systemische Körperpsychotherapiemethode mit tiefenpsychologischer Dimension, die auf die natürliche Entwicklung der menschlichen Sexualität und der sexuellen Liebeseffektivität im Verlaufe des ganzen Lebens fokussiert.

Im Beziehungsdreieck mit unseren Eltern bekommen wir unseren ersten Eindruck vom Wesen der Sexualität. Die Emotionen dieser frühen Erfahrungen beeinflussen unsere weitere sexuelle Entwicklung und natürlich die Art und Weise, wie wir in Beziehung stehen. Unsere sexuellen Vorstellungen stehen einer gelebten Sexualität oft im Weg, Beziehungen leiden.

Mithilfe der Sexual Grounding Therapy wird die Sexualität dorthin zurückgebracht, wo sie offenkundig stattfindet: heraus aus dem Kopf, in den Körper mit Herz und Genitalien und in ihrer ursprünglichen Unschuld und Neugierde.

In diesem Vortrag wird Poppeliers therapeutisches Konzept kurz vorgestellt und ein kleiner Einblick in die Prozessarbeit der von ihm entwickelten Sexual Grounding Therapy gegeben.

Für Interessenten am Workshop *Neugierde, Erregung, Unschuld und Regulation* (siehe Seite 25) ist dieser Vortrag eine gute Gelegenheit, einen ersten Eindruck zu gewinnen.

**WAS IST WERTLEGUNG?
WER IST NULL?**

Mischka Solonevich, M.Ed.

Zwei Pole, zwei Prinzipien des Potentials unseres Lebens, werden anhand eines Beispiels gezeigt: Die Wertlegung ist die innere Verbindung zu allem, worauf das Individuum Wert legt. Sie ist Teil der inneren Führung, wandelbar, teils unbewusst, die Berufung zum eigenen Leben. Sie kann auch so manche Tugenden enthalten. Je stimmiger sie wird, desto besser gibt die Wertlegung Wind in die eigenen Segel, fördert Fokus, Kreativität und Leichtigkeit. Der zweite Pol ist die innere Stille, die Verankerung im Kern des Seins, die andere Hälfte des Potentials des Menschen, die runde Null. Der eine wagt sich raus, der zweite führt nach Haus. Alles zusammen: das Wunder.

**EINFÜHRUNG IN MODERNE
BEWUSSTSEINSZENTRIERTE
KÖRPERPSYCHOTHERAPIE***

Dr. Christian Gottwald

Diese Art der Begleitung von Veränderungsprozessen in der Therapie und Individuationsarbeit berücksichtigt Ergebnisse der Hirnforschung, der Säuglingsforschung und der Psychotherapieforschung. Diese Arbeit erinnert damit an unsere antike Heilkultur in den zahlreichen Asklepiosheiligtümern. 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.

Voranmeldung telefonisch unter 089-89689424 oder an: info@gottwald-eidos.de

**MÖGLICHE AUSWIRKUNGEN
QUANTENTHEORETISCHER MODELLE
IN DER PSYCHOTHERAPIE***

Dr. Christian Gottwald

Die Hirnforschung erweitert seit einigen Jahren den Blick auf Veränderungsprozesse in der Therapie und Individuationsarbeit. Schon seit dem Beginn des vergangenen Jahrhunderts entwickeln Quantenphysiker Modelle, die eine hohe Übereinstimmung mit spirituellen Weltbildern haben. Aus der Perspektive einer bewusstseinszentrierten Körperpsychotherapie ist es naheliegend, die Ergebnisse der Hirnforschung aber auch die Modelle der Quantentheorie in das die Praxis bestimmende Welt- und Menschenbild aufzunehmen. Daraus abgeleitete, naturwissenschaftlich plausible Metaphern erleichtern es manchen Menschen, eine Bewusstseinspraxis zu integrieren, die im Osten seit 2500 Jahren praktiziert wird. Die mit dem Wortstamm des griechischen Wortes Holon (Ganzheit) verwandten Begriffe – heilen, erholen, wohl sein, das englische health (Gesundheit) und auch das Wort heilig – werden in ihrem Zusammenhang noch verständlicher.

Nach dem Vortrag ist noch ein geselliger Austausch bei Wein, Käse und Brot möglich. Deshalb bitten wir um Voranmeldung telefonisch unter 089-89689424 oder an: info@gottwald-eidos.de

DATEN & PREISE

**Erfüllung durch
geerdete Sexualität**

Fr., 23.1.15, 19.00 h
Gebühr 10 €
Ort: Psychosomatische
Beratungsstelle,
Richard-Wagner-Str. 9,
80333 München
Anmeldung ist
nicht erforderlich.

Was ist Wertlegung?

Mi., 4.2.15, 19.00 h
Gebühr 10 €
Ort: Psychosomatische
Beratungsstelle,
Richard-Wagner-Str. 9,
80333 München
Anmeldung ist
nicht erforderlich.

**Einführung in moderne
bewusstseinszentrierte
Körperpsychotherapie***

Mi., 11.2.15, 19.30 h
Mi., 7.10.15, 19.30 h
Gebühr jeweils 15 €
Ort: EIDOS-Haus,
Wehnerstr. 23,
81243 München

**Mögliche Auswirkungen
quantentheoretischer
Modelle in der
Psychotherapie***

Mi., 22.4.15, 19.30 h
Gebühr 20 €
Ort: EIDOS-Haus,
Wehnerstr. 23,
81243 München

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

DATEN & PREISE

**Sterben lernen –
leben lernen***

**Do., 23.4.15,
18.00 h – 19.45 h**
Gebühr 10 €

Ort: Psychosomatische
Beratungsstelle,
Richard-Wagner-Str. 9,
80333 München
Anmeldung ist
nicht erforderlich.

**Von der Einsicht
zum Handeln***

Do., 21.5.15, 19.00 h
Gebühr 10 €

Ort: Psychosomatische
Beratungsstelle,
Richard-Wagner-Str. 9,
80333 München
Anmeldung ist
nicht erforderlich.

Sucht*

**Do., 29.10.15,
18.00 h – 19.45 h**
Gebühr 10 €

Ort: Psychosomatische
Beratungsstelle,
Richard-Wagner-Str. 9,
80333 München
Anmeldung ist
nicht erforderlich.

**Psychopharmaka –
Hilfe oder Gift?***

**Der Vortrag findet im
November 2015 statt.
Der genaue Termin wird
auf unserer Webseite
bekanntgegeben.**

Gebühr 10 €
Ort: Psychosomatische
Beratungsstelle,
Richard-Wagner-Str. 9,
80333 München
Anmeldung ist
nicht erforderlich.

STERBEN LERNEN – LEBEN LERNEN*

Dr. Wolf Büntig

Über das Loslassen vom Schein und das Nehmen
des Seins.

VON DER EINSICHT ZUM HANDELN*

Dr. Josef Schönberger

Manchmal wissen wir, was uns gut tut, und tun es
nicht. Manchmal erkennen wir, was uns schadet,
und tun es doch. Wieso handeln wir gegen unser
Wissen? Wie gelingt es, nach unserer Einsicht zu
handeln?

SUCHT*

Dr. Wolf Büntig

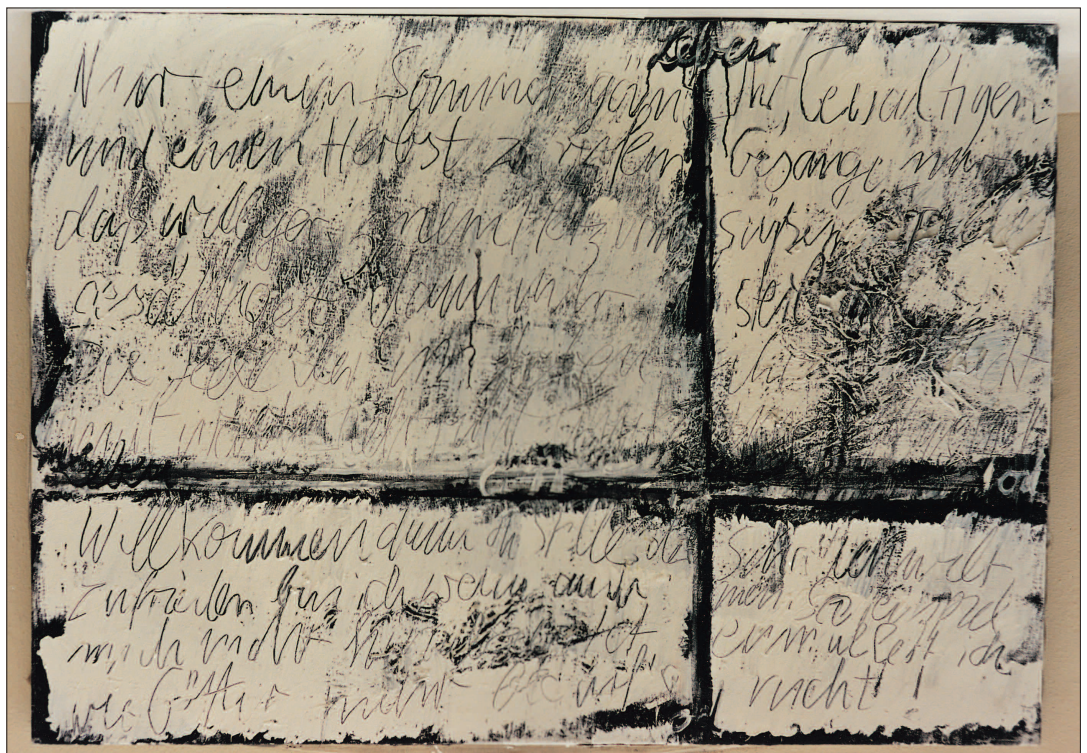
Über den vergeblichen Versuch, ein wesentliches
Bedürfnis mit Ersatz zu stillen.

PSYCHOPHARMAKA – HILFE ODER GIFT?*

Dr. Dieter R. Horn

Was kann ich tun, um meine Seele selbst im
Gleichgewicht zu halten?

Nur einen Sommer
Aus: An die Parzen,
Friedrich Hölderlin
Mischtechnik, 1997



EINFÜHRUNGS- UND AUSWAHLWORKSHOP ZUR BERUFSBEGLEITENDEN FORTBILDUNG IN KUNSTTHERAPIE

Regine Helke

Dieser Workshop wendet sich an Fachkräfte aus den Heil- und Sozialberufen, die eine Erweiterung ihrer fachlichen Kompetenz im Erschließen ihres eigenen kreativen Potentials suchen.

Die Arbeit mit bildnerischen Mitteln im eigenen Prozess und der Besprechung in der Gruppe geben einen Einblick in die Initiatische Arbeit in der Kunsttherapie.

Der Einführungsworkshop dient dazu,

- die Arbeitsweise in Kunsttherapie theoretisch wie praktisch zu erfahren,
- die Erfahrung von Kreativität zu schmecken sowie die Sinne zu kultivieren,
- die Leiterin und den Veranstaltungsort kennenzulernen und vertiefte Informationen zur Fortbildung zu bekommen.

In diesen Tagen wird eine gegenseitige Entscheidung für die zweijährige Fortbildung reifen können. Der Kurs kann auch als Einzelworkshop besucht werden. Die Kursgebühr des Einführungs- und Auswahlworkshops ist nicht im Preis der Fortbildung enthalten.

TAKETINA – SCHNUPPERTAG

Sabine Bundschu

Margarete Bundschu (Surdo)

Hier haben Sie Gelegenheit, die von Reinhard Flatischler entwickelte Rhythmische Körper-Bewusstseinsarbeit TaKeTiNa und Sabine Bundschu bei der Arbeit kennenzulernen, bevor Sie sich bei ihr zu einer wöchentlichen Übungsgruppe oder in ZIST zu einem Workshop mit Wolf Büntig anmelden, bei dem TaKeTiNa eingesetzt wird.

ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE EINFÜHRUNG ZUR AUSBILDUNG ZU PSYCHOLOGISCHEN PSYCHOTHERAPEUTINEN UND PSYCHOTHERAPEUTEN

nach dem Psychotherapeutengesetz mit dem Schwerpunkt tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie

Dr. Dieter R. Horn und/oder Dr. Wolf Büntig

An den Einführungstagen können an der Ausbildung der *ZIST Akademie für Psychotherapie* interessierte Psychologinnen und Psychologen

- Dr. Dieter R. Horn und/oder Dr. Wolf Büntig, als Leiter der Ausbildung beziehungsweise Mitglieder des Ausbildungsrats,
- die TaKeTiNa Selbsterfahrung in einer Kostprobe sowie
- das Seminarzentrum ZIST Penzberg und die Umgebung kennenlernen und
- alle Fragen stellen, die sie bewegen.

EINFÜHRUNG ZUR WEITERBILDUNG POTENTIALORIENTIERTES COACHING

Wolf Büntig und Andrea Stemberger

Hier stellen sich die Leiter der Weiterbildung *Potentialorientiertes Coaching* vor und geben vertiefte Informationen zu den Inhalten. Sie können

- einen Vorgeschmack von der Arbeitsweise der Leiter bekommen,
- die Rhythmische Körper-Bewusstseinsarbeit TaKeTiNa erfahren,
- künftige Kolleginnen und Kollegen kennenlernen sowie
- einen Eindruck von der Atmosphäre von ZIST und seiner ganzheitliches Lernen unterstützenden Umgebung gewinnen.

Erst nach dieser Schnuppersitzung entscheiden Sie sich für die Weiterbildung.

DATEN & PREISE

Einführungs- und Auswahlworkshop zur berufsbegleitenden Fortbildung in Kunsttherapie

Fr., 30.1., 18.30 h –

Mo., 2.2.15, 14.00 h

Kursgebühr 340 €

zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80

Ort/Anmeldung: ZIST

Penzberg Nr. 150133

TaKeTiNa – Schnuppertag

jeweils 10.00 h – 17.00 h

So., 8.2.15, Nr. 150240

So., 27.9.15, Nr. 150940

Kursgebühr jeweils 90 €

Ort: Ballettzentrum

Schwabing,

Franz-Joseph-Str. 38,

80801 München

Anmeldung:

ZIST Penzberg

Einführung zur Ausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen

und Psychotherapeuten jeweils 10.00 h – 18.00 h

Sa., 21.3.15, Nr. 150300

Sa., 3.10.15, Nr. 151000

Kursgebühr: Kostenlos

Mittagessen, Obstkorb

und Pausengetränke 15 €

Ort/Anmeldung:

ZIST Penzberg

Einführung zur Weiterbildung Potentialorientiertes Coaching

jeweils 14.30 h – 18.00 h

Fr., 17.4.15, Nr. 150432

Di., 6.10.15, Nr. 151034

Gebühr: Kostenfrei

Ort/Anmeldung: ZIST

Penzberg

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

DATEN & PREISE

Einführung in das Enneagramm der Persönlichkeit und das SAT Programm
Mi., 3.6., 18.30 h – Fr., 5.6.15, 16.30 h
 Kursgebühr 280 € zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80
 Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 150636

Einführung in die Traumatherapie Somatic Experiencing
Fr., 5.6., 18.30 h – So., 7.6.15, 14.00 h
 Kursgebühr 215 € zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80
 Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 150631
Sa., 17.10., 10.00 h – 17.30 h, – So., 18.10.15, 9.30 – 16.00 h
 Kursgebühr 170 € ohne Vollpension
 Ort: Psychosomatische Beratungsstelle, Richard-Wagner-Str. 9, 80333 München
 Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 151040

Einführung in Das Neuroaffektive Beziehungsmodell
Do., 23.7., 18.30 h – So., 26.7.15, 14.00 h
 Kursgebühr 325 € zuzüglich Vollpension, siehe Seite 80
 Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 150736

EINFÜHRUNG IN DAS ENNEAGRAMM DER PERSÖNLICHKEIT UND DAS SAT PROGRAMM

Katrin Reuter und Cherif Chalakani

Dieser theoretische und erfahrungsorientierte Einführungsworkshop 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 des Enneagramms 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 im Oktober 2015 in ZIST.

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 Teilnehmerinnen und Teilnehmer 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 nächste Weiterbildung beginnt im November 2015.

EINFÜHRUNG IN DAS NEUROAFFEKTIVE BEZIEHUNGSMODELL (NARM)

Doris Rothbauer

Kursprache ist Deutsch. Gegebenenfalls mit englischer Übersetzung.

Diese Einführung ist für psychotherapeutisch tätige Menschen, die an der Fortbildung *Das Neuroaffektive Beziehungsmodell (NARM)* interessiert sind und nicht mindestens ein Jahr Weiterbildung in Somatic Experiencing absolviert haben. Folgende Inhalte werden in Theorie und praktischen Übungen vermittelt:

- Prinzipien der Selbstregulierung.
- Regulierung des autonomen Nervensystems.
- Die Rolle von Körper und Nervensystem bei der Entstehung von Entwicklungs-trauma.

Im November 2015 beginnt die nächste Fortbildung NARM. Bei Interesse senden wir Ihnen gerne detaillierte Informationen zu.

DIE ZIST MILONGAS

Johannes Feuerbach

Während der Gruppenzeit *Tango, Selbsterfahrung und Urlaub* wird für Gäste an drei Abenden jeweils eine Praktika mit anschließender Milonga stattfinden. In der Praktika gibt es eine kurze, erfahrungsorientierte Einführung in *Beziehung, die man tanzen kann* und es kann ein einfacher Schritt gelernt werden. In der Milonga wird *geschwoft*.

Die Abende stehen allen offen. Einzelne und Paare sind gleichermaßen willkommen. Johannes Feuerbach freut sich auch über den Besuch von ehemaligen Teilnehmerinnen und Teilnehmern.

Wegen des Parketts bitte keine Pfennigabsätze.

BENEFIZ KONZERT FÜR ZIST PULSE SANCTUARY

Neue Musik für Rhythmische Stimme und Rahmentrommeln

Glen Velez TA KA DI MI Projekt featuring LOIRE (Lori Cotler)

Wir leben in einer pulsierenden Welt und tragen einen stillen Puls in unserem Inneren. Dieser rhythmische Tanz ist unsere geheimnisvollste, sensitivste und instinktivste Verbindung miteinander. Alle Emotionen sind pulsierende Energie. Das Lachen ist pulsierende Freude. Das Weinen ist pulsierende Traurigkeit. Begleiten Sie uns, wenn wir uns mit dem Herzschlag der Erde synchronisieren.

www.glenvelez.com

www.loirevox.com

Der Erlös kommt notwendigen Renovierungsarbeiten in ZIST zugute.

DATEN & PREISE

Die ZIST Milongas

Mo., 3.8.15

Di., 4.8.15

Mi., 5.8.15

Praktika 20.00 h – 21.00 h,

danach Milonga

(bis etwa 23.30 h)

Gebühr jeweils 10 €,

Bezahlung beim

Kursleiter

Ort: ZIST Penzberg

Anmeldung ist

erforderlich.

Pulse Sanctuary

Mi., 1.4.15, 20.00 h

Ort: Schlossberghalle

Vogelanger 2

82319 Starnberg

Vorverkauf über

info@zist.de 18 €*

Abendkasse 22 €

Anmeldung ist nicht

erforderlich.

*Bitte überweisen Sie uns unter Angabe Ihrer Postadresse sowie des Verwendungszwecks *ZIST Konzert Nr. 150402* den entsprechenden Betrag bis (Zahlungseingang) 26. März 2015. Wir senden Ihnen Ihre Karten dann auf dem Postweg zu.



Where do I begin
where do I leave off
Where do You begin
where do You leave off
Gedicht: Robert Lax
Mischtechnik, 1999



Gustl Marlock

KÖRPERPSYCHOTHERAPIE UND HUMANISTISCHE PSYCHOLOGIE

Gustl Marlock, Frankfurt

Ihrer Herkunft und ihrem Anspruch nach ist die Körperpsychotherapie ein Hybrid. Zum einen ein tiefenpsychologisches Verfahren und eine Kunst, deren Vermögen vor allem darin besteht, emotionale Tiefenschichten des menschlichen Erlebens zu erforschen und dem menschlichen Selbst aus den unbewussten Beeinträchtigungen und Fixierungen an die unglücklichen Anfänge der eigenen Geschichte herauszuhelfen und Neuanfänge zu wagen. Mitunter muss man in einer Welt, in der sowohl das Essen wie auch das Denken in Lightversionen verkauft wird, daran erinnern, dass dies leichter gesagt ist als getan. Es geht um nicht weniger als die Auflösung und das Verlernen basaler affektmotorischer Schemata mit den dazugehörigen Überzeugungen und Beziehungserwartungen. Diese sind, abgesehen von ihrer unbewussten Natur, nach Auskunft der Gehirnforscher so tief im emotionalen Erfahrungsgedächtnis des limbischen Systems verankert, dass prominente Neuropsychologen wie Joseph LeDoux oder Gerhard Roth daran zweifeln, ob an ihnen überhaupt etwas zu ändern ist. In meiner eigenen nicht-neuropsychologischen Terminologie erklärt sich die Resistenz dieser Schemata aus zwei Momenten,

a) daraus, dass sie Anpassungs- und Überlebensstrategien beinhalten, die uns dabei geholfen haben, die Dramen unserer Kindheit mit all ihren defizitären, schmerzhaften, einschränkenden und verrückten Beziehungskonstellationen zu überstehen, und

b) weil sie identitätsstiftend sind. Das heißt, wie eingeschränkt auch immer wir uns in unserer emotionalen und psychischen Struktur wahrnehmen, so gibt sie uns doch ein Gefühl zu wissen, wer wir sind, was wir können und was nicht, welche unserer Wünsche und Bedürfnisse *realistisch* sind und wie weit es sinnvoll erscheint, uns auf andere und die Welt einzulassen. In der Sprache existenziellen Humors gesprochen heißt das, dass wir uns innerhalb unserer körperlich-seelischen Struktur immer auch ein wenig *wie zu Hause füh-*

len. Es ziehen in der Regel nur diejenigen aus, die es zu Hause nicht gut aushalten oder von so viel Neugier, Abenteuerlust und Wachstumsmotiven getrieben sind, dass sie bereit sind, sich ohne gesicherte Landkarte auf die offene See zu begeben und das Risiko, irgendwohin getrieben zu werden, auf sich nehmen.

Damit sind wir schon bei dem zweiten Identitätsaspekt der Körperpsychotherapie. Ihre historische Rehabilitation hatte sie im Rahmen der Humanistischen Psychologie, also der Bewegung innerhalb des psychotherapeutischen Feldes, die als *Dritte Kraft* zwischen Psychoanalyse und Behaviorismus berühmt wurde und die Psychotherapie vor allem in den 60er- und 70er-Jahren mit einer großen Inspiration erneuerte, die bis heute nachwirkt. Als Teil der Humanistischen Psychologie verfügt die Körperpsychotherapie über einen perspektivischen Horizont und ein Menschenbild, die weit über die pathologieorientierten Ansätze der klassischen Verfahren hinausgehen. Wachstum und Selbstaktualisierung des menschlichen Potentials gehören unabdingbar zu ihren paradigmatischen Grundlagen. Sicherlich kann man aus heutiger Sicht einige der theoretischen Konstruktionen der Humanistischen Psychologie nicht ungebrochen und kritiklos als so selbstverständlich ansehen, wie es in der frühen Aufbruchphase einmal der Fall gewesen ist. So machte die Betonung der Bedürfnisse und ihrer Befriedigung, die in Abraham Maslows Theorie zu lesen ist, Sinn auf dem Hintergrund einer noch lustfeindlichen, repressiven Verfasstheit des euro-amerikanischen Kulturraums. In dem entwickelten Schlaraffenland des postmodernen Konsumkapitalismus ist die Reizung der Bedürfnisse und die Propaganda, wonach menschliches Glück wesentlich auf der umfassenden Befriedigung unserer Bedürfnisse beruht, dagegen allgegenwärtig. In diesem Kontext liegt sicher ein wesentlicher Aspekt der Maslowschen Theorie, der mehr als revisionsbedürftig ist. Bedürfnisse per se sind aus einer gegenwartskritischen Perspektive auf keinen Fall als emanzipatorische Kategorie zu sehen, im

"... Es gibt kaum eine Grundform therapeutischer Mythologie,
die sich so zäh hält und in unzähligen Varianten
immer wieder in Neuauflagen erscheint,
wie diese im Kern materialistische Hoffnung,
die flüchtige und flüssige menschliche Seele
über ihr materielles Substrat letztendlich doch form-
und damit beherrschbar zu machen. ..."

Gegenteil. Es wäre herauszufinden, wo Bedürfnisbefriedigung als Ultima Ratio Menschen schwächt und manipulationsfähig an die alternativlose Immanenz einer globalen Kultur, in der alles zur Ware wird, bindet. Die Frage, welche Bedürfnisse überhaupt Chancen der Selbstwerdung oder -aktualisierung beinhalten, ist sicher nicht leicht und vorschnell zu beantworten. Dazu müssten wir an den aus guten Gründen nicht vollständig explizierten Kern des Maslowschen Selbstbegriffs anknüpfen und die Frage stellen, wie ein Selbst, das sich durch Eigensinn Autonomie und der in seinem Spätwerk skizzierten, über das konventionelle Ganze hinausweisenden seinsorientierten Offenheit und Transzendenz ausweist, überhaupt zu denken, zu fassen oder aufzuspüren sind.

Auch Maslows berühmter Entwurf einer Hierarchie der Bedürfnisse, der erstaunlicherweise nicht in der therapeutischen Welt, sondern in der Coaching Branche überlebt hat, ist auf dem Hintergrund der heutigen kulturellen Situation mit Vorsicht zu genießen. Allzu leicht kann sie als Rechtfertigung gelesen werden, die Frage nach dem Sinn, dessen was wir tun, auf den Tag zu verschieben, an dem unsere Wünsche nach Sicherheit und Anerkennung weitestgehend befriedigt sind. Das kann unter Umständen lange dauern angesichts der permanenten Destabilisierung der Lebensverhältnisse in einer entgrenzten Welt, in der die Gesetze der Kapitalakkumulation umfassend werden. Dieser Teil der Maslowschen Bedürfnistheorie musste darüber hinaus in den vergangenen Jahrzehnten nicht selten zur Tarnung von grandios-narzisstischen Selbstbildern und -entwürfen erhalten. Auf den nicht unwesentlichen Unterschied zwischen Selbst und Selbstbildern komme ich gleich noch mal zurück.

Davor will ich zumindest andeuten, dass eine körperlich fundierte Psychotherapie mit besonderen Schwierigkeiten und Tücken zu rechnen hat. Im Gegensatz zu den Fraktionen der therapeutischen Zunft, die nur mit dem immateriellen Substrat der Psyche arbeiten, verführt uns die Materialität be-

stimmter Aspekte des Körpers wie Atmung, Muskeltonus, Erregungsniveau, Haltung et cetera nicht selten dazu, zu denken, dass, wenn wir diese ändern, der psychische Rest von alleine nachzieht. Es gibt kaum eine Grundform therapeutischer Mythologie, die sich so zäh hält und in unzähligen Varianten immer wieder in Neuauflagen erscheint, wie diese im Kern materialistische Hoffnung, die flüchtige und flüssige menschliche Seele über ihr materielles Substrat letztendlich doch form- und damit beherrschbar zu machen. Meine persönlichen und meine therapeutischen Erfahrungen zeigen in eine andere Richtung: dass nur, wenn die affektmotorischen Schemata und ihre verschiedenen somatischen wie geistigen Aspekte, aber vor allem deren emotionale oder affektive Kerne wiederbelebt und durchgearbeitet werden, tiefgreifende Veränderungen zu erwarten sind. Gerade wegen der Materialität ihres Gegenstandes läuft die Körperpsychotherapie in ihrem Selbstverständnis Gefahr, kategorialen Missverständnissen aufzusitzen. Dann tendiert sie dazu, zu vergessen, dass wir es mit der Aufklärung und Entfaltung menschlicher Subjektivität zu tun haben und nicht, wie bei naturwissenschaftlich begründeten Prozeduren, mit der Beeinflussung vermessbarer und quantifizierbarer Objekte.

Hier gilt es, sich an zweierlei zu erinnern. Zum einen an die von den Leibphilosophen ins Spiel gebrachte fundamentale Unterscheidung zwischen Körper haben und Leib sein. Im Leibbegriff ist trotz der Fragwürdigkeit der katholischen Ober-töne nicht der objektivierbare Körper, den ich sehen, bewegen, empfinden und manipulieren kann, angesprochen, sondern, wie Thomas Fuchs das formuliert hat, vielmehr das subjektive Vermögen zu sehen, zu berühren und zu empfinden. Er ist kein Objekt in der Welt, sondern das Vermögen, das mir die Welt erst eröffnet. Gerade die basalen, immer körperlich fundierten Vermögen der Selbst- und Weltwahrnehmung werden aber durch Fremd- und Selbstmanipulation erheblich unterminiert. Mit dem Begriff der Selbstmanipulation sind

... Im Gegensatz zu den Fraktionen der therapeutischen Zunft, die nur mit dem immateriellen Substrat der Psyche arbeiten, verführt uns die Materialität bestimmter Aspekte des Körpers wie Atmung, Muskeltonus, Erregungsniveau, Haltung, et cetera nicht selten dazu, zu denken, dass, wenn wir diese ändern, der psychische Rest von alleine nachzieht. ...

... Das Kriterium, an dem sich die Qualität von Körperpsychotherapie demnach zu messen hat, ist nicht wie spektakulär sie sich gibt, sondern in welchem Maß sie unseren Selbstkontakt und damit ein gefühltes und gespürtes Wissen darum, wer wir sind, fördert. Die Wiederbelebung des Selbst und die Erweiterung der Fähigkeiten zur Selbstregulation basieren auf einem umfassenden Selbstkontakt und entstehen nicht infolge methodischer Interventionen oder Operationen. ...

"... Wenn die Körper- und die seelischen
Gefühlsbewegungen zur Rohmasse
des Selbstdesigns werden, wird die Basis von Subjektivität unterminiert,
weil diese sich – Fritz Perls hat es vorformuliert –
nur im sinnlichen Selbstgewahrsein erschließt und entfaltet. ..."

wir beim zweiten Aspekt, den eine Körperpsychotherapie, die an dem Anspruch festhält, sich selbst weiterhin im Kontext gesellschaftlicher Entwicklung zu reflektieren, zu beachten hätte. Dies liefe darauf hinaus zu begreifen, wie umfassend wir, die postmodernen Individuen, von einer vor allem massenmedial produzierten Matrix vereinnahmt sind, die unsere Seelen mit narzisstischen Imagos der Leichtigkeit, des Erfolgs, der Attraktivität und des Glücks bombardieren. Wir sind umgeben von Myriaden von Bildern, die uns von früh an darüber informieren, was angesagt ist, wie wir uns zu bewegen haben, wie wir gestimmt sein sollen, was wir zu fühlen, zu sagen, zu tun und vor allem zu konsumieren haben, um dazuzugehören und in den verschiedenen Scheinwerferlichtern gesellschaftlicher Anerkennung zu glänzen. Die Bilder, denen wir ausgesetzt sind, sind allgegenwärtig und überwältigend, sie brauchen nicht introjiert zu werden, sie infiltrieren die menschliche Psyche ohne Passierschein. Sie beinhalten sensomotorische und affektive Muster des Glücks und des narzisstischen Erfolgs, die unbewusst zu basalen Orientierungsmarkern werden. Gemessen an dem, was sie uns vorspiegeln, sind wir nur mittelmäßige Prototypen, die vor allem eins, nämlich verbesserungswürdig sind.

Folglich neigen wir dazu, alles Mögliche zu tun, um unsere Körper und Seelen zumindest ansatzweise den Imagos des Glücks und gelungenen Lebens anzugleichen, auch mittels körperlicher Selbstästhetisierung; dazu gehört ein ganzes Spektrum, von Fitness über Styling bis hin zu plastisch-chirurgischen Eingriffen. Die psychischen Formen von Selbstmanipulation sind subtiler. Sie beinhalten vor allem unbewusste und oft charakterlich fixierte Abwehroperationen, durch die das Selbst in narzisstisch-glänzende, geliebte und zur Schau gestellte Anteile und in ungeliebte, oft kaschierten Anteile, in denen die Kränkungen und Niederlagen und das Leid menschlicher Existenz gefangen bleiben, aufgespalten wird.

Warum aber ist die Depression, auch klinisch eines der weitverbreitetsten Symptome unserer Zeit, der Zwilling des narzisstischen Persönlichkeitsstils? Vielleicht weil das, was in den narzisstischen Inszenierungen eigentlich gesucht wird, nämlich ein

erhöhtes Selbst- und Lebensgefühl, sich nur kurzfristig einstellt und alles andre als nachhaltig ist.

Die Orientierung an einem Image oder anders formuliert visuellen Körper- und Selbstbilds, unterminiert den fühlenden Kontakt und Selbstbezug; Bild und Selbstgefühl verhalten sich in diesem Zusammenhang wie Antagonisten. Wir spüren das, wenn wir narzisstische Inszenierungen als künstlich oder hohl erleben. Design kann Objekte gestalten, unser Gefühl als basale Ausdrucksebene unseres spontanen und subjektiven Selbst- und Weltverhältnisses und damit einer intelligenten organismischen-seelischen Orientierung und Regulation lässt sich darüber Gott sei Dank offensichtlich nicht grundlegend manipulieren. Darin dürfte der Grund liegen, weshalb zum Beispiel chirurgisch-plastische Selbstdesigner vielfach zu Serientätern werden und auf diesem Weg oft an die Grenze der Selbstverstümmelung geraten.

Wenn die Körper- und die seelischen Gefühlsbewegungen zur Rohmasse des Selbstdesigns werden, wird die Basis von Subjektivität unterminiert, weil diese sich – Fritz Perls hat es vorformuliert – nur im sinnlichen Selbstgewahrsein erschließt und entfaltet.

Zu den aufgrund ihrer Medizinalisierung zu wenig beachteten Besonderheiten der modernen Tiefenpsychologie gehört die Einsicht, dass das menschliche Selbst vor allem unter den verschiedenen Formen der Zumutungen und Vereinnahmung durch die Kultur leidet und sich in diesem Kontext meist symptomatisch unter starker Einbeziehung des Körpers zu Wort meldet. Das war schon so am Beginn der Psychoanalyse zu Beginn des 20. Jahrhunderts. Die Art und Weise, wie die junge Psychoanalyse die unverständliche Symptomsprache der Hysterie entzifferte, kann auch als kritischer Kommentar zum viktorianischen Zeitalter gelesen werden. Es waren vor allem sensible und intelligente junge Frauen, die eingezwängt in ein enges Rollenkorsett daran gehindert waren, sich in selbstbestimmter Weise zu entfalten, sowohl was ihre Sexualität als auch ihre Möglichkeiten zu mehr autonomen Lebensentwürfen betraf.

In der postmodernen Situation stehen wir vor der Aufgabe, andere vorherrschenden Symptommatiken

auf dem Hintergrund eines veränderten gesellschaftlichen Kontextes neu zu dechiffrieren. Die weitverbreiteten Formen von Depression und Angst- und Panikstörungen, die allesamt ebenso wie die psychosomatischen Störungen eine starke körperliche Komponente haben, verweisen auf neue Zusammenhänge, die zur Zeit eher von Philosophen und Soziologen als von Therapeuten erörtert werden. Der französische Soziologe Alain Ehrenberg hat darauf hingewiesen, dass dem Einzelnen in der Postmoderne zunehmend die Verantwortung für das Gelingen seines Lebens zukommt, bei gleichzeitiger Verringerung der Lebenschancen, vor allem was Arbeit und wirklich selbstbestimmte Lebensräume betrifft. Der deutsch-koreanische Philosoph Byung-Chul Han besteht demgegenüber auf dem allgegenwärtigen Leistungsdruck als Ursache der depressiven Erschöpfungen. Ich würde vorschlagen, zwei weitere Aspekte hinzuzuziehen. Erstens die Renaissance von technokratisch durchrationalisierten, hochgradig autoritären Strukturen in weiten Teilen der Arbeitswelt und den Bildungsinstitutionen. Und zweitens die vorher angesprochene Kolonialisierung der menschlichen Psyche mit Bildern narzisstischer Grandiosität und Perfektion, die zu unseren Ich-Idealen werden und die wir natürlich ständig verfehlen und im realen Leben an ihnen scheitern.

Um zu verstehen, worauf es in diesem Kontext in der unmittelbaren therapeutischen Arbeit ankommt, ist es hilfreich, an ein Grundaxiom der Leibphilosophie zu erinnern. Die Leibphilosophen haben darauf verwiesen, dass das Leben sich erst erschließt, wenn wir es an uns selbst verspüren und von ihm betroffen sind. Erst im pathischen und affizierbaren, also im empfindsamen, verletzlichen und beeindruckbaren Dasein wird uns die Fülle und damit der Reichtum der menschlichen Existenz zugänglich. Körperpsychotherapie, die die grundlegende pathische Gestimmtheit menschlicher Subjekte anerkennt, muss sich davor hüten, Effekte zu erzielen und Gefühlszustände zu manipulieren. Statt dessen kommt es vielmehr auf einen eher untechnischen Prozess an, der die Gestimmtheit und die Gefühle des Klienten anerkennt, sie als Mitteilungen des Organismus oder der Seele ernst nimmt und versucht, den Sinn ihrer impliziten Mitteilungen zu entschlüsseln. Dies gelingt vor allem den Patienten nur im fühlenden Selbstkontakt; und wenn sich darüber hinaus im Laufe der Selbstexploration die körperlich fundierte Gefühlsabwehr lockert und es zu einer Reassoziationsabgewehrter Selbstanteile kommt. Der therapeutische Gewinn besteht in zunehmender Selbstkohäsion, Selbstregulation und Authentizität.

Maslow hat im Bezug auf Selbstaktualisierung die Qualität der Authentizität betont. Die Textpassagen, in denen er über authentische Menschen spricht, haben ähnlichen Flaschenpostcharakter wie jene grundlegende Anmerkung, die Reich in seiner *Charakteranalyse* über die Psychoanalyse hinausgehend formuliert hat: dass beim Verdrän-

gungsvorgang – das betrifft im Grunde alle Abwehrformen – zur Verdrängung und dem Verdrängen ein drittes Element hinzukommt, nämlich der Verlust von Kontakt. Das Kriterium, an dem sich die Qualität von Körperpsychotherapie demnach zu messen hat, ist nicht wie spektakulär sie sich gibt, sondern in welchem Maß sie unseren Selbstkontakt und damit ein gefühltes und gespürtes Wissen darum, wer wir sind, fördert. Die Wiederbelebung des Selbst und die Erweiterung der Fähigkeiten zur Selbstregulation basieren auf einem umfassenden Selbstkontakt und entstehen nicht infolge methodischer Interventionen oder Operationen.

Da Humanistische Psychologie im Wesen eine Perspektive und nicht eine Methodik ist, bedeutet dies, dass Körperpsychotherapie, die sich an Maslows anspruchsvoller Theorie der Selbstaktualisierung orientiert, gut beraten ist, wenn sie die Parameter *Authentizität* und *Kontakt* in Bezug auf die Wahrnehmung der Selbstexpressionen der Klienten wie auch der Therapeuten primär setzt.

Geradezu begeistert habe ich bei der erneuten Lektüre von Maslows *Psychologie des Seins* festgestellt, wie sehr er uns allen doch voraus war und ist. Im wichtigsten Teil seiner Schrift untersucht er, da wo es um die sogenannten *peak experiences* geht, Zeugnisse von Menschen über die wichtigsten, schönsten, wunderbarsten Erfahrungen ihres Lebens Auskunft geben. Zu den *Probanden* – in Führungszeichen – gehören Liebende, Meditierer, Künstler und Menschen, die in ihren Professionen Erfüllung suchen und finden, Ozeaniker oder tief religiöse Menschen. Was sie in Maslows Perspektive eint ist, dass sie sich nicht in der egozentrischen Isolation verfangen, in der sich Menschen, die ihr Ich zum Projekt ihres Lebens machen, wiederfinden. Sie verfügen über ein Erfahrungswissen darüber, dass es etwas Größeres gibt als das eigene Selbst. Zu den wesentlichen Aspekten der Maslowschen Grenzerfahrungen gehört, dass die Wahrnehmung aus dieser Perspektive relativ ich-transzendierend, selbstvergessen sein kann, dass das Selbst wie in der ästhetischen Erfahrung oder in der Liebe im Objekt aufgehen kann; dass das Selbst Möglichkeiten in sich und in anderen erkennen kann, für die wir normalerweise blind sind. Und er berichtet von der Möglichkeit, wenn wir unsere Muster reaktiver emotionaler Abwehr überschreiten, unverzerrte Einblicke in die Tiefe und den Reichtum der menschlichen Existenz zu erhalten. Damit hat Maslow eine über die Pathologie der Normalität hinausweisende positive Seinspsychologie skizziert, die nicht mit den Plattitüden von *das Glas ist halb voll* oder *halb leer* Psychologien zu verwechseln ist. Seine Skizzen gehören meines Erachtens zu dem, was er uns als anspruchsvolles Erbe hinterlassen hat. Wenn Psychotherapie nicht nur als Beruf, sondern als vitale Inspiration überleben will, ist sie, glaube ich, gut beraten, sich an das Maslowsche Erbe auch in diesem Punkt zu halten.

... Was sie in Maslows Perspektive eint ist, dass sie sich nicht in der egozentrischen Isolation verfangen, in der sich Menschen, die ihr Ich zum Projekt ihres Lebens machen, wiederfinden. Sie verfügen über ein Erfahrungswissen darüber, dass es etwas Größeres gibt als das eigene Selbst. Zu den wesentlichen Aspekten der Maslowschen Grenzerfahrungen gehört, dass die Wahrnehmung aus dieser Perspektive relativ ich-transzendierend, selbstvergessen sein kann, dass das Selbst wie in der ästhetischen Erfahrung oder in der Liebe im Objekt aufgehen kann; dass das Selbst Möglichkeiten in sich und in anderen erkennen kann, für die wir normalerweise blind sind. ...



Ruthy Alon



Eva Maria
Bader



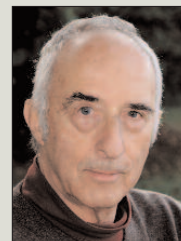
Gawain Bantle



Tania Bosak



Byron Brown



Wolf Büntig



Maja
Büntig-Ludwig

Ruthy Alon aus Jerusalem, Israel, ist direkte Schülerin von Dr. Moshé Feldenkrais der ersten Generation und Senior Trainerin der Feldenkrais-Methode in zahlreichen Ausbildungen in den USA, Europa, Australien und Israel. In letzter Zeit widmet sie ihre Kraft der Integration der Feldenkrais-Methode und ihres eigenen Studiums dynamischer, Belastung in Sicherheit aufnehmender Bewegung zur Verbesserung von Beweglichkeit, Gleichgewicht, rechter Haltung beim Heben und Knochenfestigkeit. Buch: *Leben ohne Rückenschmerzen*, Junfermann.

www.bonesforlife.com

-> Movement Intelligence, Seite 26, 40

Eva Maria Bader, Ausbilderin, Lehrtherapeutin, Supervisorin für Tanztherapie (BTD), Maltherapeutin, Psychotherapie (HPrG), European Certificate of Psychotherapy, Weiterbildungen in humanistischen Psychotherapieverfahren, Potentialorientierte Psychotherapie (Wolf Büntig). Eigene Praxis, künstlerische, klinische und Lehrtätigkeit. Durch meine starke Verankerung in Tanz und Körperarbeit nutze ich das Spektrum der Kreativtherapien, der Körperpsychotherapie und Tanztherapie. Imaginationsverfahren, NIG und Achtsamkeitsübungen in der Zen-Tradition beziehe ich in meine Arbeit mit ein.

www.psychotherapiepraxis-bader.de

-> Bewegung – Stille – Präsenz,

Seite 26, 31

Gawain Bantle ist seiner Leidenschaft zum Tanzen und der inneren Arbeit einen großen Teil seines Lebens gefolgt. Nachdem er professionell als Tänzer in Köln, Amsterdam und New York City tätig war, studierte er Argentinischen Tango mit einigen der besten Tangolehrer der Welt. Abgesehen davon, dass er sich tief mit Tango beschäftigt, lehrt er auch seit fünf- und zwanzig Jahren innere Arbeit und ist seit vielen Jahren Schüler der *Ridhwan Schule*.

-> Tango als Tor zur Präsenz, Seite 35, 20

Tania Bosak, Senior TaKeTiNa Rhythmuspädagogin in Mastertraining, Musikerin, Komponistin, Schauspielerin; studierte Musik, Tanz und Darstellende Kunst in Australien, wo sie seit 1991 als Profimusikerin und Musikpädagogin tätig ist. Sie ist zudem ausgebildete Therapeutin und erhielt das Churchill-Stipendium für Studien in Korean Drum & Dance. Tania ist Begründerin von *Pulse Rhythm*, unterrichtet Rhythmus und TaKeTiNa am NMIT und arbeitet mit dem *IDJA Tanztheater* als Komponistin und Rhythmusexpertin. Seit 2014/2015 leitet sie als Assistentin und Co-Leaderin gemeinsam mit Reinhard Flatischler Trainings und Workshops in Europa. Ebenso wird sie im Bereich Klinische Rhythmus-Forschung tätig sein.

-> TaKeTiNa New Year's – Celebration-Meditation, Seite 31

-> TaKeTiNa – Rhythm for Evolution, Seite 32

Byron Brown is deeply committed to supporting the presence of Beingness in human consciousness. To that end, he has been guiding individuals, leading groups and training new teachers for more than twenty years as part of his work as a senior teacher in the Diamond Approach, a spiritual path to inner realization. He brings a background in dance, movement and performance to his spiritual teaching and the combination of the two has resulted in his *Falling Awake* workshops.

Byron is also the author of *Soul without Shame, A Guide to Liberating Yourself from the Judge Within*, published in 1999 by Shambhala Publications.

www.ridhwan.org

-> Soul Without Shame, Seite 37

-> Falling Awake, Seite 37

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

Einführungen/Vorträge

-> Einführung zur Weiterbildung *Potentialorientiertes Coaching*, Seite 57, 47

-> Einführung zur *Ausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten*, Seite 57, 54

-> Vortrag: Sterben lernen – leben lernen, Seite 56

-> Vortrag: Sucht, Seite 56

Selbsterfahrung

-> Krise und Krankheit als Chance – Versöhnung mit dem Leben, Seite 27, 44

-> Sich sein lassen, Seite 12, 40

-> Paargruppe, Seite 20

-> Phönix aus der Asche, Seite 27

-> Innere Führung, Seite 12

-> Singles – All the lonely people, Seite 12

-> Klausurprogramm, Seite 39

-> Potentialorientierte Selbsterfahrung, Seite 10

-> -> Selbstgefühl, Seite 11

-> -> Stärke, Seite 11

-> -> Selbstwert, Seite 11

Fort-, Weiter- und Ausbildung

-> Weiterbildung *Potentialorientiertes Coaching*, Seite 47

-> ZIST Akademie für Psychotherapie, Seite 52

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



Sabine Bundschu



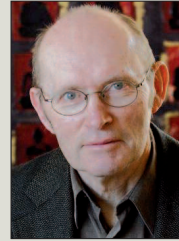
Tatini Petra Buunk



Cherif Chalakani



Russell Delman



Freeman Dhority



Steffi Dobkowitz



Otto Eberl

-> Feldenkrais: Bewegungs-Spielräume finden, Seite 28

Sabine Bundschu, geb. 1959. Schauspiel-diplom in Graz. Engagements am Schauspielhaus Graz und Tübingen. Danach als Sängerin, Musikerin und Sprecherin live und im Studio tätig. Fünfundzwanzig Jahre Bühnen- und TV-Erfahrung. Unter anderem für Udo Lindenberg, Nina Hagen, Ron Williams, Thomas Gottschalk et cetera. Eigene CDs. Ausbildung bei Reinhard Flatischler zum TaKeTiNa Advanced Rhythm Teacher. Langjährige Erfahrung als Gruppenleiterin in Sachen Musik und Stimme tätig.

www.sabinebundschu.de

-> TaKeTiNa – Schnuppertag, Seite 57

-> Circle Music, Seite 40, 31

Tatini Petra Buunk, geb. 1965, MBSR-Lehrerin und Heilpraktikerin in eigener Praxis. Beraterin für Achtsamkeitskonzepte in Unternehmen (achtsame Führung, achtsame Kommunikation, achtsames Selbst- und Team-Management, Stressreduktion). Lehrtrainerin für integrative Entspannungsverfahren (Autogenes Training, progressive Muskelentspannung, Imaginationsverfahren), ausgebildet in Körpertherapie und Massage.

www.gesundheit-und-stressbewaeltigung.de

-> Achtsam sein – mit klarem Geist und offenem Herzen, Seite 13

Cherif Chalakani ist Mathematiker und Körpertherapeut. Er ist ausgebildet in klientenzentrierter Beratung und neo-reichanischer Körperarbeit. Sein Schwerpunkt ist Entwicklung von Achtsamkeit in der Bewegung und Atmung sowie die Arbeit mit perinatalen Erfahrungen. Beeinflusst von der ägyptischen, französischen und mexikanischen Kultur leitet er Seminare in Europa und Lateinamerika und arbeitet im Hoffman Institute Frankreich mit. Er ist seit dreißig Jahren Schüler und Mitarbeiter von Claudio Naranjo und einer der Begründer der Körper-, Bewegungs- und Atemarbeit innerhalb der internationalen SAT Schule.

www.naranjo-sat.com

-> Einführung in das Enneagramm der Persönlichkeit und das SAT Programm, Seite 58

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*. For more information, please visit: www.russelldelman.com

-> The Embodied Life Retreat, Seite 28, 35

Freeman Dhority, Ph.D., war einer der Mitbegründer vom Dialogue-Project am MIT in Zusammenarbeit mit Peter Senge und bis 1995 Inhaber des Lehrstuhls für kritisches und kreatives Denken an der *University of Massachusetts* in Boston. Zusammen mit J. F. und M. Hartkemeyer hat er das Buch *Miteinander Denken: Das Geheimnis des Dialogs*, erschienen bei Klett-Cotta, geschrieben. Seit 1999 arbeitet er zusammen mit Steffi Dobkowitz an der Weiterentwicklung des Dialogprozesses, wobei es vor allem um die Integration der emotionalen Kompetenz geht.

-> Präsenz im Dialog, Seite 35, 20

Steffi Dobkowitz, Dipl.-Päd., leitet seit über zwanzig Jahren Kommunikationsseminare und arbeitet als ausgebildete Psychotherapeutin (Hakomi) in eigener Praxis. Sie bereichert den Dialogprozess sowohl durch ihre langjährige Praxis auf dem Gebiet der persönlichen Transformation als auch durch ihre Erfahrungen mit Gewaltfreier Kommunikation (Marshall Rosenberg). Steffi und Freeman Dhority begleiten Dialogprozesse in Europa und Nord-Amerika.

-> Präsenz im Dialog, Seite 35, 20

Otto Eberl, geb. 1954. Heilpraktiker, seit 1996 in eigener Praxis. Leiter des ambulanten Pflegedienstes *Amadeus* seit 2002. Ausbildung bei Herta Richter, Atemtherapeut AFA seit 2000. Einzelarbeit und fortlaufendes Gruppenangebot.

www.atemtherapie-muenchen.de

-> Das Wandelbare entdecken, Seite 29



Richard Eckhardt



Gertraud Eder-Büntig



Thomas Ehrensperger



Iris Enchelmaier



Karin Enz Gerber



Friedbert Erbacher



Waltraud Erbacher

Richard Eckhardt, geb. 1953. Umfassendes Studium der japanischen Kampfkunst, seit 1968 fast ausschließlich bei japanischen Meistern. Er hat die entsprechenden Meistergrade erworben, zahlreiche Schüler ausgebildet und in Japan gelebt, studiert, GoJuRyu KarateDo unterrichtet und zum Abschluss den Titel Shihan (Meisterlehrer) erhalten, der ihn berechtigt, nicht nur Schüler zum Meistergrad zu führen, sondern auch Meister weiter auszubilden. Als besondere Ehre wurde ihm von seinem Meister der Name *Megu hisashi nami ri nobu* – eine ansteigende violette Welle ewiger Gnade – verliehen.
-> Kampfkunst als Therapeutikum – ein intuitiver Weg zur Selbstfindung, Seite 35, 29

Gertraud Eder-Büntig, Dipl.-Soz.arb. (FH), Psychotherapie (HPG), Fortbildung in verschiedenen Methoden der Humanistischen Psychotherapie, Weiterbildung am *Center for Movement Education*, San Francisco; in Bioenergetik und Gestalt bei Wolf Büntig; in Gestalt am *Gestalt Training Institute*, San Diego und in Hakomi am *Hakomi Institut*.
-> Potentialorientierte Selbsterfahrung, Seite 10
-> -> Selbstgefühl, Seite 11
-> -> Stärke, Seite 11
-> -> Selbstwert, Seite 11

Thomas Ehrensperger, Dr. med., Schweizer, geb. 1943. Allgemeinarzt und Körperpsychotherapeut, Ausbildungen in Innerer Medizin und Psychiatrie, Psychoanalyse, Gestalttherapie, Bioenergetik, in eigener Praxis mit Schwerpunkt Psychosomatik. Publikationen auf dem Gebiet der Psychosomatik, Bioenergetik, Suchtprophylaxe. Fakultätsmitglied der *Schweizerische Gesellschaft für Bioenergetische Analyse und Therapie*.
www.ehrensperger.com
-> Vom Selbstbild zum Selbstgefühl, Seite 41

Iris Enchelmaier, Dipl.-Sozialpädagogin, Journalistin, Autorin des Ratgebers *Abschied vom Kinderwunsch – Ein Ratgeber für Frauen, die ungewollt kinderlos geblieben sind*. Fortbildungen in Traumarbeit, Einführung in die Systemische Familientherapie, Dynamik des unerfüllten Kinderwunsches. Seit 1992 in der Beratungsarbeit tätig. Freiberuflicher Schwerpunkt: Seminare, Fortbildungen und Vorträge zum Thema *Ungewollte Kinderlosigkeit*. Interviews zu diesem Thema in TV, Radio und Printmedien.
www.iris-enchelmaier.de
-> Abschied vom Kinderwunsch, Seite 20

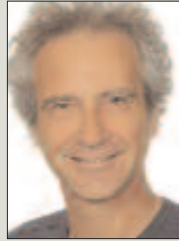
Karin Enz Gerber, geb. 1964, Dipl. Klinische Heilpädagogin, Ausbildung in TaKeTiNa Rhythmspädagogik (Reinhard Flatischler) und Humanistischer Psychotherapie (Wolf Büntig) in ZIST, Weiterbildung in Stimme und Körper bei Lisa Sokolov und andere. Seit 1996 Kursleiterin für Körpermusik (Stimme, TaKeTiNa, Improvisation) im *Atelier für Körpermusik* in Liestal (CH) und Duokonzerte mit Andreas Gerber. Dipl. Polarity Therapeutin.
www.koerpermusik.ch
-> Singing Pool, Seite 33
-> Musik für Paare – Hear and Now!, Seite 22

Friedbert Erbacher, geb. 1942, Dipl.-Theologe, Gestalttherapeut, HPG, Supervisor, Weiterbildung in Initiatischer Therapie (Graf Dürkheim), in Sensory Awareness, in der Psychotherapie mit Krebskranken, in Beelerung und in der Arbeit an der Stimme. Acht Jahre Lehrauftrag an der *Fachhochschule für Sozialwesen* in Würzburg, seit 1975 mit Waltraud Erbacher freie Praxis, Gründung eines freien Kindergartens und der *Freie Aktive Gollach-Schule*, deren Geschäftsführer von 2003–2008, Mitglied bei der DVG.
-> Beziehung auf Dauer – wie kann so etwas gelingen?, Seite 21

Waltraud Erbacher, Ausbildung als Sozialarbeiterin, Zusatzausbildung an der Akademie für musische Bildung und Medienerziehung in Remscheid. Zusatzausbildung und Mitarbeit im psychologischen Zentrum von Graf Dürkheim in Todtmoos. Vier Jahre Lehrtätigkeit im Fach Malen und Selbsterfahrung an der *Fachhochschule für Sozialwesen* in Würzburg; 1988, 1989, 1990, 1995 und 1998 Ausstellung eigener bildnerischer Arbeiten; Weiterbildung in christlicher Beratung in der *Akademie für Christliche Psychologie*, Kitzingen.
-> Beziehung auf Dauer – wie kann so etwas gelingen?, Seite 21



Johannes Feuerbach



Mario Filzi



Susanne Filzi



Bernd Fittkau



Boris Fittkau



Reinhard Flatischler



Kathrin Franckenberg

Johannes Feuerbach, Dipl.-Pädagoge. Aus der Lomi-Körperarbeit, der Gestalttherapie, der Kontemplation und dem Tango entwickelte er *Beziehung, die man tanzen kann* als Selbsterfahrungsmethode für Paare. Er ist von der Europäischen Vereinigung für Psychotherapie akkreditiert und Gestaltlehrtherapeut. In Berlin arbeitet er in privater Praxis mit den Schwerpunkten Supervision, Paar- & Gruppentherapie und Kontemplation. In seinem zweiten Tätigkeitsfeld arbeitet er als Berater und Coach mit den Schwerpunkten Führungsrituale, Change und Strategie. www.feuerbach.biz

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

-> *Tango, Selbsterfahrung und Urlaub*, Seite 22

-> *Die ZIST Milongas*, Seite 59

Mario Filzi, geb. 1961, Vater von fünf Kindern, seit 1990 sowohl als Jongleur und Performer als auch als Dozent für Jonglage und Equilibristik am *Universitäts-Sportinstitut* in Wien und als Referent bei diversen Seminaren tätig. Um die vielfältigen fördernden Aspekte des Jonglierens für die Persönlichkeitsentfaltung in den Vordergrund seiner Arbeit zu stellen, absolvierte er in ZIST die Ausbildung zum potentialorientierten Coach. Daraus entwickelte er gemeinsam mit seiner Frau *POJ – Prozessorientiertes Jonglieren*. www.filzi.at/mario/

-> *POJ – Prozessorientiertes Jonglieren*, Seite 31

Susanne Filzi, geb. 1963, Mutter von fünf Kindern, Akademische Atempädagogin. Sie absolvierte in ZIST die Ausbildung zum potentialorientierten Coach. Im Rahmen ihrer Tätigkeit als Atempädagogin unterstützt und begleitet sie Menschen auf der Suche nach ihren Ressourcen und Potentialen. Seit 2004 Leitung gemeinsamer Seminare mit ihrem Mann. www.filzi.at/susanne/

-> *POJ – Prozessorientiertes Jonglieren*, Seite 31

Bernd Fittkau, Dr., Ex-Professor für Pädagogische Psychologie und Beratung. Humanistischer Psychologe mit Gesprächs-, Gestalt-, Hypnotherapie-Ausbildungen. Entwicklung des Vier-Seiten-Modells der Kommunikation (mit Friedo Schulz von Thun). Über vierzig Jahre: Anregung und Unterstützung von Führungskräften, mithilfe des Riemann-Persönlichkeits-Modells eigene Entwicklungsimpulse umzusetzen. Dieser Workshop mit seinem Sohn Boris ist ein persönliches Entwicklungsprojekt für ihn selbst.

-> *Praktische Impulse für persönliche Entwicklungsprojekte*, Seite 13

Boris Fittkau, Vater von zwei Söhnen, Informatiker, Enneagrammlehrer und Schauspieler. Gründer des *Enneagramm-Theater Hamburg*. Seit über zwanzig Jahren als Lernender und Lehrender im D-Zug des Lebens unterwegs. Sich allen Herausforderungen mutig zu stellen, immer offen für das Neue und Unbekannte sein, trotzdem allzeit liebevoll und bescheiden zu bleiben ... alle diese guten Vorsätze habe ich wie jeder andere.

-> *Praktische Impulse für persönliche Entwicklungsprojekte*, Seite 13

Reinhard Flatischler, geb. 1950. Klavierstudium an der *Universität für Musik und darstellende Kunst Wien* (mdw), Begründer der *TaKeTiNa Rhythmuspädagogik*, Begründer und Komponist der Gruppe *MegaDrums* mit Zakir Hussain, Glen Velez, Airo Moreira und vielen mehr. Mitglied im Beirat der *Gesellschaft für Musik in Medizin*, zahlreiche CDs, Bücher und Publikationen. Reinhard Flatischler bildet weltweit *TaKeTiNa Rhythmuspädagogen* aus, leitet Workshops und Trainings, hält Vorträge und Seminare, spielt in Konzerten und Performances.

Veröffentlichungen:

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

Urkraft Rhythmus, Junfermann Verlag (2009).

Rhythm for Evolution, Schott Verlag (2006).

Mehr auf: www.taketina.com

-> *TaKeTiNa New Year's – Celebration-Meditation*, Seite 31

-> *TaKeTiNa – Rhythm for Evolution*, Seite 32

-> *TaKeTiNa – kostenlos!*, Seite 32

Kathrin Franckenberg entdeckte in den 1990er-Jahren ihre Freude am Malen wieder. Darauf folgten eine Ausbildung im Ausdrucksmalen und 2002 die Eröffnung des eigenen Malateliers in Köln für Kinder und Erwachsene. Etwa zeitgleich begegnete sie dem Point Zero Painting und Michele Cassou. Sie wurde deren Meisterklassenschülerin und Assistentin und bringt seitdem die Methode des Point Zero Painting nach Deutschland und Europa. Seit 2006 gibt sie eigene Workshops in Point Zero Painting sowie Weiterbildungsseminare zur Kreativitäts- und Persönlichkeitsentwicklung und -entfaltung bei Kindern und Erwachsenen. www.malfreude.de

-> *Point Zero Painting – Kreativität ohne Grenzen*, Seite 33

GRUPPENLEITER UND REFERENTEN



Traudel Frick-Nissler



Heike Gattnar



Andreas Gerber



Siegmар Gerken



Thomas Geßner



Christian Gottwald



Susannah Grover

Traudel Frick-Nissler, Dipl.-Sozialpädagogin, Psychotherapeutin (HPG), Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin. Fortbildungen in Körperpsychotherapie (Gerda Boyesen/Biodynamik), Gesprächstherapie (C. Rogers), Hypnotherapie (Milton Erickson), Familienaufstellung (Dr. Gunthard Weber, Wiesloch). Seit 1981 therapeutische Tätigkeit in psychotherapeutischen, psychosomatischen und psychiatrischen Fachkliniken und Beratungsstellen. Freiberufliche Angebote: Beratung, Psychotherapie, Vorträge, Seminare, Supervision. www.traudel-frick.de

-> Abschied vom Kinderwunsch, Seite 20

Heike Gattnar arbeitet seit 1996 mit der von Dr. Peter Levine entwickelten Traumatherapie Somatic Experiencing (SE). Sie wurde 2002 als erste Europäerin in dieser Methode als Trainerin akkreditiert und unterrichtet seither Somatic Experiencing Trainings, Postadvanced Trainings und Einführungskurse. Mit Träumen und veränderten Bewusstseinszuständen hat sie sich seit mehr als dreißig Jahren intensiv beschäftigt.

-> Traum und Trauma, Seite 14, 40

Andreas Gerber, geb. 1956, Rhythmus-, Trommel- und Improvisationslehrer im *Atelier für Körpermusik* in Liestal (CH). Zwanzig Jahre Lern- und Lehrerfahrung mit TaKeTiNa Rhythmspädagogik und anderen Formen von Körpermusik. Ausbildung in TaKeTiNa Rhythmspädagogik (Reinhard Flatichler) und Humanistischer Psychotherapie (Wolf Büntig) in ZIST. Studienreisen nach Brasilien, USA, Westafrika, Bali, Indien, Korea. Dozent an der *Hochschule für Musik* und an der *Hochschule für Soziale Arbeit* in Basel. Konzerte/CDs mit *MegaDrums*, *Straaten*, *Hati-Hati* und andere. www.koerpermusik.ch

-> Singing Pool, Seite 33

-> Musik für Paare – Hear and Now!, Seite 22

Siegmар Gerken, Ph.D., ECP. HP (Psychotherapie), studierte Psychologie, Pädagogik und Anthropologie; seit 1971 tätig in der körperorientierten Psychotherapie und Humanistischen Psychologie. Er ist Begründer der CORE EVOLUTION und der Energie & Bewusstsein Programme und leitet körperorientierte und achtsamkeits-zentrierte Trainings in Esalen, JFK University, Kalifornien, sowie am Verhaltens-Therapie Institut der DGVT in Hamburg, Systema Management Institut und andere. Siegmars Fokus ist die Vernetztheit und Aufdeckung psychosomatischer Prozesse und wie sich diese auf den Ebenen des Körpers, der Gefühle, des Geistes, des Willens und dem persönlichen Bewusstsein manifestieren. www.coreevolution.com

-> Liebe – Resonanz mit dem Fluss des Lebens, Seite 23

Thomas Geßner, geb. 1964 in Halle/Saale, war zwanzig Jahre lang evangelischer Pfarrer, bevor ihn die Aufstellungsarbeit in ihren Bann zog. Als freiberuflicher Systemaufsteller (DGfS), Berater und Theologe lebt er in Berlin. In seinen Seminaren, Fortbildungen und Einzelberatungen verbindet er phänomenologische Aufstellungsarbeit mit den spirituellen Wurzeln der Seelsorge. Co-Autor bei: Wilfried Nelles, Thomas Geßner: *Die Sehnsucht des Lebens nach sich selbst. Der Lebens-Integrations-Prozess in der Praxis*; Innenwelt, Köln 2014.

Mehr über seine Arbeit unter: www.gessner-aufstellungen.de

-> Wozu bin ich krank?, Seite 29, 44

Christian Gottwald, Dr. med., geb. 1943. Facharzt für Psychotherapeutische Medizin und Psychoanalyse in eigener Praxis. Weiterhin ausgebildet in Gestalttherapie, Organismischer Psychotherapie (eine Weiterentwicklung der Bioenergetik), bei Albert Pesso und in der Hakomi-Methode. Dozent und Supervisor in der Weiterbildung von Psychotherapeuten, weiterhin Coaching, Teamentwicklung und Führungskräfte Trainings. Veröffentlichungen zum Thema: Neurobiologie in Körperpsychotherapie. www.gottwald-eidos.de

-> Vortrag: Einführung in moderne bewusstseinszentrierte Körperpsychotherapie, Seite 55

-> Vortrag: Mögliche Auswirkungen quantentheoretischer Modelle in der Psychotherapie, Seite 55

-> Glücklich zu sein, kann man lernen – aber wie?, Seite 14

Susannah Grover, Doctor of Chiropractic and Craniopathy 1983–2004, has been a Sufi teacher since 1974, a student of the Diamond Approach since 1984, a certified teacher since 1999, a lead teacher of the Diamond Approach in Ireland since 2001, and recently, one of the lead Teachers of the Diamond Approach Scandinavian groups. www.ridhwan.org

-> Beyond the tyranny of the Superego, Seite 37



Regine Helke



Laurence S. Heller



Anne Höveler



Richard Hoffmann



Dieter R. Horn



Kurt Horz



Steven Hoskinson

Regine Helke, geb. 1943, Künstlerin und Kunsttherapeutin. Abgeschlossene Ausbildung an der Berufsfachschule, Kunstakademie und Kunsthochschule in Berlin, Paris und Kassel. 1968 psychotherapeutischer Prozess, seit 1972 selbstständige Arbeit, Austausch und Supervision bei K. und M. Dürkheim. Seit 1972 Zen-Schulung. Seit 1980 Weiterbildungsgruppen im In- und Ausland. Seit 2005 Gruppenleiterin in ZIST. Eigene kunsttherapeutische Praxis. www.helke-info.de

- > Einführung zur *Fortbildung in Kunsttherapie*, Seite 57, 48
- > Berufsbegleitende Fortbildung in Kunsttherapie, Seite 48
- > Mal- und Zeichenwerkstatt, Seite 33

Laurence S. Heller, Ph.D., lehrt körperorientierte Psychotherapie seit über fünfundsiebzig Jahren. Er ist Co-Autor von *Entwicklungstrauma heilen, Alte Überlebensstrategien lösen, Selbstregulierung und Beziehungsfähigkeit stärken*. Er ist ebenfalls Co-Autor von *Trauma-Lösungen*, einem Buch über Autounfälle und die Grundlagen der Schock-Trauma Auflösung. Dr. Heller ist der Urheber von NARM, dem Neuroaffektiven Beziehungsmodell (NeuroAffective Relational Model) und Seniorlehrer für Somatic Experiencing. Er unterrichtet NARM und Somatic Experiencing regelmäßig in Europa und den USA.

www.drLaurenceHeller.com

- > Fortbildung *Das Neuroaffektive Beziehungsmodell zur Heilung von Entwicklungstrauma*, Seite 48

Anne Höveler, Kabarettistin, Sängerin, Trainerin für Humor und Bodytalk. Leiterin der *Clownschule Paradox* in Freiburg. Ausbildung in humanistischer und transpersonaler Psychologie (Mischka Solonevich, M.Ed.) und Bioenergetik (Ansgar Rank). Clown-Diplom bei David Gilmore. Sie hat in langjähriger Erfahrung Konzepte entwickelt, die Methoden der Selbsterfahrung mit clownesken Humortechniken verbindet.

- > Die Stille und der Clown – zwei Gesichter, ein Prinzip, Seite 18
- > Silvestergruppe, Seite 19

Richard Hoffmann, geb. 1953, Psychologischer Psychotherapeut und Mediator. Ausbildungen in Gestalttherapie (Polster), Bioenergetischer Analyse (Lowen), Somatischer Psychotherapie (Boadella) und Pessso-Boyd System Psychomotor (Pesso) und anderen. Arbeitet in eigener Praxis, international als Ausbilder und Supervisor für körperorientierte Psychotherapie und als Coach und Teamentwickler für Führungskräfte. "Ich stehe für eine sich an den neurobiologischen Erkenntnissen orientierende und schulenübergreifende Variante der Körperpsychotherapie." Publikation: *Bioenergetik. Lebensenergie freisetzen*. Hoffmann/Gudat, GU Verlag. http://www.pesso-therapie.de/html/80639_richard_hoffmann.html

- > Werden wer ich sein kann, Seite 41

Dieter R. Horn, Dr. med., geb. 1949. Facharzt für Allgemeinmedizin, Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Zusatzbezeichnungen Naturheilverfahren und Umweltmedizin. Leiter der *ZIST Akademie für Psychotherapie* sowie Mitglied in deren Ausbildungsrat. "Ich habe mich in meiner beruflichen Tätigkeit immer darum bemüht, die scheinbare Grenze zwischen *körperbezogener Medizin* und *Therapie der Seele* zu überwinden und zu zeigen, dass es diese Grenze eigentlich nicht gibt und dass wir sie künstlich geschaffen haben."

- > Einführung zur *Ausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten*, Seite 57, 54
- > Vortrag: Psychopharmaka – Hilfe oder Gift?, Seite 56

Kurt Horz, geb. 1946, Elektroingenieur und Dipl.-Volkswirt. Atempädagoge (AFA) seit 1992 in eigener Praxis. Ausbildung, Supervision und stetige Fortbildung bei Herta Richter, München. Seit mehr als zwanzig Jahren leitet er Seminare und fortlaufende Gruppen in *Trommeln und Tanzen, Klang und Bewusstsein* nach Tom Ehrlich in Deutschland, Österreich, Frankreich und Italien. Mitbegründer und langjähriger Leiter des *Haus der Eigenarbeit* (HEi) in München.

- > Das Wandelbare entdecken, Seite 29

Steven Hoskinson, M.A., M.A.T., unterrichtet seit dem Jahr 2000 Einführungskurse und Trainings in Somatic Experiencing. Er verbindet wissenschaftliche Erkenntnisse mit dem Wert von phänomenologischen Naturbegegnungen im Innen und im Außen auf spezielle Weise. Das Erzählen von heilsamen Geschichten ist für ihn eine große Ressource in der körperbezogenen Traumaarbeit. Zusammen mit seiner Frau Jodie und seinen zwei Kindern lebt er in der Nähe von San Diego, im Süden Kaliforniens.

www.OrganicIntelligence.org

- > Somatic Experiencing, Seite 51



Marianne Ingen-Housz



Barbara Innecken



Tejo Jourdan



Michael Kraft



Susanne Kraft



Günther Linemayr



LOIRE (Lori Cotler)

Marianne Ingen-Housz. Holländerin, geb. 1943. Bioenergetische Analytikerin. Studium der Psychologie an der *Vrije Universiteit* in Amsterdam. Freie Praxis und Kurse und Weiterbildungen seit 1972 in ZIST und IGW. Internationale Trainerin des IIBA (Internationales Institut für Bioenergetische Analyse). Lehrtherapeutin und Supervisorin. "Ich vertrete eine prozess- und ressourcenorientierte Form der Bioenergetik."

-> Vom Selbstbild zum Selbstgefühl, Seite 41

Barbara Innecken, Heilpraktikerin (Psychotherapie), Pädagogin, Sprachtherapeutin, Lehrtherapeutin für Systemaufstellungen (DGfS). Ausgebildet in Angewandter Kinesiologie, Psychokinesiologie, Systemaufstellungen, NLP, Neuro-Imaginativem Gestalten (NIG), Traumatherapie Somatic Experiencing. Publikationen: *Im Bilde sein* (mit E. Madelung), Carl-Auer Verlag; *Weil ich euch beide liebe*, Kösel Verlag; *Kinesiologie – Kinder finden ihr Gleichgewicht*, Don Bosco Verlag. www.barbara-innecken.de

-> Familienaufstellungen, Seite 23

-> Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten, Seite 45, 41

-> Weil ich euch beide liebe, Seite 24

Tejo Jourdan has been teaching the Diamond Approach since 2006 and has been a student of this work since 1992 he now teaches the Diamond Approach in Germany and the United Kingdom. Formerly working as a building contractor for 25 years he is passionate about the practice of Presence and Inquiry in every day, ordinary life.

www.ridhwan.org

-> The Flame, Seite 37

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.

-> Dem Tod neu begegnen, Seite 15, 36

Susanne Kraft. Künstlerische Arbeit mit Kindern und Müttern in arabischen SOS-Kinderdörfern. Studium der freien Malerei und Aufbaustudium Kunsttherapie. Dozentin an der Universität Witten (Aktzeichnen). Bestatterin im eigenen Unternehmen *Die Barke* in Herdecke. Ehrenamtliche Arbeit als Kunsttherapeutin mit traumatisierten Opfern des Bürgerkriegs in Kroatien. Seit 2002 zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg und Atelier *Kunst und Wandlung*.

-> Dem Tod neu begegnen, Seite 15, 36

Günther Linemayr, Dr., geb. 1952, Facharzt für Innere Medizin (Hämatologie und Onkologie), Psychotherapeut, Supervisor. Langjährige Erfahrung als Trainer und Lehrgangleiter für Psychosomatik, Psychoonkologie, Burnout und Kommunikation. Zertifizierter *Coach für Integratives Stress- und Gesundheitsmanagement* DINM der Deutschen Gesellschaft für Integrative Neuromedizin e.V. Zertifizierter *Stresstherapeut und Gesundheitsmanager* der Deutschen Fachgesellschaft für Neuromentale Medizin.

-> Neuromentales Stressmanagement, Seite 30, 44

LOIRE (Künstlername von Lori Cotler), M.A. (Musiktherapie) und Sängerin mit internationalem Renommee. LOIREs außergewöhnliche, Unglaubliches leistende Stimmkunst kreiert eine Synthese aus Konnakol (südindische Trommelsprache) und Weltmusik, Jazz Scat, Pop und mystischem Chanten. LOIRE war Professorin für Musiktherapie an der *New School University* (2001–2007). Ihre innovative Art, Stimme zu unterrichten, brachte sie an weitere renommierte Universitäten und Konservatorien auf der ganzen Welt. www.loirevox.com

-> Konzert: Pulse Sanctuary, Seite 59

-> Die heilende Kraft von Shaker und Rahmentrommel, Seite 34

-> Ekstatisches Pulsieren, Seite 34



Viktoria Luchetti



Gerhard Marcel Martin



Suzan Mazumdar



Susan McConnell



Gilberto Mercado



Rob Merx



Christine Meyne

Viktoria Luchetti ist ausgebildet in Life Art Process bei Anne Halpren und in Sandspieltherapie nach Dora Kalf, körpertherapeutische Fortbildungen. Reisen zu und mit den Huichol-Indianern mit Brant Secunda. Ausbildung in Holotropic Breathwork bei Stan Grof, seit zwanzig Jahren Mitarbeit bei internationalen Seminaren von Stan Grof und Jack Kornfield (Vipassana).

-> Holotropes Atmen, Seite 15, 36

Gerhard Marcel Martin, Professor (em.) für Praktische Theologie *Philipps-Universität* Marburg. Bibliodramatiker, Visiting Professor Otani Univ Kyoto/Japan (2006–2008). Themenschwerpunkte: Kunst, Kirche, Fest, Bibliodrama, Spiritualität und Alltag, interreligiöser Dialog.

-> Körperarbeit und Gebet – eine alte Ressource neu entdecken, Seite 36, 16

Suzan Mazumdar, geb. 1968, praktiziert seit 1992 Yoga und Meditation in Indien und den USA in verschiedenen Zentren und Ashrams und fand darüber zu Naikan. Sie lernte beim Begründer des deutschen *Naikan-Zentrums*, Gerald Steinke, in Tarmstedt bei Bremen und wurde von ihm zum Lehren autorisiert. Sie ist von Beruf Ärztin und Psychotherapeutin, Mutter von zwei Söhnen und lebt zur Zeit im Allgäu.

-> Naikan – Versöhnung mit sich selbst, Seite 16

Susan McConnell, IFS Senior Trainerin und Hakomi Therapeutin, ist von Beginn an maßgeblich an der Entwicklung und Durchführung der IFS Ausbildung beteiligt gewesen. Sie lehrt seit über fünfundzwanzig Jahren in den USA körperorientierte Methoden und leitet IFS Ausbildungen in USA und Europa seit zwölf Jahren. Susan McConnell ist Begründerin und Lehrerin des *Matrix Center for Body Mind Therapy* in Chicago. Ein körperorientierter, ganzheitlicher Ansatz und die eigene buddhistische Praxis prägt ihre Arbeit.

-> Erforschung der Innenwelt, Seite 16, 42

Gilberto Mercado ist in Puerto Rico aufgewachsen und lebte über dreißig Jahre in den USA. Ausbildung in Holotropes Atmen bei Stan Grof. Er leitet seit 1990 Seminare in USA, Südamerika und Europa. Viktoria und Gilberto sind autorisierte Ausbilder in Holotropes Atmen und leiten das Grof Transpersonal Training in Chile und Kolumbien.

-> Holotropes Atmen, Seite 15, 36

Rob Merx is a Diamond Approach Teacher since 2006 and DA student since 1994. He has been part of teaching teams in the Netherlands, Germany, Italy and Ireland. He is presenting the teaching in ongoing Academy groups Diamond Heart Europe 2 and 3 and UK 4. Together with Tejo Jourdan he is offering seminars that are open to the public in ZIST, Benediktushof and in London UK. He originated the *Rebalancing School for Bodywork and Body awareness in The Netherlands* and leads the school since 25 years now.

www.ridhwan.org

-> The Flame, Seite 37

Christine Meyne, Atemtherapeutin, Heilpraktikerin Psychotherapie, AFA-Diplom. Atemausbildung und stetiges Weiterlernen bei Herta Richter. Seit 2000 in eigener Atempraxis und in Kliniken tätig, seit 2007 am Klinikum Großhadern in der Klinik für Palliativmedizin. Langjährige Erfahrung in der Leitung und Durchführung von Seminaren für Atem und Meditation und von Workshops für Atem und Naturerfahrung. Fortbildungen für Palliative Atemtherapie. Hospizbegleitung beim ambulanten Hospizdienst *DaSein*.

www.atemland.de

-> Das Wandelbare entdecken, Seite 29

GRUPPENLEITER UND REFERENTEN



Fee Moakes-Geyer



Günter Mühlen



Sigrid Mühlen



Claudio Naranjo



Malte Nelles



Johannes Oehlmann



Alfred Preuß

Fee Moakes-Geyer, Atem- und Sonderpädagogin, AFA-Diplom seit 2006. Engländerin. Nach Germanistikstudium Studium der Sonderpädagogik. Mehrjährige Tätigkeit im Bereich der sprachlichen Frühförderung im Sprachheilzentrum Ravensburg. 1998–2001 Ausbildung im Atemhaus München, Herta Richter. Seit 2004 Einzelarbeit und Gruppen in eigener Praxis.
-> Das Wandelbare entdecken, Seite 29

Günter Mühlen, Dipl.-Psych., Psychologischer Psychotherapeut (Tiefenpsychologie) mit Approbation, Elektriker und Clownlehrer. Ausbildung in Gesprächspsychotherapie, Familientherapie, Traumabehandlung und Paararbeit. Arbeitet seit 2001 in eigener Praxis mit Einzelpersonen und Paaren.
-> Bausteine der Liebe, Seite 24

Sigrid Mühlen, Studium der Heil- und Sonderpädagogik, ausgebildet in Bewegungs- und Körperarbeit, in begleitetem Wiedererleben und Phytotherapie. Arbeitete mit lernbehinderten und verhaltensauffälligen Kindern und Jugendlichen und leitet gemeinsam mit ihrem Partner Meditations- und Paarkurse.
-> Bausteine der Liebe, Seite 24

Claudio Naranjo, MD, ist Psychiater, Meditationslehrer und Pionier der humanistischen und transpersonalen Psychotherapie sowie Begründer der Psychologie des Enneagramms. Er war Mitarbeiter von Fritz Perls und im Rahmen seiner Begegnungen mit Oscar Ichazo erhielt er sein Wissen über das Enneagramm. In den 70er-Jahren gründete er seine Schule für psycho-spirituelle Entwicklung SAT (Seekers after Truth), deren Kurse weltweit stattfinden. Er engagiert sich maßgeblich für Veränderungen im Erziehungswesen und seine über 200 Schriften sind in zahlreiche Sprachen übersetzt.
www.claudionaranjo.net
-> Selbsterkenntnis und Lebendigkeit, Seite 17, 36

Malte Nelles, Dipl.-Pol., Lehrtherapeut für Systemaufstellungen (DGFS), Heilpraktiker für Psychotherapie mit Aus- und Weiterbildungen in Systemaufstellungen, tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie und Paartherapie. Er arbeitet in freier Praxis in Berlin, leitet Aufstellungskurse im In- und Ausland und ist Co-Leiter des Lehrinstituts *eurasys berlin* und des *Nelles Institut für phänomenologische Psychologie, Beratung und Aufstellungsarbeit*, das er gemeinsam mit seinem Vater Wilfried Nelles führt.
-> Lebens-Integrations-Prozess, Seite 18

Johannes Oehlmann, Dr. phil., Dipl.-Psych., studierte Psychologie, promovierte in Musikwissenschaft und gab viele Jahre Konzerte mit Perkussionsinstrumenten. Er arbeitete als Musiktherapeut und Psychotherapeut in einer psychosomatischen Klinik, heute in eigener Praxis. Sein Ausgangspunkt ist die Gestalttherapie mit ihrem kreativen und integrativen Ansatz (ZIST, Institut für Gestalttherapie und Gestaltpädagogik e. V., Esalen Institut). Fortbildungen in Hypnotherapie, in psychodynamischer Psychotherapie und systemischer Arbeit geben ihm einen offenen, mehrperspektivischen Wissenshintergrund. Buch 2014: *Die Klangreise*, Reichert Verlag.
-> In der Mitte der Zeit sein, Seite 18

Alfred Preuß, geb. 1935, vielfältig ausgebildeter und erfahrener Gestalttherapeut, arbeitet als Trainer, Berater und Coach. "Mich interessiert die Entdeckung und Entwicklung des positiven, menschlichen Potentials."
-> Fortbildung *Boxenstopp Leadership*, Seite 50
-> Mann sein, Seite 24
-> Weiterbildung *Potentialorientiertes Coaching*, Seite 47



Luise Reddemann



Arno Remmers



Katrin Reuter



Jeanne Rosenblum



Doris Rothbauer



Josef Schönberger



Brant Secunda

Luise Reddemann, Prof. Dr. med., Jahrgang 1943, Nervenärztin, Fachärztin für psychotherapeutische Medizin, Psychoanalytikerin. Bis Ende 2003 Leitende Ärztin einer Klinik für psychotherapeutische Medizin. Seit 2004 freiberuflich überwiegend lehrend und forschend tätig. Honorarprofessur an der *Universität Klagenfurt*. Lehrauftrag an der *Hochschule für Bildende Künste*, Dresden. Mitglied des Wissenschaftlichen Beirats der Lindauer Psychotherapiewochen. Schwerpunkte: Trauma und Resilienz.

www.luise-reddemann.info

-> Mitgefühl wecken – für sich selbst und für andere, Seite 42

Arno Remmers, Arzt, Psychotherapeut, Buchautor, lehrt seit über zwanzig Jahren die Positive Psychotherapie international, begründete in Bulgarien und Rumänien Psychotherapieausbildungsgänge. Dozent, Lehrtherapeut und Supervisor für tiefenpsychologische Psychotherapie im WIAP, kbap und in ZIST. Board Member des WAPP Weltverbandes. Ehemaliges Vorstandsmitglied der Deutschen Fachgesellschaft für Tiefenpsychologie DfT, der Deutschen Gesellschaft für Positive und transkulturelle Psychotherapie DGPP.

Bücher: *Das Erstinterview, Behandlungsfokus, Wirksam behandeln* (alle im dpv Verlag, zusammen mit Udo Boessmann); *Positive Psychotherapie* (Reinhardt Verlag, zusammen mit Hamid Peseschkian)

-> Positive Psychotherapie, Seite 42

Katrin Reuter, Dr. phil., Dipl.-Psych., Psychologische Psychotherapeutin, ausgebildet in kognitiver Verhaltenstherapie, Familien- und Hypnotherapie. Tätig als Psychoonkologin und Gruppentherapeutin in Forschung, Lehre und Praxis. Direktorin des Hoffman Institutes Frankreich. Seit 2007 Mitarbeit bei Claudio Naranjo in der internationalen SAT Schule. Koordinatorin für die SAT Programme Deutschland und Frankreich.

www.naranjo-sat.com

-> Einführung in das Enneagramm der Persönlichkeit und das SAT Programm, Seite 58

-> Selbsterkenntnis und Lebendigkeit, Seite 17, 36.

Jeanne Rosenblum (formerly Hay) is a senior teacher in the *Ridhwan School*, home of the Diamond Approach to Inner Realization. She is a member of its leadership council and participates in the training and supervision of new teachers. Jeanne leads groups in Europe and the US and has a private practice in Marin County, California.

www.ridhwan.org

-> Ongoing Inquiry, Seite 38

Doris Rothbauer, Heilpraktikerin für Psychotherapie, arbeitet seit 1998 in eigener Praxis mit Somatic Experiencing (SE). Nach langjähriger Assistenz bei Dr. Peter Levine und anderen Seniorlehrern 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 58, 51

-> Einführung in *Das Neuroaffektive Beziehungsmodell (NARM)*, Seite 58, 49

-> Weiterbildung *Somatic Experiencing*, Seite 51

Josef Schönberger, Dr. rer. nat., geb. 1939. Biologe, Psychologe und Therapeut. Fünfunddreißig Jahre ambulante und klinische Praxis in Psychosomatik und körperorientierter Psychotherapie. Ausbilder und Supervisor. Gründer und Leiter der Simbacher Interdisziplinären Schule für Gesundheitsein. Arbeitsgebiete: Ganzheitliche Psychodiagnostik, Politische Psychologie, interkulturelle Psychotherapie, Ökologie und Umweltpsychologie, Psychologie des Alltagslebens.

-> Vortrag: Von der Einsicht zum Handeln, Seite 56

-> Vom Reden zum Tun, Seite 18

Brant Secunda, Schamane und Heiler in der Tradition der Huichol-Indianer aus Mexiko, hat eine ausführliche Lehrzeit von zwölf Jahren bei dem bekannten, im November 1990 im Alter von 110 Jahren verstorbenen Schamanen Don José Matsuya 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

-> Die heilende Medizin des Schamanismus der Huichol Indianer, Seite 36



Lisa Sokolov



Mischka Solonevich



Moses G. Steinvorth



Andrea Stemberger



Markus Stockhausen



Christopher Tarnow



Ellen Tarnow

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 34

Mischka Solonevich, M.Ed., Heilkundliche Psychotherapie (HPG), Psychotherapeut (Österreich und Europa). Er ist seit 1975 ständiger Freier Mitarbeiter von ZIST. In seinen Kursen fließen seine lang- jährige Erfahrung und Ausbildungen in Wertklärung, Körperpsychotherapie (Bio- dynamik, Bioenergetik), Encounter und Gruppendynamik, Gestalt, NLP, Transaktionsanalyse, Konfliktmanagement und Meditation ein.

www.mischka-solonevich.de

-> Vortrag: Was ist Wertlegung?

Wer ist Null?, Seite 55

-> *Die Stille und der Clown – zwei Gesichter*, ein Prinzip, Seite 18

-> *Mit den Jahren jünger werden*, Seite 19

-> *Silvestergruppe*, Seite 19

Moses G. Steinvorth, geb. 1947, Psychologischer Psychotherapeut (TP), Ausbildung in Gestalttherapie und Bioenergetischer Analyse, arbeitet seit circa fünfundzwanzig Jahren in freier Praxis mit krebserkrankten Menschen. Mehrere Veröffentlichungen: *Im Körper zu Hause* (Göttingen 1999), *Psycho-Onkologie in freier Praxis* (Bonn 2003), *Die Krebsreise* (Bonn 2004).

CD: *Krebs – eine Reise ins Unbekannte* (Wien 2004). *Im Kampf mit dem Krebs gesunden? – Wie man lebensfeindliche Energien transformiert* (Vindobona 2012).

www.steinvorth.at

-> *Nicht leben wie zuvor – sondern leben wie nie zuvor*, Seite 43, 30, 44

Andrea Stemberger, Dipl.-Ing., geb. 1963, ist Coach in eigener Praxis. Mit ihren Ausbildungen der erfahrungsorientierten Körperpsychotherapie (Hakomi), dem Ressourcen-Coaching, der Integrativen Aquatischen Traumaarbeit und der Aquatischen Körperarbeit sowie die des *Reiss Profiles*, baut sie ihr Coaching für Einzelkunden und Teams auf. Außerdem ist sie Ausbilderin für das *Reiss Profile* und Seminarleiterin zu Themen der Potentialentfaltung.

www.stemberger.net

-> Einführung zur Weiterbildung, Seite 57, 47

-> Fortbildung *Boxenstopp Leadership*, Seite 50

-> Weiterbildung *Potentialorientiertes Coaching*, Seite 47

Markus Stockhausen, geb. 1957, lebt in der Nähe von Köln als freischaffender Musiker. Als Trompeter gibt er international Konzerte mit vorwiegend eigener Musik. Er komponierte unter anderem für das *Metropol Orchestra*, die *Hamburger Symphoniker*, *Die 12 Cellisten der Berliner Philharmoniker* und viele andere namhafte Ensembles. Jährlich gibt er verschiedene Kurse zum Thema *Intuitive Music and More, Singen und Stille und Heilende Klänge*. Sein besonderes Interesse gilt der Transformation durch Klang.

www.markusstockhausen.de

-> *Heilsame Klänge*, Seite 34, 30

Christopher Tarnow, geb. 1958, verheiratet, zwei Kinder. Mit seiner Frau Ellen Leitung des *Eichgrund-Institut für Integrative Gestalttherapie*. Hat gelernt bei H. J. Süß, K. Martin, H. Beaumont, *Ridhwan School*. Gestalttherapeut DVG, Lehrtherapeut DDGAP, European Certified Psychotherapist, Supervisor, Dozent D-A-C-H-Kongress Kassel der Gestalt-Verbände Europas. Er vertritt einen kreativen Gestaltansatz, humorvoll und bodenständig. Ritualarbeit für Männer, Aufenthalte in schamanischen Nomadenkulturen.

-> *Von Liebes-Glück und Lebens-Lust*, Seite 25

Ellen Tarnow, geb. 1958, verheiratet, zwei Kinder. Leitet mit ihrem Mann Christopher das *Eichgrund-Institut für Integrative Gestalttherapie*. Hat gelernt bei G. Boyesen, W. Bütig, H. Beaumont, A. Mindell, *Ridhwan School*. Lehrtherapeutin DDGAP und GIK, Supervisorin, Dozentin D-A-C-H-Kongress Kassel der Gestalt-Verbände Europas. Sie vertritt einen kreativen, körperbezogenen Gestaltansatz, feministisch orientiert und warmherzig. Ritualarbeit für Frauen, Aufenthalte in schamanischen Nomadenkulturen.

-> *Von Liebes-Glück und Lebens-Lust*, Seite 25



Ingo Vauk



Glen Velez

Joachim G.
Vieregge

Eli Wadler



Reinhard Weber

Ingo Vauk, Sexual Grounding Therapist (Willem Poppeliers, Holland), Potentialorientierte Psychotherapie (Wolf Büntig, ZIST), Creative Couple Worker (Centre for Gender Psychology, London), Heilpraktiker/Psychotherapie. Ständige Weiterbildungen und Arbeit am eigenen Prozess. Eigene Praxis für Paare, Familien und Individuen. Gruppentherapie und Arbeit mit Männergruppen. Therapeutische Prozess-Gruppen in Sexual Grounding Therapy in Ungarn, Russland und Frankreich. www.therapie-wirkt.com

-> Vortrag: Erfüllung durch geerdete Sexualität, Seite 55

-> Neugierde, Erregung, Unschuld und Regulation, Seite 25, 43

Glen Velez ist ein international gefeierter Solist und Pionier auf dem Gebiet von Musik und Heilung und war Ehrengast und Vortragender auf Musiktherapie-, Orff- und Klang-Konferenzen. Seine bahnbrechende Aufnahme *Rhythm of the Chakras (Sounds True)* hat zahllose andere Musiker inspiriert, Aufnahmen zum gleichen Thema zu kreieren. Glen gewann viermal den *Grammy Award*. 2014 hat er die Ehre, in die *Percussive Arts Society Hall of Fame* aufgenommen zu werden. Mehr Informationen finden Sie auf: www.glenvelez.com

-> Konzert: Pulse Sanctuary, Seite 59

-> Die heilende Kraft von Shaker und Rahmentrommel, Seite 34

-> Ekstatisches Pulsieren, Seite 34

Joachim G. Vieregge, geb. 1939. Ehemaliger Studienrat der Germanistik, Geografie und Politik in Bayern und Hessen. Seit 1980 buddhistisch-christliche Meditationspraxis. Seit 1982 Praxis für Körperpsychotherapie (ECP) (CoreEnergetics) in München. Fortbildungen in Familienaufstellungen bei Bert Hellinger und Jakob R. Schneider seit 1986. Ausbildung in psychospirituellen Heilweisen (Etherikos). Zehn Jahre Mitarbeiter einer Psychiatrie-Rehaklinik. Seit 1985 Kursleiter am *Odenwald-Institut*. Dozent der Münchner Volks-

hochschule. Viele Seminare im In- und Ausland. EABP/DGK-Mitglied. Publikationen: *Das Selbstwertgefühl*, Berlin 2003, Leutner-Verlag. *Metagluck*, München 2011, Edition Avicenna.

www.jovieregge.eu

-> Das Selbstwertgefühl, Seite 19

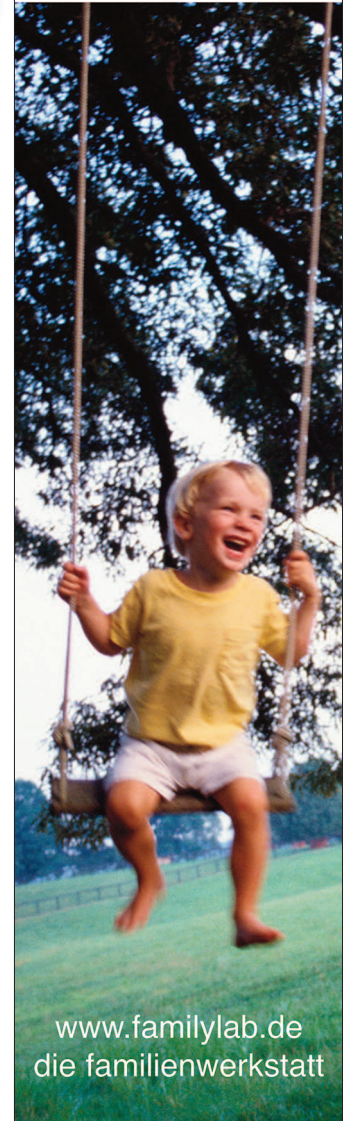
Eli Wadler, jüngster der zwölf Schüler der ersten Stunde, war jahrelang persönlicher Assistent von Dr. Moshé Feldenkrais. Die Zusammenarbeit mit seinem Lehrer und Mentor sowie seine über vierzigjährige Erfahrung in der eigenen Praxis resultieren in einer ungewöhnlich reichen, eigenständigen, subtilen und genauen Arbeitsmethode. Er etablierte am *Zinman College of Physical Education and Sport Sciences* im *Wingate Institute* die Feldenkrais-Methode, die seitdem in Israel ein eigenständiges Studienfach ist, und ist *educational director* der dortigen Feldenkrais Ausbildungen.

www.feldenkrais-wadler.com

-> Moshé Feldenkrais' Erbe, Seite 46

Reinhard Weber, Dipl.-Psych., Psychologischer Psychotherapeut; Klinischer Psychologe und Supervisor. Aus- und Weiterbildungen in Klientenzentrierter Psychotherapie, Verhaltenstherapie, systemischer Therapie, NLP, Hypnotherapie (M.E.G.). Von 2003–2013 im Vorstand der M.E.G., 2009–2013 als 1. Vorsitzender. Leitender Psychologe der *Klinik Höhenried gGmbH* mit den Abteilungen Kardiologie, Orthopädie und Psychosomatik in Bernried am Starnberger See.

-> In welche Geschichte gehört das?, Seite 43, 44



www.familylab.de
die familienwerkstatt

Wenn Sie Familien
und Lehrer mögen,
sind Sie bei uns richtig

familylab-Seminarleiter-
Training in München
23. - 26. April 2015/I
09. - 12. Juni 2015/II

familylab-Seminarleiter-
Training in Berlin
08. - 11. Okt. 2015/I
24. - 27. Nov. 2015/II

**Werte, die Menschen
ein Leben lang tragen**

familylab.de
Mathias Voelchert GmbH
Amalienstraße 71
80799 München
089 / 21949971
info@familylab.de

Humanistische Psychologie

HUMANISTISCHE PSYCHOLOGIE

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

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.

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).

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, 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 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 Beobach-

tungen 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.

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.

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 liegen-

Humanistische Psychotherapie

den 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.

POTENTIALORIENTIERTE PSYCHOTHERAPIE Potentialorientierte Psychotherapie ist eine Variante der Humanistischen Psychotherapie für Menschen, die

- an dem inneren Konflikt zwischen übermäßiger Anpassung an die Normen anderer (Normopathie) einerseits und dem Bedürfnis nach Selbstbestimmung (Autonomie) andererseits leiden oder gar krank geworden sind,
- Krise, Leiden und Krankheit als Herausforderung erleben, eigene Möglichkeiten und Fähigkeiten nicht länger fremden Vorstellungen zuliebe zu unterdrücken, und
- Symptome als Wegweiser in die wesensgemäße Richtung werten entsprechend der Devise "Angst ist Lust, der man keine Richtung gibt".

Eine zentrale Rolle kommt in der Potentialorientierten Psychotherapie dem Fühlen zu. Das Fühlen ist – im Gegensatz zu den Gefühlsreaktionen, die durch unspezifische Reize reflexartig und der Situation meist unangemessen ausgelöst werden – ein bewusstes Tun in der Gegenwart. Fühlen bedeutet, mit Sinnen wahrzunehmen, was uns im Inneren bewegt, und der immer neuen inneren Bewegung eine der immer wieder neuen Situation angemessene Bedeutung zu geben.

Durch das Fühlen kann die fühlende Person

- die Prägung durch die Bedingungen ihrer Sozialisierung erkennen,
- sich lösen von der Identifikation mit dem Opfer der eigenen Geschichte,
- situationsgemäß handeln,
- wahrnehmen, was jetzt wahr ist und
- Zeuge werden des gegenwärtigen unbedingten Seins.

*Potentialorientierte
Psychotherapie*

Es gibt zweierlei

Wissen: Wissen

durch Beweisführung

und Wissen aus

Erfahrung.

Die Beweisführung

führt zu Schlussfolge-

rungen 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

TIEFENPSYCHOLOGISCH FUNDIERTE PSYCHOTHERAPIE

Die von Sigmund Freuds Psychoanalyse abgeleitete tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie kann Hilfe Suchenden dabei helfen, in den frühen Beziehungen erworbene Fixierungen in Wahrnehmung, Fühlen, Denken und Handeln in Frage zu stellen, den Widerstand gegen Veränderung als Übertragung der seinerzeit sinnvollen Abwehrreaktionen in die Gegenwart zu erkennen und sich in der heilsamen Beziehung zur Therapeutenperson auf neue, das beschränkte Welt- und Selbstbild erweiternde Erfahrungen einzulassen.

Mehr Informationen: Deutsche Fachgesellschaft für tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie e. V. (DFT), www.dft-online.de

KÖRPERPSYCHOTHERAPIE

Tiefenpsychologisch fundierte Körperpsychotherapie ist – in der Tradition von Wilhelm Reich, Alexander Lowen, Karlfried Graf Dürckheim und Stanley Keleman – Psychoanalyse des Leibes. Der Organismus wird als essentielle Verkörperung des mentalen, emotionalen, sozialen und spirituellen Lebens verstanden. Dabei wird vom körperlich-seelischen Erleben in der Gegenwart ausgegangen. Mehr Informationen: Deutsche Gesellschaft für Körperpsychotherapie (DGK), www.koerperpsychotherapie-dgk.de

GESTALT THERAPIE

Die von Fritz und Lore Perls sowie Paul Goodman entwickelte Gestalttherapie steht in der Tradition der humanistischen Verfahren und basiert auf einem ganzheitlichen Weltbild, in dem der Mensch als Einheit von Körper, Seele und Geist, eingebunden in ein soziales und ökologisches Umfeld, betrachtet wird. Die Wurzeln liegen in einer Integration von Psychoanalyse, Gestaltpsychologie, Feldtheorie, Phänomenologie und Existentialismus. Die Methode fördert sowohl die Bewusstheit im Hier und Jetzt als auch Körperlichkeit und Kreativität. Mehr Informationen: Deutsche Vereinigung für Gestalttherapie e. V. (DVG), www.dvg-gestalt.de

ERICKSONSCHE HYPNOTHERAPIE

Die Hypnotherapie nach Milton Erickson nutzt ein vielfältiges Repertoire an Interventionen, um Zugang zu unbewussten Ressourcen zu finden und für eine erfüllende Lebensgestaltung zur Verfügung zu stellen.

Mehr Informationen: Milton H. Erickson Gesellschaft für Klinische Hypnose e. V., www.meg-hypnose.de

FAMILIENSTELLEN

Unser Leben wird entscheidend mitbestimmt durch die glücklichen oder leidvollen Schicksale unserer Vorfahren. Auch wenn wir von ihnen we-

nig oder gar nichts wissen, können schwere Schicksale in unserem Familiensystem unser eigenes Leben belasten. Es kann sein, dass wir Leid mittragen, dass wir die Schuld anderer Familienmitglieder übernehmen oder uns zu eigen machen. Mit dem systemisch-phänomenologischen Familienstellen können wir Belastungen aus der Vergangenheit erkennen und Lösungen finden. Mehr Informationen: Deutsche Gesellschaft für Systemaufstellungen (DGfS), www.familienaufstellung.org

SOMATIC EXPERIENCING

Somatic Experiencing ist eine von Dr. Peter Levine entwickelte psycho-physiologische Methode zur Bewusstmachung und Überwindung von posttraumatischen Störungen und zur Befreiung der darin gebundenen Lebensenergie.

Mehr Informationen: Somatic Experiencing Deutschland e. V., www.somatic-experiencing.de

TAKETINA

TaKeTiNa Rhythmspädagogik nach Reinhard Flatischler ist ein musikalischer Gruppenprozess, der auf spielerische Weise zur Wahrnehmung von vertrauter Gebundenheit, möglicher Lösung und neuer Sammlung führt – und darüber hinaus zum unmittelbaren Erleben unserer rhythmischen Natur. Mehr Informationen: TaKeTiNa Institut, www.taketina.com

DIAMOND APPROACH

Der Diamond Approach ist die von H. A. Almaas vermittelte Lehre und Methode zur Entwicklung von spiritueller Reife und Vollständigkeit der Person. Dieser sehr pragmatische, auf Erfahrung gründende Weg verbindet traditionelles Wissen über die menschliche Essenz und Entfaltung mit zeitgenössischen psychologischen Erkenntnissen. Mehr Informationen: Ridhwan School, www.ridhwan.org

FELDENKRAIS

Die Feldenkrais-Methode ist nach ihrem Begründer, Moshé Feldenkrais, benannt. Ihrem Selbstverständnis nach orientiert sie sich am Prinzip des sogenannten organischen Lernens, eines somatischen Bewegungslernens, und ist damit im Feld der Körpertherapien angesiedelt.

Mehr Informationen: www.feldenkrais.de

Hinweis

Die Beschreibung dieser in unserem Programm häufig angewandten Methoden dient lediglich der kurzen Orientierung. Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an die entsprechenden Fachgesellschaften. ■

Psychosomatische Beratungsstelle

für Krebskranke, psychosomatisch Kranke und Angehörige –
auch für Kinder und Jugendliche

BIS 2004
ZIST
ZUGEHÖRIG

33 Jahre
MENSCHLICHKEIT

Menschen mit psychischen und psychosomatischen Beschwerden sowie Krebskranke finden bei uns Information, Beratung und psychotherapeutische Begleitung in der Auseinandersetzung mit ihrer Krankheit und der Gestaltung ihres Lebens im Hier und Jetzt.

Wir arbeiten schulenübergreifend.

Die Aktivierung der natürlichen Selbstheilungskräfte und die Entfaltung des persönlichen Potentials unterstützen die eigene Wegfindung. Unserer Arbeit liegt das humanistische Menschenbild zugrunde, das den Menschen als ein sinnorientiertes, schöpferisches, sich selbst entfaltendes und beziehungsorientiertes Wesen sieht.

Telefon 089-526463, Telefax 089-5420265
Richard-Wagner-Straße 9, 80333 München
info@psychosomatische-beratungsstelle.de

www.psychosomatische-beratungsstelle.de



mit freundlicher
Unterstützung der
Landeshauptstadt
München
Referat für Gesundheit
und Umwelt

bezirk oberbayern



Heidehof
Stiftung



DER PARITÄTISCHE
VERBAND

ZIST

UNTERKUNFT UND VERPFLEGUNG

Sie buchen bei uns Unterkunft und Verpflegung pauschal. Wir bitten um Verständnis, dass nicht eingenommene Mahlzeiten nicht erstattet werden. Die Zimmer in ZIST Penzberg sind einfach und behaglich. Sie können zwischen Zimmern mit unterschiedlichem Komfort wählen. Bitte kreuzen Sie die gewünschte Kategorie und eine Alternative im Anmeldeformular auf Seite 95 an.

A5	Mehrbettzimmer Duschen und WCs im Flur	50 €
A4	Mehrbettwohnung mit Duschbad/WC	55 €
A3	Dreibettzimmer Duschen und WCs im Flur	55 €
A2	Zweibettzimmer Duschen und WCs im Flur	66 €
N2	Zweibettzimmer mit Duschbad/WC & Telefon	80 €
N1	Einzelzimmer mit Duschbad/WC & Telefon	98 €
H2	Gartenhaus Doppelbelegung mit Duschbad/WC	85 €
H1	Gartenhaus Einzelbelegung mit Duschbad/WC	110 €

Von allen Gruppengästen, die nicht in ZIST übernachten, erheben wir eine Gästehauspauschale von fünfzehn Euro pro Tag.

Wir haben nicht die nötigen Einrichtungen, um Haustiere unterzubringen. Wir bitten Sie um Verständnis, dass Sie – auch mit Rücksicht auf Gäste, die an Allergien leiden – Ihre Haustiere leider nicht mitbringen können.

Die vegetarische Kost, mit der Sie bei uns verpflegt werden, wird aus frischen und saisonalen Lebensmitteln, überwiegend in zertifizierter Bio-Qualität, liebevoll, differenziert und wohlschmeckend zubereitet.

Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Küche kommen Ihnen – soweit möglich – gerne entgegen, wenn Sie aus Gesundheitsgründen auf besondere Diät angewiesen sind. Bitte teilen Sie uns dies gleich bei der Anmeldung mit.

Preisänderungen in den Folgejahren behalten wir uns vor.

Bilder:
ZIST Impressionen



Telefon und Internet

Bei allen Zimmern, die mit Telefon ausgestattet sind, kann gegen eine Gebühr von drei Euro pro Tag ein Internetanschluss aktiviert werden.

Außerdem steht ein Computer mit Internetzugang sowie mit zwei Kabelanschlüssen für Ihr eigenes Notebook zur kostenlosen Nutzung zur Verfügung (in der Nische neben dem Meditationsraum).

ZIST Café

Das Café dient als Aufenthaltsraum für die Pausen und die Abende. Tagsüber stellen wir Ihnen kostenlos Obst, Filterkaffee und verschiedene Tees zur Verfügung. Darüber hinaus können Sie – bei Selbstbedienung – diverse alkoholfreie und alkoholische Getränke, unterschiedliche Kaffeespezialitäten sowie Knabbereien genießen. Den Konsum tragen Sie bitte in bereitgelegte Listen ein und bezahlen ihn am Abreisetag bei der Schlüsselabgabe.

Für den Kaffeeautomaten benötigen Sie Kleingeld in Münzen. Unser Büro wechselt Ihnen gerne.

ZIST Seminarladen

Der ZIST Empfang ist zugleich unser Seminarladen, in dem Seminarbedarf, ausgewählte Literatur, Audio- und Videokassetten, CDs, DVDs, Bildkarten, Meditationsartikel sowie kleine Geschenke zum Verkauf angeboten werden. Hier können Sie auch eine Umgebungskarte zum Wandern oder Radfahren erwerben.

Freizeitmöglichkeiten

Das Seminarhaus liegt in Alleinlage im Wald und nahe bei verschiedenen Seen.

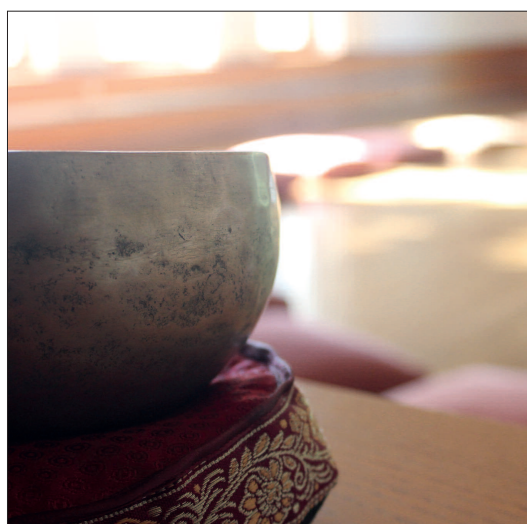
ZIST ist ein idealer Ausgangspunkt für Spaziergänge, Radtouren und Schwimmen im Frühjahr und Sommer – oder zum Langlaufen und Ski Alpin im Winter. Einige einfache Leihfahräder stellen wir zur Verfügung. Für längere Radtouren empfehlen wir Ihnen, Ihr eigenes Fahrrad mitzubringen.

Stilles Sitzen

Jeden Morgen von 7.30 h – 8.00 h können alle Interessierten im Meditationsraum zur Übung des Stillen Sitzens zusammenkommen.

Fernsehen

Im Konferenzraum steht ein Fernsehgerät sowie ein DVD-Player zur Verfügung.



Sauna

In der Mittagspause oder am Abend können Sie für eine Gebühr von fünf Euro gerne unsere Sauna (einschließlich Saunatuch) nutzen.

Zusätzliche Einzelbehandlungen auf Wunsch

Während Ihres Aufenthalts in ZIST haben Sie die Möglichkeit, zusätzliche Einzelbehandlungen zu buchen. Bitte sprechen Sie Termine rechtzeitig telefonisch ab.

Für Feldenkrais bei Maja Büntig-Ludwig unter Telefon 08809-1065.

Für Massagen bei Anke Ramirez Schmidt unter Telefon 08851-6159713.

Kinder

Für Kinder von sechs Jahren bis zum vollendeten sechzehnten Lebensjahr, die im Zimmer der Eltern schlafen, bieten wir eine reduzierte Pauschale für Vollpension in Höhe von fünfundzwanzig Euro an. Für jüngere Kinder ist der Aufenthalt bei Übernachtung im Zimmer der Eltern kostenfrei.

Bilder:
ZIST Impressionen



IN EIGENER SACHE

ZIST PROGRAMMHEFT

Unser Programmheft 2015 ist wegen personeller Veränderungen und sich daraus ergebenden Verzögerungen sehr spät erschienen. Das tut uns leid. Für das Heft 2016 planen wir, im Spätsommer 2015 herauszukommen.

Trotzdem wir uns bemühen, Änderungen zu vermeiden, kommt es immer wieder einmal vor, dass im Heft angekündigte Kurse aus verschiedenen Gründen abgesagt werden müssen oder noch nicht im Heft angekündigte Kurse stattfinden. Bitte informieren Sie sich auf unserer Webseite sowie über unseren Newsletter ZIST POST über aktuelle Änderungen.



Es besteht die Möglichkeit, Kinder zwischen drei und dreizehn Jahren im Kindergarten der Arbeiterwohlfahrt in Penzberg betreuen zu lassen.

Nach vorheriger Absprache ist eine individuelle Kinderbetreuung vor Ort in ZIST auch möglich. Bitte wenden Sie sich bei Interesse mindestens eine Woche vorher ans ZIST Büro.

Sonstiges

Sie brauchen in ZIST lockere, bequeme Kleidung, Sonnen-, Regen- und Kälteschutz und feste Schuhe sowie in den Zimmern und im Gruppenraum Hausschuhe oder Socken.

ZIST POST

Unser Newsletter erscheint alle sechs bis acht Wochen. Ihm können Sie Informationen über aktuelle Highlights und eventuelle Änderungen des Programms, über Aktivitäten von Wolf Büntig und über Neuigkeiten aus ZIST Penzberg entnehmen. Fordern Sie die ZIST POST einfach an:

http://www.zist.de/zist/frameset_zist_newsletter.html

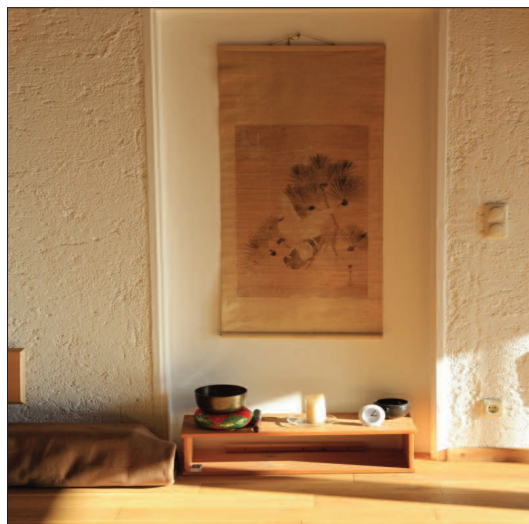
ZIST.DE

Wir rechnen damit, im Februar/März 2015 endlich mit unserer neuen Webseite online zu gehen. Die alte Seite war aus technischen Gründen nicht mehr ganz auf der Höhe der Zeit und passte zudem schon seit Jahren nicht mehr zu unserem aktuellen Erscheinungsbild. Wir haben versucht, die neue Webseite sowohl übersichtlicher als auch attraktiver und benutzerfreundlicher zu gestalten. Sie wird zudem auf Ihrem Smartphone und auf Ihrem Tablet funktionieren.

Wir planen in 2015 zudem ein Redesign der Webseite der *ZIST Akademie für Psychotherapie* sowie ein Redesign unseres Newsletters ZIST POST.

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 über Ihre persönliche Weiterempfehlung, denn das ist die beste Werbung, die wir uns vorstellen können. Sie können das in Gesprächen mit Freunden und Bekannten tun, oder wenn Sie sich verbunden fühlen, Ihre Webseite mit unserer www.zist.de verlinken. Oder Sie können unser gedrucktes Werbematerial in Ihren Praxisräumen und Instituten auslegen. Gerne senden wir Ihnen hierzu Flyer und Programmhefte. Bitte wenden Sie sich direkt an Heike Brandt (E-Mail: heike.brandt@zist.de oder telefonisch unter 08856-936914). Vielen Dank! ■



EINMIETUNGEN IN ZIST PENZBERG

Auch wenn die Auslastung unseres Hauses mit eigenen Gruppen sehr gut ist, freuen wir uns – wenn es terminlich möglich ist – über eingemietete Gastgruppen. Bitte wenden Sie sich bei Interesse direkt an unsere Programmorganisatorin Irene Hansel: Telefon 08194-999638 oder per E-Mail: hansel@zist.de



Bilder:
ZIST Impressionen

KUNST IM SEMINARHAUS

Max Strack und Sabine Grünwald organisieren kontinuierlich alle drei Monate wechselnde Kunst- und Fotoausstellungen in ZIST. Ausgestellt wird im Café, im Speisesaal und in den öffentlich zugänglichen Vorräumen des großen Saals und des Meditationsraums. Der erste Tag einer neuen Ausstellung wird jeweils sonntagnachmittags in einer Vernissage im Café mit Livemusik gefeiert. Die Termine für die Ausstellungen können Sie über unseren Newsletter erfahren. In Penzberg und Umgebung sowie in der Umgebung der ausstellenden Künstler liegen Faltposter mit Informationen über die Kunst und ihre Künstler aus.

SPONSORING/SPENDEN

ZIST ist eines der wenigen unabhängigen Seminarzentren, die sich ohne öffentliche Fördermittel von Staat, Kirchen, Gewerkschaften und Parteien selbst finanzieren. Durch eine Vielzahl von großen und kleinen Spenden wurde und wird vieles ermöglicht, das sonst kaum für uns zu finanzieren 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. 2014 war ein in finanzieller Hinsicht schwieriges Jahr für uns, in dem zum Beispiel durch kleine Umweltkatastrophen wie Überschwemmungen in verschiedenen Bereichen unseres Seminarhauses, durch notwendige Investitionen in der Küche, den Umbau eines Gartenhauses et cetera unvorhergesehene Kosten kreiert wurden. Solche Kosten decken wir nicht so ohne Weiteres durch den laufenden Betrieb und auch deswegen sind wir dankbar für – kleine und große – Spenden.



ANREISE MIT DER BAHN

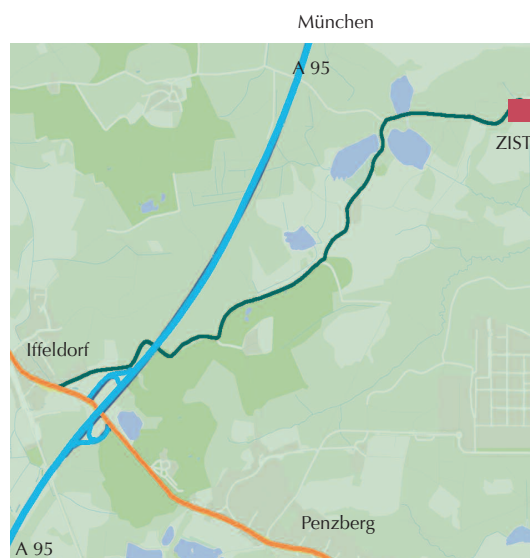
Fahren Sie vom Starnberger Bahnhof, einem Flügelbahnhof des Münchener Hauptbahnhofs, in Richtung Garmisch bis Tutzing und von dort weiter mit der Regionalbahn Richtung Kochel bis nach Penzberg. Von dort geht es weiter mit dem Taxi, gegebenenfalls zusammen mit anderen Gruppenteilnehmern. Wir empfehlen, das Taxi vorzubestellen unter den Rufnummern: +49-8856-81844 oder +49-8856-2270

ANREISE MIT DEM AUTO

Mit dem Auto fahren Sie auf der Autobahn München–Garmisch bis zur Ausfahrt Penzberg, dann rechts in Richtung Iffeldorf, nach etwa 120 m direkt nach dem Ortsschild Untereurach (dort steht links ein Wegweiser Richtung ZIST) wieder nach rechts und auf dem Nantesbucher Weg durch Wiesen und Wälder und an Seen vorbei genau 3,7 km bis ZIST.

MITFAHRGELEGENHEIT

Auf Anfrage informiert Sie unser Sekretariat etwa eine Woche vor Gruppenbeginn über Mitfahrgelegenheiten.



Garmisch-Partenkirchen



1. ANMELDUNG UND BESTÄTIGUNG

Bitte

- melden Sie sich über unsere Internetseite www.zist.de beziehungsweise per Post, Fax oder persönlich im ZIST Büro mit dem Anmeldeformular auf Seite 95 an (weitere Anmeldeformulare senden wir Ihnen gerne zu),
- melden Sie sich so früh wie möglich an, damit Sie Ihren Platz sicher haben, weil die Teilnehmerzahl der meisten Kurse begrenzt ist,
- nennen Sie in jedem Fall die Gruppennummer, die Sie am Ende jeder Beschreibung der Veranstaltung finden, und
- erteilen Sie uns ein SEPA-Lastschriftmandat oder teilen Sie uns mit, dass Sie per Überweisung vier Wochen (Geldeingang) vor Kursbeginn bezahlen (siehe unten Bezahlung).

Sobald uns Ihre Anmeldung per Internet zugegangen ist, erhalten Sie per E-Mail eine automatische Eingangsbestätigung.

Jede Anmeldung bestätigen wir binnen drei Arbeitstagen – per E-Mail oder per Post – mit Zusendung einer Anmeldebestätigung. Damit wird Ihre Anmeldung verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der Kursgebühr. Sollte die von Ihnen gewählte Veranstaltung bereits ausgebucht sein, verständigen wir Sie umgehend, führen Ihre Anmeldung auf einer Warteliste und benachrichtigen Sie, wenn ein Platz frei wird.

2. BEZAHLUNG

Der bequemste Weg der Zahlung für Sie und uns ist es, wenn Sie uns ein SEPA-Lastschriftmandat zusammen mit Ihrer Anmeldung erteilen. Die Kursgebühr wird in diesem Fall vierzehn Tage vor Kursbeginn eingezogen. Wenn Sie lieber überweisen möchten, ist die gesamte Gebühr vier Wochen vor Kursbeginn fällig.

Zahlungen aus der Schweiz überweisen Sie bitte auf das unten stehende PostFinance Konto.

Bitte geben Sie auch auf dem Überweisungsformular unbedingt Ihren Namen und die Gruppennummer an.

Bankverbindungen

Gläubiger-Identifikationsnummer im SEPA-Lastschriftverfahren:

DE36ZZZ00000461526

Vereinigte Sparkassen Weilheim

IBAN: DE75 7035 1030 0009 1391 06

BIC: BYLADEM1WHM

Postbank Nürnberg

IBAN: DE68 7601 0085 0541 6558 57

BIC: PBNKDEFF

Für Zahlungen aus der Schweiz:

PostFinance

IBAN: CH89 0900 0000 9177 7772 1

BIC: POFICHBEXX

Ermäßigung

Sie erhalten jeweils 10 % Ermäßigung auf die Kursgebühr (ausgenommen längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen und fortlaufende Gruppen),

- wenn Sie Mitglied im *ZIST Förderverein e. V.* sind,
- wenn Sie arbeitslos, schwerbeschädigt oder in Rente sind, zur Schule gehen, studieren oder sonst wie in Ausbildung sind und eine entsprechende Bescheinigung vorlegen,
- wenn Sie jemanden (bei Paargruppen ein weiteres Paar) zur Gruppe mitbringen und uns dies bei der Anmeldung mitteilen,
- wenn Sie bei Fortbildungen in Serie vier beziehungsweise mindestens vier Workshops buchen, insgesamt jedoch höchstens 20 % der Kursgebühr. Bei Paargruppen ist die Ermäßigung fürs Mitbringen einer weiteren Person bereits in der Kursgebühr berücksichtigt.

Außerdem besteht für Menschen in finanziellen Notlagen die Möglichkeit zur Übernahme bis zu 50 % der Kursgebühr (für Workshops zur Selbsterfahrung oder am Klausurprogramm *Alltag als Übung* durch den *ZIST Förderverein e. V.* – auch wenn Sie nicht Mitglied sind. Lesen Sie mehr dazu auf Seite 89.

3. RÜCKTRITT

Der Rücktritt von einer Anmeldung muss schriftlich erfolgen.

3.1 Einzelworkshop

Wenn Sie bis vier Wochen vor Beginn eines einzelnen Workshops von Ihrer Anmeldung zurücktreten, fällt eine Bearbeitungsgebühr von dreißig Euro an, danach die volle Kursgebühr. Wenn ein Interessent von der Warteliste nachrücken kann, berechnen wir nur die Bearbeitungsgebühr.

3.2 Längere Fort-, Weiter- und Ausbildung, fortlaufende Selbsterfahrungsgruppe

Sie können bis vier Wochen vor Beginn der fortlaufenden Selbsterfahrungsgruppe beziehungsweise längeren Fort-, Weiter- und Ausbildung von Ihrer Anmeldung zurücktreten. ZIST erhebt in diesem Fall eine Bearbeitungsgebühr von achtzig Euro.

Nach dem Gesetz zur Regelung der Allgemeinen Geschäftsbedingungen können die Veranstalter die Teilnehmerinnen und Teilnehmer an fortlaufenden Selbsterfahrungsgruppen und längeren Fort-, Weiter- und Ausbildungen jeweils nur für ein Jahr ab Kündigung des Teilnehmers vertraglich binden. Wir vertrauen jedoch darauf, dass Sie sich für eine fortlaufende Selbsterfahrungsgruppe oder eine längere Fort-, Weiter- oder Ausbildung nur dann anmelden, wenn Sie die Absicht haben, diese zu beenden.

Bei einem späteren Rücktritt sind die Kosten für die Veranstaltungen des auf den Rücktritt folgenden Jahres zu bezahlen. Wenn der Rücktritt vor

Beginn des ersten Workshops der Veranstaltungsreihe erfolgt und eine Teilnehmerin oder ein Teilnehmer von der Warteliste nachrückt, ist nur die Bearbeitungsgebühr zu bezahlen.

Es besteht kein Erstattungsanspruch auf die Kursgebühr versäumter Abschnitte von fortlaufenden Selbsterfahrungsgruppen und längeren Fort-, Weiter- und Ausbildungen.

Zum Schutz gegen finanzielle Einbußen dadurch, dass Sie unter Umständen Ihren Vertrag nicht einhalten können, empfehlen wir Ihnen dringend den Abschluss einer Reiserücktrittskostenversicherung. Ein entsprechendes Formular senden wir Ihnen mit der Anmeldebestätigung zu.

3.3 Widerrufsrecht bei Fernabsatzverträgen

Wenn Sie Ihre Veranstaltung bei *ZIST gemeinnützige GmbH* unter ausschließlicher Verwendung von Fernkommunikationsmitteln (zum Beispiel Brief, Fax, E-Mail) gebucht haben, können Sie Ihre Vertragserklärung innerhalb von vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (zum Beispiel Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt mit dem Zugang der Anmeldung.

Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Bitte beachten Sie, dass die Stornogeühren der *ZIST gemeinnützige GmbH* zu erstatten sind. Der Widerruf ist zu richten an:

ZIST gemeinnützige GmbH
Zist 1
82377 Penzberg
Telefax: +49-8856-936970
E-Mail: info@zist.de

4. ABSAGE

Sollte ZIST aus wichtigem Grund (zum Beispiel Erkrankung der Kursleitung oder wegen zu geringer Teilnehmerzahl) gezwungen sein, einen Kurs abzusagen, benachrichtigen wir Sie sofort und erstatten Ihnen die volle Kursgebühr. Weitere Ansprüche an ZIST bestehen nicht. Für den Fall, dass Sie innerhalb von vierzehn Tagen vor Beginn des Kurses nicht unter der von Ihnen angegebenen Adresse erreichbar sind, bitten wir Sie dringend, sich rechtzeitig telefonisch zu erkundigen, ob die Gruppe stattfinden wird.

5. ÄNDERUNGEN

Im Ausnahmefall können insbesondere bei längeren Fort-, Weiter- und Ausbildungen Termin- und Programmänderungen notwendig werden, die wir Ihnen umgehend mitteilen.

6. HAFTUNG

Hinsichtlich der Haftung gelten die gesetzlichen Bestimmungen. Insbesondere weisen wir darauf hin, dass ZIST und seine gesetzlichen Vertreter oder Erfüllungsgehilfen nur bei grob fahrlässigem oder vorsätzlichem Verhalten haften. Gleiches gilt für sonstige Personen (Verrichtungsgehilfen), sofern sich ZIST deren Verhalten zurechnen lassen muss.

Für ihre physische und psychische Eignung für die Teilnahme an unseren jeweiligen Veranstaltungen tragen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die volle Verantwortung. Für verursachte Schäden kommen sie selber auf.

ANZEIGE

TaKeTiNa – Ständiger Wandel im Rhythmus

Erleben Sie die Parallele von Rhythmus und Leben

- mit Stimme, Bewegung und Freude,
- mit Introspektion und Lebendigkeit,
- mit Chaos und Neuordnung zur Transformation.
- Gruppen in München und anderswo – kontaktieren Sie uns für Ihr Event.

**Beth Gahbler
& Gülbin Biner**

089/4435 5783
0177/571 6784

www.rhythmandsong.com

Wir freuen uns!

Serge K. D. Sulz, Thomas Bronisch (Hrsg.)

KÖRPER UND ENTWICKLUNG IN DER PSYCHOTHERAPIE – EMBODIMENT

Ohne Körper geht es heute nicht mehr in der Psychotherapie. Neurobiologie, Neuropsychiatrie, Kognitionsforschung, psychoanalytische Forschung sind zu einem Punkt gelangt, den wir Embodiment nennen können. Kindheitserfahrungen werden im Gehirn nicht sprachlich kodiert gespeichert, sondern als leibhaftiges Erleben. Heutige Beziehungen führen zu körperlich-affektiv-kognitiven Resonanzen und Informationsverarbeitungen, die wir mit sprechender Psychotherapie nicht erfassen können. Das Buch bildet diese aktuelle Entwicklung durch Beiträge namhafter Autoren ab und bietet dadurch den derzeit umfassendsten Überblick.

ISBN 978-3-86294-018-9 | Broschur 170 x 240 | 280 S. | € 25,—

INHALT

Joachim Bauer: Neurobiologische und soziale Kontexte menschlicher Aggression und Gewalt

Thomas Fuchs: Die verkörperte Psyche: ein Paradigma für Psychiatrie und Psychotherapie

Wolfgang Tschacher, Maja Storch: Die Bedeutung von Embodiment für Psychologie und Psychotherapie

Gernot Hauke, Jan Spreemann: Wie der Körper bei der Arbeit mit Emotionen hilft. Embodiment in der Strategisch-Behavioralen Therapie (SBT)

Lars Theßen: Emotion und Atmung – Emotionale Ausdrucksmuster durch kontrollierte Atmungsänderung in der psychotherapeutischen Arbeit

Leonhard Schrenker: Der Weg zu uns selbst – Persönlichkeitsentwicklung und Embodiment aus der Sicht der Pesso-Therapie (PBSP)

Evelyn Schmidt: Körpererleben und Körperpsychotherapie bei Patienten mit strukturellen Störungsanteilen

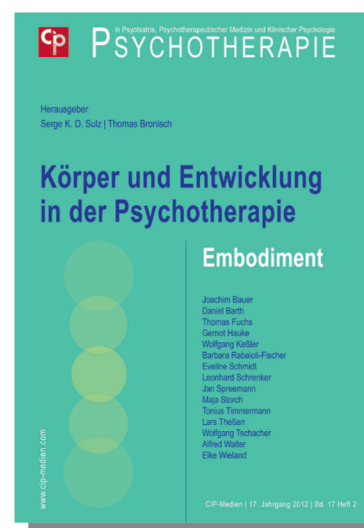
Daniel Barth: Mentalisierung und der schwarze Peter

Alfred Walter: Zwischen Skylla und Charybdis. Psychoanalytische Anmerkungen zur innerpsychischen und externalisierenden Selbstregulation

Elke Wieland, Wolfgang Keßler: Die Körperplastik als Brücke zwischen Körper und Psyche

Tonius Timmermann: Musik und Körper – Ansätze in der Musiktherapie

Barbara Rabaioli-Fischer: Gefühle aus der Kindheit: Die Bearbeitung der Lebensgeschichte in der Psychotherapie – transaktionale Verhaltenstherapie



Serge K. D. Sulz, Siegfried Höfling (Hrsg.)

... UND ER ENTWICKELT SICH DOCH! Entwicklung durch Psychotherapie

Entwicklung ist ein fast durchgängig vernachlässigter Aspekt in der Psychotherapie Erwachsener. Psychotherapie beginnt mit der tiefen Kenntnis der kindlichen Entwicklung und deren Störungen. Und sie endet therapeutisch mit der Förderung der Weiterentwicklung des Erwachsenen – durch Überwindung seiner Entwicklungsdefizite.

ISBN 978-3-932096-84-6 | 358 S. | € 59,—



Albert Pesso, Lowijs Perquin

DIE BÜHNEN DES BEWUSSTSEINS ODER: WERDEN, WER WIR WIRKLICH SIND

Pesso-Therapie oder genauer Pesso Boyden System Psychomotor (PBSP) ist ein zugleich innovativer und integrativer Ansatz. Absolut innovativ sind das Menschenbild, das Vorgehen und der Umgang mit Beziehung. Integrativ ist die Verbindung von Individuum und Familie, von Körper, Emotion und Geist und von (Neuro-)Biologie. Erfrischend jung und dynamisch, warmherzig und einfühlsam ist der Therapeut, ist die Therapie. Eine erfüllende Erfahrung, diese Therapie kennen und erleben zu lernen. Dieses Buch öffnet die Tür für einen spannenden Weg.

ISBN 978-3-932096-57-0 | 368 S. | € 67,90

Herold Verlagsauslieferung

p.zerzawetzky@herold-va.de | Raiffeisenallee 10 | 82041 Oberhaching | Tel. 0 89-61 38 71 24 | Fax -61 38 71 55 24 | www.cip-medien.com

ZIST hilft. Helfen Sie mit!

Sie haben in ZIST wichtige und bereichernde Erfahrungen gemacht?

Sie möchten anderen Menschen ähnliche Erfahrungen ermöglichen?

Sie würdigen die Arbeit von ZIST als einen wichtigen Beitrag zur menschlich-seelischen Orientierungshilfe in unserer Zeit?

Sie wünschen sich, dass möglichst viele Menschen das Angebot von ZIST nutzen können?

Dann treten Sie dem ZIST Förderverein e. V. bei.

Mit Ihrem Beitrag von nur 27 Cent pro Tag

- ermöglichen Sie Menschen in persönlicher Krise und wirtschaftlicher Not eine Teilnahme an einem ZIST Selbsterfahrungsworkshop.
- unterstützen Sie wichtige ZIST Projekte und Veranstaltungen, zum Beispiel die *ZIST Symposien* und den *ZIST Kongress*.
- fördern Sie die *ZIST Akademie für Psychotherapie*.
- können Sie in der jährlichen Mitgliederversammlung den Einsatz der Fördermittel mitbestimmen.
- sind Sie persönlich zu besonderen Veranstaltungen des ZIST Fördervereins herzlich eingeladen.
- gewährt Ihnen die *ZIST gemeinnützige GmbH* auf viele Veranstaltungen (längere Aus-, Fort- und Weiterbildungen ausgenommen) 10 % Ermäßigung.

Legen Sie Ihren Jahresbeitrag ab 100 Euro pro Jahr selbst fest. Sie bekommen dafür eine steuerwirksame Spendenquittung. Mit Ihrem Beitritt erhalten Sie ein feines Willkommensgeschenk.

Melden Sie sich an oder spenden Sie hier:
www.zist.de/verein

Wir würden uns freuen, Sie im *ZIST Förderverein e. V.* willkommen zu heißen!

Der Vorstand

Andrea Stemberger (Vorsitz)
Sabine Bundschu
Hans-Otto Mühleisen
Antal Szalay

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

Informieren Sie sich über die aktuellen Aktivitäten des Vereins und den Termin der nächsten Mitgliederversammlung auf unserer Internetseite: www.zist.de/verein

ZIST hilft. Wir helfen mit.

Sie möchten die Arbeit von ZIST für sich nutzen, können die Kosten für die Teilnahme an einem Workshop zur Selbsterfahrung oder am Klausurprogramm *Alltag als Übung* aber nicht aus eigener Kraft tragen?

Wir, der ZIST Förderverein, helfen mit und übernehmen einen Teil der Kursgebühren bis zu 50 % für all jene Menschen, die in Lebenskrisen Hilfe bei ZIST suchen, die anfallenden Kosten aber nicht selbst tragen können.

Falls Sie diese Unterstützung nutzen wollen, schreiben Sie uns einfach eine E-Mail an: verein@zist.de

Trauen Sie sich! Sie sind herzlich willkommen und wir behandeln Ihr Anliegen streng vertraulich!

ZIST Förderverein e. V.

Zist 1
82377 Penzberg
Tel.: +49-8856-93690
Fax: +49-8856-93690
E-Mail: verein@zist.de
www.zist.de/verein

BENEFIZ KONZERT FÜR ZIST PULSE SANCTUARY

Glen Velez TA KA DI MI Project featuring LOIRE (Lori Cotler)

Neue Musik für Rhythmische Stimme und
Rahmentrommeln

Wir leben in einer pulsierenden Welt und tragen einen stillen Puls in unserem Inneren. Dieser rhythmische Tanz ist unsere geheimnisvollste, sensitivste und instinktivste Verbindung miteinander. Alle Emotionen sind pulsierende Energie. Das Lachen ist pulsierende Freude. Das Weinen ist pulsierende Traurigkeit. Begleiten Sie uns, wenn wir uns mit dem Herzschlag der Erde synchronisieren.



1.4.2015, 20.00 h
Schlossberghalle Starnberg
Vogelanger 2, 82319 Starnberg

Vorverkauf über info@zist.de 18 € *

Abendkasse 22 €

* Bitte überweisen Sie uns unter Angabe Ihrer Postadresse sowie des Verwendungszwecks
ZIST Konzert Nr. 150402 den entsprechenden Betrag
bis (Zahlungseingang) 26. März 2015.

Wir senden Ihnen Ihre Karten dann auf dem Postweg zu.

info@zist.de



Odenwald-Institut
der Karl Kübel Stiftung

Kompetenz und Lebensqualität

Seminare, Aus- und Weiterbildungen für Familie, Beruf und Persönlichkeit

- **Führung, Beratung & Konfliktmanagement**
Kommunikation, Mediation, Aggressionsberatung, Teamarbeit, Projektmanagement, Trauerarbeit ...
- **Methodentrainings**
Coaching, Supervision, systemische Beratung, Psychodrama, TA, TZI, NLP ...
- **Pädagogische & therapeutische Konzepte**
Somatic Experiencing, Coach im Klassenzimmer, Paartherapie, Hypnose ...
- **Gesundheit & Körper**
Progressive Muskelentspannung, Feldenkrais, Hypnosystemisches Coaching, Taijiquan ...
- **Selbsterfahrung & Achtsamkeit**
Bibliodrama, MBSR, Meditation ...
- **Kreativität**
Ausdrucksmalen, Jeux Dramatiques, Stimme, Musik, Gesang ...
- **Frauen, Männer, Partnerschaft, Familien, Jugend**

Anerkannte Zusatzqualifikationen und akkreditierte Weiterbildungen, Bildungsurlaub, Förderungen.

Unsere Kurse und Seminare finden im eigenen Seminarzentrum mitten im Grünen statt.



Odenwald-Institut
der Karl Kübel Stiftung

Odenwald-Institut

Seminare, Aus- und Weiterbildungen
für Familie, Beruf und Persönlichkeit

Tromm 25 · 69483 Wald-Michelbach

Tel. 06207 605-0 · info@odenwaldinstitut.de

www.odenwaldinstitut.de



evolve

MAGAZIN FÜR BEWUSSTSEIN UND KULTUR

steht für die Entwicklung von Bewusstsein und Kultur.

stellt Fragen: Was hat wirklich Wert, was macht letztlich Sinn?

denkt: rational, philosophisch, spirituell.

lebt: integral und evolutionär.

verbindet: Menschen auf der Suche nach einer progressiven Spiritualität.

Der Welt eine neue Tiefe geben.

Schauen Sie hinein oder bestellen Sie Ihr Probe-Abo

www.evolve-magazin.de



© Barbara Hochwald / Heidelberg

Ausbildungen

Themen-
bezogene
Fortbildungen

Feldenkrais-
Poster

www.feldenkraiszentrum-HD.de

Ulla Schläfke & Roger Russell

Seit 20 Jahren international akkreditierte
Feldenkrais-Ausbildung

Feldenkrais-Zentrum Heidelberg

Ulla Schläfke & Roger Russell



Rufen Sie uns an und besuchen Sie unsere Website!

Bergheimer Straße 31 | D-69115 Heidelberg | T 0 62 21 - 2 94 61 | www.feldenkraiszentrum-HD.de | feldenkraiszentrum-HD@t-online.de



Bild: Thomas Ludwig

Die Heldenreise des Mannes

E i n M ä n n e r p r o j e k t

Der Weg eines Mannes zu sich selbst ist eine innere und äußere Heldenreise, die ihn durch die vielfältigen Wirklichkeiten seiner männlichen Seele führt.

Der Begriff Heldenreise stammt aus der Mythologie und ist ein Bild für eine dem Menschen innewohnende Entwicklungsbewegung.

Im initiatischen Männerprojekt greifen wir dieses Bild auf und schaffen einen Rahmen, in dem Männer den sieben Kernthemen ihres Mannseins begegnen. Jedes Kernthema steht in Verbindung mit einem inneren Archetypen.

Mitgefühl / Verletzbarkeit – Der Heiler	• Liebe / Sexualität – Der Liebhaber
Stärke / Unterstützung – Der Vater	• Weisheit / Spiritualität – Der Mystiker
Freiheit / Wildheit – Der Wilde Mann	• Wert / Führerschaft – Der König
Wille / Entschlossenheit – Der Krieger	•

Die besondere Weise des Zusammenwirkens von therapeutischem Prozess, Ritualdynamik und Spiritualität, schafft die Grundlage für die einzigartige Qualität des Männerprojekts. Zu dieser siebenteiligen Seminarreihe laden wir Männer jeden Alters ein, die bereit sind, auf die „Heldenreise“ zu gehen, ihre Identität als Mann zu ergründen und Kontakt zu ihrem Wesen zu gewinnen.

Weitere Informationen unter:
www.heldenreise-des-mannes.de

ZIPAT
Therapie · Initiation · Spiritualität

Seminarbüro · Dahlienweg 18 · 53229 Bonn · Tel: 02 28 - 377 27 -67 · Fax: -68 · buero@zipat.de · www.zipat.de



Parkklinik Heiligenfeld

Krankenhaus für psychische und psychosomatische Erkrankungen für Privatversicherte und Selbstzahler.

Auch spezielle Behandlungsangebote für Berufsgruppen.

Bismarckstr. 36 - 44
97688 Bad Kissingen
0971 84-0
www.parkklinik-heiligenfeld.de
info@heiligenfeld.de

Hilfe bei Burnout und Depression

Die **Parkklinik Heiligenfeld** in Bad Kissingen ist spezialisiert auf die Behandlung von Menschen mit **psychosomatischen Erkrankungen**.

Das Therapieangebot der Parkklinik Heiligenfeld umfasst den gesamten Bereich psychosomatischer und seelischer Störungen, wie Burnout, Depressionen, Angststörungen, u. a. Darüber hinaus bietet die Parkklinik Heiligenfeld spezielle Behandlungskonzepte für Lehrer, Ärzte und Therapeuten, Beamte und Angestellte im Vollzugsdienst und der öffentlichen Verwaltung, Führungskräfte und Selbstständige sowie Menschen im kirchlichen Dienst. Darüber hinaus gibt es besondere Behandlungskonzepte für tierbegleitete Therapie und Menschen mit Adipositas.

In der Parkklinik Heiligenfeld gibt es eigene **Behandlungsgruppen für Menschen mit Burnout und Depression**, um den Betroffenen ganz gezielt helfen zu können. Sie sind Bestandteil des integrativen Behandlungskonzepts und werden ergänzend angeboten zur Gruppen-, Einzel-, Körper- und Kreativtherapie sowie zum Sport, den Entspannungsverfahren und der therapeutischen Gemeinschaft. Ziel dieser Gruppen ist zum einen die Aufklärung über das Krankheitsbild. Zum anderen werden durch gezielte Übungen neue Problemlösungsstrategien entwickelt, die in der Zeit nach dem stationären Aufenthalt neue und bessere Verhaltensmuster für einen stressfreien Umgang mit privaten und beruflichen Herausforderungen bieten.

Die Parkklinik Heiligenfeld bietet ihren Patienten einen besonderen Ort, der geprägt ist von Menschlichkeit, Achtsamkeit, Respekt und Offenheit.







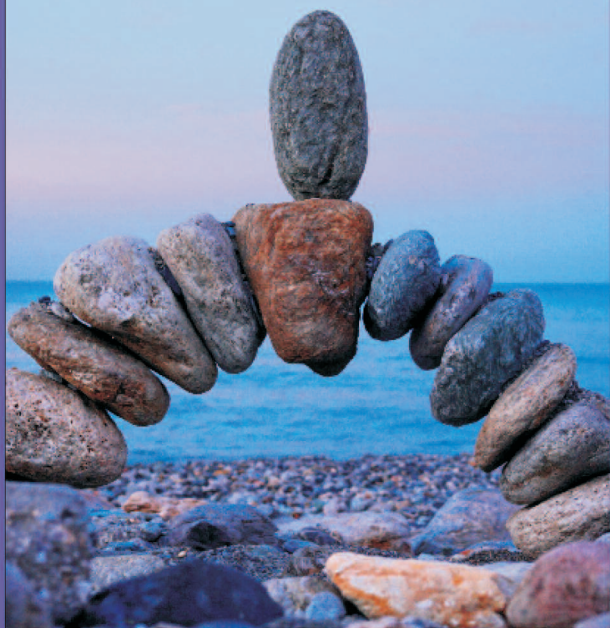

BESTE ARBEITGEBER KLINIKEN 2014



2014

... auf dem Weg zu einem guten Leben!

Erzähle mir
und ich vergesse
Zeige mir und ich erinnere mich
Lass es mich tun und ich verstehe



www.geschichten-netzwerk.de

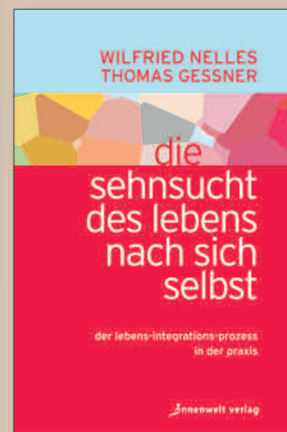
innenwelt verlag



Wilfried Nelles
Das Leben hat keinen Rückwärtsgang
Die Evolution des Bewusstseins,
spirituelles Wachstum und
das Familienstellen
ISBN 978-3-936360-51-6
D 16,80 € · Ö 17,30 €

www.innenwelt-verlag.de

Der von Wilfried Nelles entwickelte Lebens-Integrations-Prozess hat das Potenzial, die gesamte Therapie- und Selbsterfahrungsszene zu revolutionieren!



Wilfried Nelles, Thomas Gessner
die Sehnsucht des Lebens nach sich selbst
der lebens-integrations-prozess
in der praxis
ISBN 978-3-942502-30-6
D 17,95 € · Ö 18,50 €

„Die Leute sind viel zu erregt, um wirklich guten Sex zu haben.“



Diana Richardson

„SLOW SEX ist bewusster Sex“, sagt Diana Richardson, Sexualtherapeutin und Autorin des Bestsellers **Zeit für Liebe**. Sie erläutert in diesem Film einen neuen Stil des Liebens, der dem Stress beim Sex entgegenwirkt und so entspannt zu mehr Nähe und Intimität führt. Und das hat mehr mit Glück, Zufriedenheit und Meditation zu tun, als wir denken ...

Erfrischend offen, humorvoll und berührend geben Diana, ihr Partner Michael und Paare unterschiedlichen Alters einen authentischen Einblick in ihre Erfahrungen. Der Film, der zugleich Dokumentation und Ratgeber ist, hat sich beim **Cosmic Cine Festival 2013** in das Herz des Publikums gespielt und so den **Publikumspreis Nr. 1** gewonnen!

Mehr Informationen: www.slowsex-derfilm.de



Schamanismus der Huichol Indianer

Die heilende Kraft der Natur

Mit dem bekannten
Schamanen und Heiler

Brant Secunda



Heilende Medizin
27. März – 1. April 2015
15. – 20. Oktober 2015
ZIST, Penzberg

Das Land der Götter
3. – 12. April 2015
Kreta, Griechenland

Heile Deinen Körper **Ein Fest des Frühlings**
Finde Deine Intuition 23. – 31. Mai 2015
Mt. Blanc, Italien

Stärke Deine Seele **Sommertreffen**
14. – 19. August 2015
Lychen, Uckermark

Neujahrsfeier
29. Dez. 2015 – 3. Jan. 2016
Augsburg,
Westliche Wälder



DANCE OF THE DEER FOUNDATION
CENTER FOR SHAMANIC STUDIES

Info + Anmeldung: schamanismus@huichol.eu
Tel.: 0821 – 24 32 330, www.shamanism.com



Odenwald-Institut
der Karl Kübel Stiftung

Highlights im Odenwald-Institut

Frauentagung

Frauen-Werte, Frauen-Worte
Gelebte Weiblichkeit
in einer fordernden Zeit

10. – 12.10.2014



2014



Odenwald-Institut
der Karl Kübel Stiftung

A

AKADEMIE

für Führung,
Personalentwicklung
und Coaching

Neu!
Seit 2014

Kompetenz und Lebensqualität

Odenwald-Institut
Seminare, Aus- und Weiterbildungen
für Familie, Beruf und Persönlichkeit
Tromm 25 · 69483 Wald-Michelbach
Tel. 06207 605-0 · info@odenwaldinstitut.de
www.odenwaldinstitut.de

ZIST gemeinnützige GmbH
Zist 1
82377 Penzberg
Deutschland

ANMELDUNG ZUR GRUPPE

Ich melde mich verbindlich an für die

Gruppe Nr.

von _____ bis _____

geleitet von _____

Vorname _____ Name _____

Beruf _____ Heilerlaubnis ja nein

Straße, Nr. _____

PLZ _____ Ort _____

Tel. privat _____ Arbeit _____

Fax _____ E-Mail _____

BEZAHLUNG

Ihre Anmeldung wird mit Zusendung der Anmeldebestätigung verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der Kursgebühr. Aus organisatorischen Gründen bitten wir Sie, die Vollpension bei der Ankunft bar oder mit EC-Karte zu bezahlen. Bitte haben Sie Verständnis, dass wir Mehrkosten, die durch Bezahlung mittels Kreditkarte entstehen, an Sie weitergeben (3,5 % des Zahlungsbetrags).

Die Kursgebühr in Höhe von _____ €

- bezahle ich per SEPA-Lastschriftmandat.
Die Abbuchung erfolgt vierzehn Tage vor Kursbeginn.
- überweise ich vier Wochen vor Kursbeginn (Eingang) auf eines der unten genannten Konten.

Vereinigte Sparkassen Weilheim

IBAN: DE75 7035 1030 0009 1391 06

BIC: BYLADEM1WHM

Postbank Nürnberg

IBAN: DE68 7601 0085 0541 6558 57

BIC: PBNKDEFF

PostFinance

(nur für Zahlungen aus der Schweiz)

IBAN: CH89 0900 0000 9177 7772 1

BIC: POFICHBEXX

SEPA-LASTSCHRIFTMANDAT

Gläubiger-Identifikationsnummer:

DE36ZZZ00000461526

Ich ermächtige *ZIST gemeinnützige GmbH*, die Kursgebühr für oben genannte Gruppe von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von *ZIST gemeinnützige GmbH* gezogene Lastschrift einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vorname, Name (Kontoinhaber) _____

Kreditinstitut _____

IBAN _____

BIC _____

Ort, Datum _____ Unterschrift _____

ZIMMERRESERVIERUNG

Preise inklusive Vollpension pro Person und Tag.

- A5 Mehrbettzimmer, Duschen und WCs im Flur 50 €
- A4 Mehrbettwohnung, mit Duschbad/WC 55 €
- A3 Dreibettzimmer, Duschen und WCs im Flur 55 €
- A2 Zweibettzimmer, Duschen und WCs im Flur 66 €
- N2 Zweibettzimmer,
mit Duschbad/WC & Telefon 80 €
- N1 Einzelzimmer, mit Duschbad/WC & Telefon 98 €
- H2 Gartenhaus Doppelbelegung
mit Duschbad/WC 85 €
- H1 Gartenhaus Einzelbelegung
mit Duschbad/WC 110 €

Preisänderungen in den Folgejahren behalten wir uns vor.

Sollte die von mir gewünschte Reservierung nicht möglich sein, bitte ich darum, mir ein Zimmer

- in der nächst höheren Kategorie
- in der nächst tieferen Kategorie zu reservieren.

ERKLÄRUNG

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der *ZIST gemeinnützige GmbH* habe ich zur Kenntnis genommen und bin damit einverstanden. Ich versichere, dass ich in eigener Verantwortung an der Veranstaltung teilnehme.

Ort, Datum _____

Unterschrift _____

Name in Druckbuchstaben _____

Ausbildung zum Lehrer für Körpersprache



Gebärdenspiel und Körper- und Bewusstseinstaining Bewegungs- und Ausdruckslehre der Metzler-Methode®

Orientierungsseminare 17. – 19.10.2014
13. – 15.02.2015

ab Mai 2015 zwei Jahre Basis Ausbildung
Anmeldung bis 20.02.2015
Ort: 79100 Freiburg

- Grundlagen von Gesetzmäßigkeiten des Ausdrucks • Licht- und Schattenarbeit • Bewusstwerdung und Verwandlung von Verhaltensmustern • Atemstrombilder und Strömungsübungen in Stille und Bewegung • Grundlagen der Achtsamkeit • Professionalisierung der Wahrnehmung von Körpersprache

www.metzler-methode.de

SO KÖNNEN SIE UNS ERREICHEN

ZIST Büro
info@zist.de
08856-936910

Akademiebüro
Franziska Borth
franziska.borth@zist.de
08856-936916

Verwaltung
Öffentlichkeitsarbeit
Heike Brandt
heike.brandt@zist.de
08856-936914

Programmorganisation
Einmietungen
Irene Hansel
hansel@zist.de
08194-999638

Seminarorganisation
Susanne Reidel
susanne.reidel@zist.de
08856-936912

Haustechnik
Volkmar Tenschert
haustechnik@zist.de

Programmleitung
Bunda S. Watermeier
watermeier@zist.de
08856-9367648

ZIST GEMEINNÜTZIGE GMBH

Anschrift
ZIST gemeinnützige GmbH
Zist 1, 82377 Penzberg, Deutschland
Telefon: +49-8856-93690
Fax: +49-8856-936970
E-Mail: info@zist.de
Internet: www.zist.de

Registergericht
Registergericht München, HRB: 155 909
Gesellschafter
Dr. med. Wolf Büntig
Zist 3, 82377 Penzberg, Deutschland

BANKVERBINDUNGEN

Gläubiger-Identifikationsnummer im
SEPA-Lastschriftverfahren:
DE36ZZZ00000461526
Vereinigte Sparkassen Weilheim
IBAN: DE75 7035 1030 0009 1391 06
BIC: BYLADEM1WHM

Postbank Nürnberg
IBAN: DE68 7601 0085 0541 6558 57
BIC: PBNKDEFF

PostFinance (nur für Zahlungen aus der Schweiz)
IBAN: CH89 0900 0000 9177 7772 1
BIC: POFIGHBEXXX

ZIST SEMINARZENTRUM

Geschäftsführung und Finanzen
Dr. med. Wolf Büntig

ZIST PROGRAMM

Leitung
Redaktion und Corporate Design
Bunda S. Watermeier
Organisation, Lektorat
Irene Hansel

Programmheft Ausgabe 2015
Bilder
Gudrun von Rimscha, www.vrimscha.de

Fotos
Patrick La Banca, Clemens Büntig

Druck
Druckerei Janz, Penzberg
V. i. S. d. P. Programmheft Ausgabe 2015
Dr. med. Wolf Büntig

ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE

Leitung
Dr. med. Dieter R. Horn
Akademiebüro
Franziska Borth

SEMINARHAUS ZIST PENZBERG

Leitung Verwaltung, Personal
Heike Brandt
Buchhaltung, Controlling
Sigrid Haas
Seminarorganisation
Susanne Reidel
Marketing, Öffentlichkeitsarbeit
Bunda S. Watermeier, Heike Brandt

Küche
Wolfgang Stangl
Gästehaus
Sabine Schwarz
Gestaltung Gebäude und Gelände
Verena Nitschke
Haustechnik
Volkmar Tenschert

ZIST BEIRAT

Dieter Banze
Diplomkaufmann, selbstständiger
Managementberater, München
Maja Büntig-Ludwig
Feldenkrais Lehrerin, Mitarbeitervertretung
Prof. em. Dr. Willi Butollo
Lehrstuhl Klinische Psychologie und
Psychotherapie, Department Psychologie,
LMU München
Prof. Dr. Gerald Hüther
Biologe, Leiter der *Zentralstelle für Neuro-
biologische Präventionsforschung der
Universitäten Göttingen und
Mannheim/Heidelberg*
Dr. Till Uwe Keil
Wissenschaftspublizist, München
Prof. em. Dr. Dr. h.c. Hans-Otto Mühleisen
Politologe, Sozialwissenschaftler, Freiburg
Prof. Dr. Luise Reddemann
Honorarprofessorin für Psychotraumatologie
(PITT) und psychologische Medizin an der
Universität Klagenfurt

ZIST AKADEMIE AUSBILDUNGSRAT

Dr. med. Wolf Büntig
Arzt/Psychotherapie, Lehrtherapeut für
tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie,
Gestalttherapie, Bioenergetik und
Balintgruppen
Dr. med. Dieter R. Horn
Facharzt für Allgemeinmedizin, Facharzt für
Psychosomatische Medizin und Psycho-
therapie, Zusatzbezeichnungen Naturheil-
verfahren und Umweltmedizin
Gustl Marlock
Dipl.-Soz.Päd., Lehrtherapeut für tiefenpsy-
chologisch fundierte Psychotherapie.
*Zentrum für Integrative Körpertherapie und
Humanistische Psychologie e. V.*
Sebastian Peschke
M.A. Psychologie, Musik- & Theaterwissen-
schaft; Coach, Unternehmensberater und
Therapeut
Eine Sprecherin beziehungsweise ein Sprecher
der Psychologinnen und Psychologen in
Ausbildung an der ZIST Akademie



Zist 1
82377 Penzberg
Deutschland

Telefon **+49-8856-93690**
Mo. – Fr. 9.00 – 13.00 Uhr
und 14.00 – 15.30 Uhr
Do. bis 18.00 Uhr

Telefax +49-8856-936970
E-Mail info@zist.de
Internet www.zist.de