

2018

ZIST MENSCHLICHES POTENTIAL ENTFALTEN

ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE WISSEN DURCH ERFAHRUNG



Regina Lord, Indische Impressionen

INHALT

ZIST	■ Editorial	3
	■ Über ZIST	4
	■ Veranstaltungskalender	6
	■ ZIST Förderverein e. V.	9
SELBSTERFAHRUNG	■ Persönliches Wachstum	11
	■ Männer, Frauen, Kinder – Beziehungen	18
	■ Gesundheit, Vorsorge, Selbstheilung	22
	■ Kreativität	27
	■ Spiritualität	31
	■ Spiritualität – Diamond Approach	33
	■ Klausurprogramm <i>Alltag als Übung</i>	35
FORT-, WEITER- UND AUSBILDUNG	■ Fortbildung – Workshops	37
	■ Fortbildung – Serien	40
	■ Längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen	47
VORSCHAU	■ Längere Aus- und Fortbildungen (2019)	48
	■ Persönliches Wachstum (2019)	50
	■ Längere Weiterbildung (2020)	51
ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE	■ ZIST Akademie für Psychotherapie	53
	■ Institutsambulanz	60
WEITERE ANGEBOTE	■ Einführungen	62
	■ Vorträge	63
REFERENTINNEN UND REFERENTEN	■ A – Z	65
ARTIKEL	■ Dr. Wolf Büntig: Wesen und Charakter	77
ZIST	■ Hintergrund	74
	■ Aufenthalt in ZIST	82
	■ Wegbeschreibung	84
	■ In eigener Sache	85
	■ Allgemeine Geschäftsbedingungen	88
	■ Impressum	98

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



Messbarkeit und menschliche Relevanz sind umgekehrt proportional.
Je leichter sich etwas messen lässt, umso menschlich irrelevanter ist es.
Und umgekehrt: Je menschlich relevanter eine erfahrbare Gegebenheit ist,
umso schwerer lässt sie sich messen.

Dr. Wolf Büntig



Bunda S. Watermeier

Liebe Leserin, lieber Leser,

wir freuen uns über Ihr Interesse an unserem Jahresprogramm sowie an der Arbeit der *ZIST Akademie für Psychotherapie*, deren Erweiterung um eine fünfjährige berufsbegleitende Ausbildung in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie in 2018 startet.

Das oben gezeigte Zitat von Wolf Büntig trägt für mich eine tiefe Weisheit in sich. Wir Menschen der Moderne oder auch Postmoderne reden ständig von evidenzbasierten, sogenannten wissenschaftlichen Erkenntnissen. Erkenntnisse beziehungsweise Rückschlüsse, die wir aus Statistiken ziehen und aus denen wir Normen entwickeln. Historisch gesehen war das sicherlich ein wichtiger Schritt, um Aberglauben zu begegnen. Aber funktioniert das mit unserer Psyche? Können wir sie, können wir uns und unsere Entwicklung, unser Verhalten normieren? Ist die Norm das, was gesund ist? Oder entwickelt sich da etwas, das eher mit Psychotechnik als mit Psychologie zu tun hat?

Wolf Büntig beschreibt in seinem Artikel *Wesen und Charakter* (Seite 77) – für uns ein Klassiker – wesentliche Einsichten in die Unterschiede von Humanistischer Psychologie und Behaviorismus und verdeutlicht, welche Art der Psychotherapie der Normentreue und welche der Potentialentfaltung dient.

Wissen durch Erfahrung ist der Leitspruch der ZIST Akademie und Grundlage unseres umfassenden Workshopprogramms, mit dem wir Sie herzlich einladen möchten, Ihr eigenes individuelles Handwerkszeug zu Ihrer persönlichen Entfaltung und Selbstfürsorge zu erweitern. Profitieren Sie von der jahrzehntelangen Erfahrung in *Potentialorientierter Psychotherapie* sowie von dem wunderschön gelegenen Platz und der uns umgebenden Natur und der einzigartigen Vernetzung mit herausragenden Referentinnen und Referenten.

Wir möchten Ihnen gemeinsam mit unserem gesamten Team mit Offenheit und Herz einen nährenden und entspannenden Aufenthalt bei uns ermöglichen und freuen uns, wenn unser Angebot Sie anspricht.

Die Schönheit unseres Platzes sowie die uns umgebende Natur tragen kraftvoll zu der Möglichkeit bei, sich selbst in Ruhe und Stille in unseren Workshops und unseren Fort-, Weiter- und Ausbildungen zu begegnen und wichtige Erfahrungen zu machen.

Die Studentinnen und Studenten der ZIST Akademie genießen diesen Raum als erholende Pause in ihrem sonst meist schnelllebigen und stressigen urbanen Leben.

Wir haben uns daher entschlossen, dieses Heft vornehmlich mit Impressionen aus ZIST und Umgebung zu bebildern.

Die Eingangsseiten zu den einzelnen Kategorien unseres Angebots sind mit Bildern der Künstlerin Regina Lord illustriert. Sie zeigen farbenfrohe Impressionen aus Indien. Wir danken Regina Lord an dieser Stelle herzlich für die Bilder.

Herzliche Grüße aus ZIST
Bunda S. Watermeier

ZIST, im November 2017



Es gibt zweierlei Wissen, Wissen durch Beweisführung und Wissen aus Erfahrung. Die Beweisführung führt zu Schlussfolgerungen und zwingt uns, dieselben anzuerkennen. Sie beseitigt aber weder den Zweifel noch führt sie zu jener Gewissheit, in der der Geist in Frieden ruhen könnte, es sei denn, diese (Gewissheit) käme durch Erfahrung zustande.

Roger Bacon, ca. 1214–1292



ZIST, umgeben von Wiesen, Wald und Bergen

Theoretischer Hintergrund

www.zist.de/de/zist/ueber-zist/hintergrund/humanistische-psychologie

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

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

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

Seit seiner Gründung durch Dr. Wolf Bütig und Christa Bütig 1973 ist ZIST ein unabhängiges und überkonfessionelles Institut mit eigenem Programmangebot, das im Laufe seines Bestehens wesentlichen Entwicklungen der Humanistischen Psychologie Raum für Erforschung und Verbreitung geboten hat.

ERFAHRUNG

Methoden wie Gestalttherapie, Körperpsychotherapie, Feldenkrais, Hypnotherapie, Psychoonkolo-

gie, Systemisches Familienstellen, Traumatherapie und TaKeTiNa sind heute in der Psychotherapie- und Selbsterfahrungsszene weit verbreitet. Wolf Bütig und seine Teams holten Persönlichkeiten wie Gerda Boyesen, Willi Butollo, Fritjof Capra, Ruth Cohn, Moshé Feldenkrais, Reinhard Flatischler, Stanislav Grof, Laurence Heller, Bert Hellinger, Stanley Keleman, Frédérick Leboyer, Lawrence LeShan, Peter Levine, Alexander Lowen, Erving und Miriam Polster, Luise Reddemann, Ernest Rossi, Carl Simonton, Alan Watts, Paul Watzlawick und viele andere mit internationalem Renommee und Weltrang nach ZIST.

Dieser Tradition und ihrer Weiterentwicklung fühlen wir uns bis heute verpflichtet.

Der in ZIST praktizierte Ansatz integriert unterschiedliche westliche und östliche Quellen und Traditionen der Menschenkunde.

Transzendenz – die Fähigkeit und Möglichkeit, über sich hinauszuwachsen – wird als ein 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.

Unsere Veranstaltungen heute bieten ganz allgemein: Wegbegleitung in der ursprünglichen Bedeutung des griechischen *therapeuein*: auf dem Weg begleiten, dienen, pflegen, achtsam anwesend sein, (Gott im anderen) ehren; jedoch keine Heilbehandlungen zur Beseitigung von Krankheiten, deren Behandlung vom Gesetzgeber den Ärzten, Psychologen und Heilpraktikern vorbehalten ist.

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 und Methoden 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. In diesem Jahr beginnt als neues Angebot der ZIST Akademie eine fünfjährige berufsbegleitende Ausbildung in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie.

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 das Selbsterkunden, Lernen und Arbeiten sowie zur Integration des Erlernten und Erfahrenen und Erholung nach intensiven

Ausbildungsstunden notwendig, wichtig und erfreulich ist.

BIOGRAFISCHE MEILENSTEINE

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.

2010 wurde die *ZIST Akademie für Psychotherapie* gegründet, in der seitdem jedes Jahr zwei Ausbildungsgruppen für Psychologinnen und Psychologen zu Psychologischen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten nach dem Psychotherapeutengesetz mit dem Schwerpunkt tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie stattfinden (siehe ab Seite 52).

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 *Psycho-Somatische Initiative* in München, seit 2005 selbstständig als gemeinnütziger Verein *Psychosomatische Beratungsstelle, e. V.*, 1988 die *Sexualberatungsstelle SBS* in München, inzwischen auch ein selbstständiger Verein.

Kongresse

Zwischen 1990 und 2002 veranstaltete ZIST jährlich zusammen mit Dieter Reichert die Internationale Konferenz *Humanistische Medizin* in Garmisch-Partenkirchen. 2006–2008 führte ZIST in Eigenregie sowie 2013 zum 40-jährigen Jubiläum in Zusammenarbeit mit der Trenkle-Organisation die Internationale Kongressreihe *Potential und Wirklichkeit* ebenfalls in Garmisch-Partenkirchen durch.

ZIST Akademie für
Psychotherapie
www.zist-akademie.de



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

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

■ **ZIST Akademie für Psychotherapie**

*Die Termine für das Klausurprogramm finden Sie auf unserer Webseite.

Datum	Art	Gruppe	Leiter	Seite
JANUAR				
Termine*	■	Klausurprogramm <i>Alltag als Übung</i>	M. Bielitzer, W. Bütig, S. Peschke	35
10.01. – 14.01.	■ ■	Vater – wo bist du?	W. Bütig	11, 37
19.01. – 22.01.	■	Singing Pool	A. Gerber und K. Enz Gerber	29
19.01. – 21.01.	■	The Heart of Life – Courageous Heart	K. Verberk, R. Verschuur and G. Eder-Bütig	34
23.01. – 28.01.	■	Moshé Feldenkrais' Erbe	E. Wadler	46
25.01., 19.30 h	■	Vortrag: Öfter wohl, zufriedener oder glücklich sein können (in München)	C. Gottwald	63
FEBRUAR				
11.02. – 15.02.	■ ■	Sich sein lassen	W. Bütig	11, 37
11.02. – 16.02.	■	Das Einfach Liebe Retreat	E. Buchwald und V. Buchwald	18
15.02. – 18.02.	■	Einführung in <i>Das Neuroaffektive Beziehungsmodell</i> (NARM)	D. Rothbauer und M. Fett	62
16.02. – 18.02.	■	NIG Practitioner: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten (NIG) – Modul 1	B. Innecken	38, 44
16.02. – 20.02.	■ ■	Krise und Krankheit als Chance – Versöhnung mit dem Leben	W. Bütig	22, 42
18.02., 10.00 h	■	TaKeTiNa – Schnuppertag (in München)	S. Bundschu und M. Höhn	62
23.02. – 25.02.	■	Glück und Gelassenheit durch Selbstmitgefühl	T. P. Buunk	12
25.02., 10.00 h	■ ■	Informationstag zur <i>Approbationsausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen/Psychotherapeuten sowie zu Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutinnen/-Psychotherapeuten</i>	W. Bütig und/oder D. Horn	59, 62
MÄRZ				
01.03. – 04.03.	■ ■	Organisation und Bewusstsein	T. Geßner	19, 38
01.03. – 04.03.	■	The Embodied Life Retreat: Awareness through Meditation, Guided Inquiry and the Teachings of Moshé Feldenkrais	R. Delman	23, 31
02.03. – 04.03.	■	Dem Leben mehr Farbe geben	R. Lord	30
02.03., 19.00 h	■	Vortrag: Beziehung beginnt zu Hause – Der Einfluss der Eltern auf unsere Sexualität (in München)	I. Vauk	63
04.03. – 09.03.	■ ■	Potential, Persönlichkeit, Person	W. Bütig	11, 41
15.03. – 18.03.	■	Alltagstrancen und Selbstsabotage erkennen – DeHypnose & Selbsthypnose	J. Fuhrmann	12
15.03. – 18.03.	■	Bewusstheit durch Bewegung	M. Bütig-Ludwig	23
23.03. – 25.03.	■	Öfter wohl, zufriedener oder glücklich sein können	C. Gottwald	13
23.03. – 25.03.	■	Familienaufstellungen – als Selbsterfahrung und zur teilnehmenden Beobachtung	B. Innecken	20
30.03. – 03.04.	■	Sex und Essenz	F. Krause	33
30.03. – 04.04.	■	Movement Intelligence – Lösungen für optimale Mobilität II	R. Alon	22



APRIL

03.04. – 08.04.	■ Schamanismus der Huichol Indianer	B. Secunda	32
04.04. – 08.04.	■ Phönix aus der Asche	W. Büntig	23, 37
16.04., 18.00 h	■ Vortrag: Vom Original zur Kopie – und zurück (in München)	W. Büntig	63
20.04., 19.00 h	■ Vortrag: Ganzheitliche Behandlungsansätze und Selbsthilfe bei Krebs und Einführung in die Simonton Methode (in München)	T. Falz	63
27.04. – 29.04.	■ Triple A – Absicht, Achtsamkeit, Agape	H. Ohland	26
27.04. – 29.04.	■ Frei werden für Beziehung und gelebte, liebevolle Sexualität	I. Vauk	21, 39

MAI

11.05. – 13.05.	■ NIG Master: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten (NIG) – Modul 1	B. Innecken	39, 45
13.05. – 18.05.	■ Das Neuroaffektive Beziehungsmodell zur Heilung von Entwicklungs-trauma – The NeuroAffective Relational Model (NARM)	L. Heller	47
18.05. – 20.05.	■ Sechs konkrete Hilfen für den inneren Kritiker ... und wie ein gutes Zusammensein gelingen kann	E. Kruthoff	14
24.05. – 27.05.	■ Menschliche Intelligenz durch Rhythmus (in Starnberg)	R. Flatischler und N. N.	27
25.05. – 29.05.	■ Ongoing Inquiry	J. Rosenblum	33
29.05. – 03.06.	■ Soul without Shame	B. Brown	33

JUNI

01.06. – 03.06.	■ Burnout Prophylaxe	A. Stemberger	17, 26
07.06., 19.30 h	■ Vortrag: Einführung in moderne bewusstseinszentrierte Körperpsychotherapie (in München)	C. Gottwald	64
08.06. – 10.06.	■ Präsenz im Dialog	F. Dhority und S. Dobkowitz	18, 31
09.06. – 12.06.	■ Lebensintegrationsprozess	W. Nelles	16
15.06. – 19.06.	■ Kampfkunst als Therapeutikum	R. Eckhardt	24, 31
20.06. – 22.06.	■ Die regulierende Kraft des Herzens	R. Herbig	25

JULI

05.07. – 08.07.	■ The Embodied Life Retreat: Awareness through Meditation, Guided Inquiry and the Teachings of Moshé Feldenkrais	R. Delman	23, 31
06.07. – 08.07.	■ Neuromentales Stressmanagement	G. Linemayr	25, 42
13.07. – 17.07.	■ Stimmiger Körper – verkörperte Stimme	L. Sokolov	30
13.07. – 17.07.	■ Erforschung der Innenwelt	G. Martens und I. Schmelcher-Haimerl	15, 39
27.07. – 31.07.	■ Holotropes Atmen – Das Abenteuer der Selbstentdeckung	V. Luchetti und G. Mercado	14, 31
27.07. – 31.07.	■ Diagnose Krebs – Neue Wege zur Gesundheit nach Carl Simonton	T. Falz	24
31.07. – 05.08.	■ Machen Kränkungen krank?	W. Büntig	11, 38
31.07. – 05.08.	■ Offene Mal- und Zeichenwerkstatt	R. Helke	29

AUGUST

03.08. – 05.08.	■ The Heart of Life – Loving Kindness	K. Verberk and G. Eder-Büntig	34
05.08. – 10.08.	■ Sucht	W. Büntig	11, 41
10.08. – 15.08.	■ Point Zero Painting – Malerische Entdeckungen reiner Kreativität	K. Franckenberg	29
10.08. – 15.08.	■ Das Einfach Liebe Retreat	E. Buchwald und V. Buchwald	18
15.08. – 20.08.	■ Moshé Feldenkrais' Erbe	E. Wadler	46
31.08. – 02.09.	■ Freier Fluss für einen freien Kopf – mit indischer Kopfmassage	D. Gokani	25, 38



SEPTEMBER

07.09. – 09.09.	■	Beziehung, die man tanzen kann	J. Feuerbach	18
09.09., 10.00 h	■ ■	Informationstag zur Approbationsausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen/Psychotherapeuten sowie zu Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutinnen/-Psychotherapeuten	W. Büntig und/oder D. Horn	59, 62
14.09. – 17.09.	■ ■	Bewegung und Bedeutung	C. Rick	16, 39
14.09. – 17.09.	■ ■	Bewusstheit durch Bewegung	M. Büntig-Ludwig	23
14.09. – 16.09.	■ ■	Heilung darf sein	I. Schupp	17, 31
19.09. – 08.10.	■ ■	TaKeTiNa – kostenlos!	Absolventen der TaKeTiNa Ausbildung	28
21.09. – 23.09.	■ ■	Achtsamkeit als Kunst der Lebendigkeit	U. Rothmund	16, 26
23.09., 10.00 h	■ ■	TaKeTiNa – Schnuppertag (in München)	S. Bundschu und M. Höhn	62

OKTOBER

01.10., 18.00 h	■ ■	Vortrag: Angst vor dem Sterben – Angst vor dem Leben (in München)	W. Büntig	64
15.10. – 20.10.	■ ■	Annäherung an die allerfrühesten Schichten unseres Erlebens – The Primitive Edge of Experience	L. Heller	43
26.10. – 28.10.	■ ■	NIG Master: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten (NIG) – Modul 2	S. Humez	39, 45
26.10. – 31.10.	■ ■	Schamanismus der Huichol Indianer	B. Secunda	32
31.10. – 04.11.	■ ■	Wozu bin ich krank? – Aufstellungsarbeit zur seelischen Funktion von Symptomen	T. Geßner	24, 42

NOVEMBER

09.11. – 11.11.	■ ■	Abschied und Bestatten als Initiation	S. Kraft und M. Kraft	13, 31
15.11. – 18.11.	■ ■	Reise zu dir selbst	M. Nelles	15
16.11. – 18.11.	■ ■	Weil ich euch beide liebe	B. Inneck	20
30.11. – 02.12.	■ ■	NIG Practitioner: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten (NIG) – Modul 2	B. Inneck	38, 44

DEZEMBER

02.12. – 07.12.	■ ■	Vorwärts zum Ursprung	W. Büntig	11, 41
07.12. – 10.12.	■ ■	Musik für Paare – Hear and Now	A. Gerber und K. Enz Gerber	19, 29
11.12. – 16.12.	■ ■	Singles – All the lonely people ...	W. Büntig	11
14.12. – 16.12.	■ ■	The Heart of Life – Heart's Desire	K. Verberk, M. Rinck and G. Eder-Büntig	34
29.12.18 – 01.01.19	■ ■	Wach' auf und träume! – Silvester mal anders	M. Solonevich und A. Höveler	17
30.12.18 – 03.01.19	■ ■	TaKeTiNa New Year's – Celebration-Meditation	R. Flatischler und N. N.	28

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 schätzen ZIST als einen Ort inspirierender Begegnungen?
- 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 die Kursgebühr einzelner offener und fortlaufender Workshops zur Selbsterfahrung (blaue Kennzeichnung im Programmheft) 10 % Ermäßigung.

Legen Sie Ihren Jahresbeitrag ab 100 Euro pro Jahr selbst fest. Sie bekommen dafür eine steuerwirksame Spendenquittung.

Melden Sie sich bitte an oder spenden Sie gerne hier: www.zist.de/verein

Wir freuen uns sehr, Sie im *ZIST Förderverein e. V.* willkommen zu heißen!

Für die Vorstandschaft:
Andrea Stemberger
Antal Szalay
Maja Büntig-Ludwig

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!

Sind Sie interessiert an der Arbeit des ZIST Förderverein e. V.?

Dann freuen wir uns auf ein Gespräch mit Ihnen! Schreiben Sie uns einfach eine E-Mail an: verein@zist.de

ZIST Förderverein e. V.

Zist 1
82377 Penzberg
Tel.: +49-8856-93690
Fax: +49-8856-936970
E-Mail: verein@zist.de
www.zist.de/verein



Nicht weinen zu dürfen, ist ein guter Grund, zu weinen.

Dr. Wolf Büntig



Regina Lord, *Müllsucherinnen in Bihar*, Acryl auf Leinwand

neu WILLE*

Wolf Büntig
Anita Neudorfer und Leonard Seifert: TaKeTiNa

Beschreibung siehe Seite 40.

neu VATER – WO BIST DU?*

Wolf Büntig
N. N. und N. N.: TaKeTiNa

Beschreibung siehe Seite 37.

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 37.

neu POTENTIAL, PERSÖNLICHKEIT, PERSON*

Wolf Büntig
Anita Neudorfer und Leonard Seifert: TaKeTiNa

Beschreibung siehe Seite 41.

MACHEN KRÄNKUNGEN KRANK?*

Erkundung der zwei Gesichter des normalen Narzissmus

Wolf Büntig
N. N. und N. N.: TaKeTiNa

Beschreibung siehe Seite 38.

neu SUCHT*

Wolf Büntig
Anita Neudorfer und Leonard Seifert: TaKeTiNa

Beschreibung siehe Seite 41.

neu VORWÄRTS ZUM URSPRUNG*

Gipfelerlebnis, Nahtoderfahrung, Transzendenz – Heimkehr

Wolf Büntig
Anita Neudorfer und Leonard Seifert: TaKeTiNa

Beschreibung siehe Seite 41.

SINGLES – ALL THE LONELY PEOPLE ...

Wolf Büntig
N. N. und N. N.: 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.

DATEN & PREISE

Wille*

**So., 17.12., 18.30 h –
Fr., 22.12.17, 14.00 h**
Kursgebühr 545 €**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 171255

Vater – wo bist du?*

**Mi., 10.1., 18.30 h –
So., 14.1.18, 14.00 h**
Kursgebühr 470 €**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180132

Sich sein lassen*

**So., 11.2., 18.30 h –
Do., 15.2.18, 14.00 h**
Kursgebühr 470 €**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180230

Potential, Persönlichkeit, Person*

**So., 4.3., 18.30 h –
Fr., 9.3.18, 14.00 h**
Kursgebühr 565 €**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180355

Machen Kränkungen krank?*

**Di., 31.7., 18.30 h –
So., 5.8.18, 14.00 h**
Kursgebühr 575 €**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180735

Sucht*

**So., 5.8., 18.30 h –
Fr., 10.8.18, 14.00 h**
Kursgebühr 565 €**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180855

Vorwärts zum Ursprung*

**So., 2.12., 18.30 h –
Fr., 7.12.18, 14.00 h**
Kursgebühr 565 €**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 181255

Singles

**Di., 11.12., 18.30 h –
So., 16.12.18, 14.00 h**
Kursgebühr 575 €**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 181234

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

**alle Kurse
zuzüglich Vollpension,
siehe Seite 82



DATEN & PREISE

Glück und Gelassenheit durch Selbstmitgefühl

Fr., 23.2., 18.30 h –
So., 25.2.18, 14.00 h
Kursgebühr 225 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180235

Alltagstrancen und Selbstsabotage erkennen – DeHypnose & Selbsthypnose

Do., 15.3., 18.30 h –
So., 18.3.18, 14.00 h
Kursgebühr 335 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180332

GLÜCK UND GELASSENHEIT DURCH SELBSTMITGEFÜHL

Eine Einführung in MSC Mindful Self-Compassion nach Kristin Neff, Ph.D., und Chris Germer, Ph.D.
Tatini Petra Buunk

Mindful Self-Compassion (MSC) ist eine Selbsterforschungsreise auf dem Weg zu mehr Selbstfreundlichkeit. Das Programm wurde 2006 von Kristin Neff und Christopher Germer in den USA entwickelt. Sie sind Pioniere in der Forschung auf dem Gebiet des Selbstmitgefühls und der Integration von Mitgefühl in die therapeutische Arbeit. Ihre Forschungen haben gezeigt, dass Selbstmitgefühl inneres Glück und Zufriedenheit fördert und dass es Stress, Angstgefühle und depressive Stimmungen vermindert. Es unterstützt unser emotionales Wohlbefinden und schützt Therapeuten und Lebensberater vor Empathie-Müdigkeit in der Arbeit mit Menschen.

Mit Selbstmitgefühl können wir uns und anderen mit selbstverständlicher Fürsorge und Achtsamkeit begegnen. Es kann uns helfen, Trägheit und Widerstände zu überwinden und unsere Potentiale zu entfalten. Es hilft uns dabei, uns nachhaltig von emotionalen Schwierigkeiten zu erholen, mit unseren eigenen Defiziten warmherziger umzugehen und uns selbst und gegenseitig zu verzeihen.

Mitgefühl kann uns die Kraft geben, mit dem Leiden anderer auf eine freundlichere Weise umzugehen. Mitzufühlen kann uns Energie und Freude geben und wir lernen, uns selbst der beste Freund zu sein.

Inhalte und Methoden

- Selbstmitgefühl im Alltag.
- Wirkungen von Selbstmitgefühl, wissenschaftliche Hintergründe.
- Die Physiologie der Selbstfreundlichkeit und der Selbstkritik.
- Der mitfühlende Umgang mit belastenden Gefühlen und herausfordernden Beziehungen.
- Empathie-Müdigkeit in der therapeutischen Arbeit mit Menschen.
- Die Kunst des Genießens und der Selbstwertschätzung.
- Angeleitete Meditationen, Impulsvorträge, Selbsterfahrungseinheiten, Austausch in der Gruppe.

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

neu ALLTAGSTRANCEN UND SELBSTSABOTAGE ERKENNEN – DEHYPNOSE & SELBSTHYPNOSE

Jörg Fuhrmann

Zu den ältesten Heilformen der Menschheit gehört die Arbeit mit Hypnose oder Trancephänomenen, die wir bereits in den schamanischen Kulturen finden. Unter anderem Milton H. Ericksons Studien machen deutlich, dass wir uns – als moderne Menschen – auch heute noch permanent *selbst durch den Alltag hypnotisieren*. Bei dieser Form der unbewussten Selbstbeeinflussung und -steuerung spielen sowohl Impulse anderer Menschen als auch mediale und gesamtgesellschaftliche Strömungen eine wichtige Rolle. Oftmals treffen wir lebensrelevante Entscheidungen im *Autopilotenmodus*, ohne dies überhaupt annähernd bewusst wahrzunehmen.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer lernen daher hypnotisch-suggestive Selbst- und Fremd-Manipulationstechniken sowie negative Glaubenssätze in Alltag, Beruf, Wirtschaft und Medienwelt deutlicher zu erfassen und durch das erweiterte Bewusstsein auch die Möglichkeit, diese aktiver zu gestalten. Somit finden sie leichter zur eigenen Kraftquelle und zu guten inneren Plätzen zurück. Auf diese Weise minimieren sie hinderliche Stressoren und Blockaden, die sie möglicherweise davon abhalten, ihr Potential bestmöglich zu entfalten.

Aufbauend auf eine Einführung in die Hintergründe zum Thema (Selbst)Hypnose und Trance werden wesentliche Inhalte zum Thema DeHypnose und achtsamkeitsbasierter Arbeit mit dem *inneren Team* und den eigenen Persönlichkeitsfacetten vermittelt.



ÖFTER WOHL, ZUFRIEDENER ODER GLÜCKLICH SEIN KÖNNEN

Christian Gottwald

Es gibt inzwischen handfeste wissenschaftliche Hinweise, zum Beispiel der Mind-Body-Medizin, der positiven Psychologie, der Hirnforschung und Glücksforschung, wie wir die Wahrscheinlichkeit erhöhen können, zu gesunden. Wir können lernen, die wesentlichen Elemente unserer Gegenwart achtsam aufzunehmen und die Fülle gegenwärtiger Ressourcen von uns selbst und einer jeweiligen Umgebung sinnvoll nutzen, um eine heilsamere Antwort in der Gegenwart zu kreieren.

Mit allen Sinnen, Berührungen und Bewegungen in einer achtsamen, gegenwärtigen, heilsamen Begegnung kann man in dem Workshop bewusster erleben, wie vergangenheitsbestimmte automatische Muster das eigene Potential einschränken und so verhindern, dass man im Leben und im Kontakt wohler, effektiver und gesünder da sein kann. Vergangenheitsbedingte Automatismen können beeinflusst werden. Nicht willkommene Anteile des eigenen Erlebens können aufgenommen werden und sich wieder neu entfalten und entwickeln.

In dem Seminar werden theoretische Hintergründe aufgezeigt und praktisch umgesetzt. Wir können

- für das Hier und Jetzt erwachen,
- die Aufmerksamkeit lenken und
- jeden Moment kreativ beeinflussen,
- dafür besonders den eigenen Körper und Kontakt mit anderen nutzen,
- die verkörperten und sinnlichen und seelischen oder die gedanklichen Signale 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.

Achtsamkeit und eine sinnvollere Selbstbegleitung sind im alltäglichen Leben anwendbar.

Siehe auch den Vortrag auf Seite 63.

ABSCHIED UND BESTATTEN ALS INITIATION

Susanne Kraft und Michael Kraft

*Bereit
für die Stille
die Worte
das Handeln
Bereit, unsere Toten in die
eigenen Hände zu nehmen.*

In den Tagen des Übergangs ist der Himmel etwas offener als sonst. Wenn wir bereit sind, wirklich einzuwilligen – sogar bei einem plötzlichen oder scheinbar vorzeitigen Tod – dann beginnt die Quelle unserer Lebendigkeit neu zu fließen.

Dieses Begreifen geschieht auch im praktischen Tun. Wie in nur wenigen Lebensbereichen können wir die Einheit von geistiger Realität und unserem konkreten Handeln direkt erleben.

Was hilft uns dabei, unsere Toten in die eigenen Hände zu nehmen?

Im Praktischen

- Nach dem letzten Atemzug – was ist jetzt nötig und was ist alles möglich?
- Wie können wir die Zeit einer Aufbahrung persönlich gestalten und auch Kinder einbeziehen?

In einer Form des heilenden Zuhörens – uns selbst und unserem Gegenüber

- Beim Nichts-tun-Können und Einfach-da-Sein.
- Im Umgang mit heftigen Gefühlen.
- Bei aufbrechenden Konflikten.

Im Gestalten einer spirituellen Dimension

- Rituale, die befreien und Halt geben.
- Das Segnen, Beten, auch in eigenen freien Worten.
- Der Verstorbene 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

DATEN & PREISE

Öfter wohl, zufriedener oder glücklich sein können
Fr., 23.3., 18.30 h –
So., 25.3.18, 14.00 h
Kursgebühr 240 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180337

Abschied und Bestatten als Initiation
Fr., 9.11., 18.30 h –
So., 11.11.18, 14.00 h
Kursgebühr 225 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 181130

**siehe Seite 82



DATEN & PREISE

Sechs konkrete Hilfen für den inneren Kritiker ... und wie ein gutes Zusammensein gelingen kann

Fr., 18.5., 18.30 h – So., 20.5.18, 14.00 h
Kursgebühr 260 € zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 180534

Holotropes Atmen – Das Abenteuer der Selbstentdeckung

Fr., 27.7., 18.30 h – Di., 31.7.18, 14.00 h
Kursgebühr 490 € zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 180732

neu SECHS KONKRETE HILFEN FÜR DEN INNEREN KRITIKER ... UND WIE EIN GUTES ZUSAMMENSEIN GELINGEN KANN

Eine besondere Einführung ins Focusing
Elmar Kruihthoff

Viele von uns kennen die inneren Stimmen, die uns bei wichtigen Entscheidungen oftmals im Wege stehen und unsere Freiheit einschränken: "Ja, aber ..." oder "Das kannst du nicht schaffen ..." oder "Wenn du das tust, dann ...". Der innere Kritiker wird dabei oftmals als Gegner empfunden, den es zu besiegen gilt oder dem man, vielleicht nach langem aussichtslosem Kampf, nichts entgegenzusetzen hat.

Ist es möglich aufzuhören zu kämpfen und stattdessen innezuhalten und diesen ewigen Kreislauf zu durchbrechen? Wie wäre es, einen neuen Blick auf dieses Geschehen zu werfen und anzufangen, den inneren Kritiker zu verstehen und ihm zu helfen, anstatt ihn zu bekämpfen?

Mit der richtigen Idee im Gepäck und entsprechenden Übungen können wir uns dem Teil in uns zuwenden, der kritisiert, bewertet, verurteilt und beschämt. Denn in Wirklichkeit wünscht sich der innere Kritiker unsere Aufmerksamkeit und Annahme.

Gemeinsam schauen wir uns beispielsweise an:

- Woran erkennen wir überhaupt, dass der innere Kritiker uns ausbremst?
- Wie können wir in den Körper hineinspüren und eine Basis schaffen, um aus all den Gedanken und Bewertungen einen Ausweg zu finden?
- Was genau brauchen wir, um uns einem inneren Kritiker überhaupt freundlich und interessiert zuwenden zu können?
- Wie können wir in einen konstruktiven Dialog mit unserem inneren Kritiker kommen?

Im Kern geht es darum, in unserem Körper präsent zu sein, ihm warmherzig und ohne Angst zuhören zu können, um wieder Mitgefühl und Frieden zu erleben. Wo vorher Kampf war, kann dabei eine interessierte und offene Haltung sich selbst gegenüber wachsen.

Durch kurze Impulsvorträge und praktisch angeleitete Übungen kann jeder für sich in Einzel- oder in Kleingruppenübungen diese Erfahrungen erproben und einüben. Es sind keine besonderen Vorkenntnisse erforderlich.

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, fließendem Leben gegenüber.

In diesem Workshop bieten wir vier Atemsitzungen an. Es wird Zeit dafür sein, sich dem eigenen Prozess in seiner existenziellen Tiefe zu öffnen und diese Erfahrungen mit dem bisherigen und dem zukünftigen Leben in Verbindung zu bringen. Die Integration des Erlebten wird durch das Gruppengespräch, Mandala malen, Körperübungen des Authentic Movements und dem Life/Art Process unterstützt.

Engeladen 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.



ERFORSCHUNG DER INNENWELT

Systemische Therapie mit der Inneren Familie
Gabriela Martens und Irmgard Schmelcher-Haimlerl

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 hemmenden Rollen befreien. Dadurch wird das innere System auf heilsame Art reorganisiert.

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

Näheres siehe unter: www.ifs-europe.net

Buchempfehlung

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

REISE ZU DIR SELBST

Lebensintegrationsprozess und wachstumsorientierte Aufstellungsarbeit
Malte Nelles

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

Jeder Mensch durchläuft auf seinem Lebensweg verschiedene Stufen, denen ein eigenes Bewusstsein innewohnt. Beim Lebensintegrationsprozess schauen wir aus der Perspektive des erwachsenen Bewusstseins auf unsere Zeit im Mutterleib, die Kindheit und die Jugend, die wir durchschritten haben, und den jeweils eigenen Herausforderungen, denen wir dort begegnet sind. Hierbei bekommen wir nicht nur ein Gefühl dafür, wie die Erfahrungen mit der Außenwelt unser Werden geprägt haben. In vielen Prozessen zeigt sich hierzu komplementär ein Teil des eigenen, von den Eltern und der Umgebung unabhängigen Wesens, ein genuiner Charakterzug, ein sich 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

Literatur

Malte Nelles: *Finden, erfinden oder gefunden werden. Zum Wahrheitsverständnis des Familienstellens*, in: K. Nazarkiewicz, K. Kuschik (Hrsg): *Handbuch Qualität in der Aufstellungsleitung*, Vandenhoeck und Ruprecht
Interview mit Wilfried Nelles und Malte Nelles: *Das Eintreten in das eigene geistige Sein*, <https://www.zist.de/de/veroeffentlichung/daseintreten-das-eigene-geistige-sein-interview-mit-dr-wilfried-nelles-und-malte>

DATEN & PREISE

Erforschung der Innenwelt

Fr., 13.7., 18.30 h – Di. 17.7.18, 14.00 h
Kursgebühr 475 € zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 180733

Reise zu dir selbst

Do., 15.11., 18.30 h – So., 18.11.18, 14.00 h
Kursgebühr 350 € für beobachtende Teilnehmer 305 € zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 181131

**siehe Seite 82



DATEN & PREISE

Lebensintegrationsprozess
Sa., 9.6., 18.30 h –
Di., 12.6.18, 14.00 h
 Kursgebühr 430 €
 zuzüglich Vollpension**
 Ort/Anmeldung: ZIST
 Penzberg Nr. 180632

Bewegung und Bedeutung
Fr., 14.9., 18.30 h –
Mo., 17.9.18, 14.00 h
 Kursgebühr 370 €
 zuzüglich Vollpension**
 Ort/Anmeldung: ZIST
 Penzberg Nr. 180932

Achtsamkeit als Kunst der Lebendigkeit
Fr., 21.9., 18.30 h –
So., 23.9.18, 14.00 h
 Kursgebühr 235 €
 zuzüglich Vollpension**
 Ort/Anmeldung: ZIST
 Penzberg Nr. 180933

LEBENSINTEGRATIONSPROZESS

Wilfried Nelles
 Assistenz: Bunda S. Watermeier

Der *Lebensintegrationsprozess* (LIP) ist eine neue Form der therapeutischen Arbeit mit Aufstellungen. Neu sind dabei zwei Dinge: Erstens geht es, anders als bei Familien- oder Systemaufstellungen, nicht um Beziehungen zu anderen Menschen oder den Platz und die Rolle in einem System, sondern einzig und allein um den einzelnen Menschen und dessen innere Haltung zu sich selbst. Zweitens werden den Stellvertretern in einer LIP-Aufstellung feste Plätze zugewiesen. Diese Plätze ergeben sich aus meiner Theorie der Entwicklung des menschlichen Bewusstseins und den darin beschriebenen (sieben) Lebens- und Bewusstseinsstufen.

Der LIP beruht auf der Einsicht, dass unser Leben mit allem, was sich darin ereignet hat, völlig alternativlos ist, und dass in diesem Sinne alles *richtig* ist, wie es ist und wie es war. Er folgt der Erkenntnis, dass die Vergangenheit – außer in unseren Köpfen – nicht existiert. *Die Vergangenheit ist das, was vergangen ist, und wenn es vergangen ist, existiert es nicht mehr. Alles, was existiert, ist jetzt.* Wir schauen zwar auf frühere Lebensstufen (die Zeit im Mutterleib, die Kindheit und die Jugend), aber nur in der Weise, dass wir das, was sich zeigt, erinnern, es ohne jede Veränderung zu uns nehmen. Die Ursache für unsere Probleme wird nicht in den Ereignissen selbst gesehen, sondern einzig und allein darin, wie wir jetzt dazu stehen.

Das Ungeborene, das Kind und der/die Jugendliche und ihre Geschichte werden gelassen, wie sie waren – ohne Bedauern, ohne Vorwurf, ohne Reue, ohne Scham. In diesem Gelassen-Werden werden sie gelassen, sie entspannen sich vollkommen. Damit entspannt sich auch die Spannung im erwachsenen Klienten und er kommt in Einklang mit sich, wie er heute ist und mit allem, was dorthin geführt hat. Zugleich kommt er in Kontakt mit dem, was in ihm als (geistiger) Same angelegt ist: seinem ganz eigenen, ursprünglichen Potential, und der Weg wird frei, dass sich dieses Potential voll entfalten kann.

Literatur

Wilfried Nelles: *Das Leben hat keinen Rückwärtsgang*
 Wilfried Nelles und Thomas Geßner: *Die Sehnsucht des Lebens nach sich selbst*
 beide Innenwelt Verlag, Köln
 Interview mit Wilfried Nelles und Malte Nelles: *Das Eintreten in das eigene geistige Sein*,
<https://www.zist.de/de/veroeffentlichung/daseintreten-das-eigene-geistige-sein-interview-mit-dr-wilfried-nelles-und-malte>

neu BEWEGUNG UND BEDEUTUNG

Cary Rick

Beschreibung siehe Seite 39.

neu ACHTSAMKEIT**ALS KUNST DER LEBENDIGKEIT**

Sensory Awareness (Charlotte Selver)
 oder *Die Arbeit (Elsa Gindler)*
 Ulrich Rothmund
 Assistenz: Cornelia Rothmund

In diesem Workshop, bei dieser *Arbeit*, geht es darum, unsere Bewusstheit für Bewegung und unseren körperlichen Zustand zu schulen, frei zu erforschen und feiner wahrzunehmen. Es wird ein Raum eröffnet, der es ermöglicht, an grundsätzlichen Themen zu arbeiten:

- Wie wirkt die Schwerkraft auf mich?
- Welche Möglichkeiten kann ich entdecken, mich in diesem Schwerkraftfeld stimmiger zu bewegen?
- Wie kann ich mich mehr und mehr dafür interessieren, Bewegung neu zu gestalten und offener auf meine Umwelt zu reagieren?

Die offene Arbeit an diesen Grundfragestellungen führt einerseits zu einer großen inneren Ruhe, gleichzeitig aber zu einem hohen Maß körperlicher und psychischer Lebendigkeit.

Sensory Awareness bildet bis heute die Grundlage für viele körperbezogene Therapieformen, wie etwa die konzentrierte Bewegungstherapie (KBT), die diese Fragestellungen in ein psychotherapeutisches Konzept gossen.

In diesem Kurs geht es allerdings weniger um psychotherapeutisches Arbeiten, als vielmehr im Sinne einer Achtsamkeitsarbeit über Körperwahrnehmungsübungen zu neuer Lebendigkeit zurückzufinden und sich kreativ wieder als ganze Person erfahren zu dürfen.

Die Fragestellungen von Elsa Gindler und Charlotte Selver können in Anbetracht der wieder entdeckten Bedeutung von Achtsamkeit als zeitlos modern eingestuft werden. Die Experimente sind im wahrsten Sinne des Wortes sehr bodenständig und führen uns zurück in ein sehr ursprüngliches Erleben.

Mehr über *Sensory Awareness* unter *Methoden* auf unserer Webseite:
<https://www.zist.de/de/zist/ueber-zist/hintergrund/methoden-der-selbsterfahrung>

neu HEILUNG DARF SEIN

Seminar für Trauernde
nach dem Tod eines geliebten Menschen
Isabel Schupp

In diesem Seminar finden Menschen, die einen geliebten Menschen durch Unfall, Krankheit, Suizid oder ein anderes Ereignis verloren haben, Unterstützung auf ihrem individuellen Weg durch die Trauer. Im schützenden Raum einer Gemeinschaft von Betroffenen können Trauer zugelassen und Erinnerungen geteilt werden. Vielleicht liegt der Tod erst einige Wochen, vielleicht schon viele Jahre zurück. Nichts ist, wie es einmal war. Jeder Tag bringt Erinnerungen. Schmerzliche Erinnerungen. Kostbare Erinnerungen. Erinnerungen, die geteilt werden möchten. Damit unbeachtete Trauer auf Dauer nicht krank oder schwermütig macht, sondern sich heilsam wandeln kann, ist es wichtig, dass sie gesehen, gelebt und ausgedrückt wird.

Zeit für Heilung – Zeit für Hoffnung – Zeit für uns. Im Seminar ist Zeit und Raum für schmerzhaft Gefühle, aber auch für das, was besser und anders werden darf. Zeit zum Erzählen und Zuhören, zum Weinen und Schweigen, zum Lachen und Danken. Zeit, um gemeinsam Hilfe und Orientierung zu finden und Heilungsimpulse aufzuspielen.

Als betroffene Mutter bin ich nach dem Tod meiner Tochter einen langen Trauerweg gegangen. Was mir geholfen hat, wieder heil zu werden, möchte ich in diesem Seminar weitergeben. Die Praxis der Achtsamkeit hilft uns dabei, der Trauer liebevoll zu begegnen, statt sie loswerden zu wollen. Sie hilft, einen guten Platz für unsere Trauer zu finden. Sanfte Entspannungsübungen unterstützen uns darin, die körperlichen und emotionalen Leiden zu lindern und unsere Selbstheilungskräfte zu stärken. Damit wir uns wieder zuversichtlich dem Leben öffnen können!

Trauer darf sich zeigen – Schmerz darf sich wandeln – Heilung darf sein.

Literaturempfehlung
Isabel Schupp, *Die Nacht bringt dir den Tag zurück*, J. Kamphausen

WACH' AUF UND TRÄUME! – SILVESTER MAL ANDERS

Mischka Solonevich und Anne Höveler

Dieser Workshop ist geprägt von Leichtigkeit, Ruhe und Tiefgang. Wir nutzen die besondere Atmosphäre der Raunächte, die von jeher im europäischen Brauchtum für eine Zeit der Besinnung und des Wandels stehen. Wir wollen zunächst unser Gespür verfeinern und stärken für das, was uns gut tut. Wie weiß ich eigentlich, was mir *wirklich* gut tut?

So steuern wir auf Silvester zu: Wir sensibilisieren unser Bauchgefühl. Auf dem Weg treffen wir auf le-

bensgestaltende Themen und Einsichten und stellen uns auch tieferen Gefühlen. Wir wollen Klarheit und Kraft gewinnen, um das Ruder in die eigene Hand zu nehmen. Wir suchen Wege, auf die höhere Stimme in uns zu hören und ihr zu vertrauen oder zu misstrauen. Und jetzt Silvester: Wer mag, kann mit Ideen und Aktivitäten zur Gestaltung des Nachmittags und zur Feier des Silvesterabends beitragen. Finde, was dir wirklich gut tut! Die letzten Stunden des Jahres: Trance und Sitzen in Stille. Das neue Jahr begrüßen wir dann mit einem Feuerritual. In den folgenden Tagen geht es um die Harmonisierung von Wunsch und Wirklichkeit. Wer kann schon sagen, warum wir tun was wir tun? Wir begehen uns auf einen Weg der Hingabe an das eigene Handeln, der sich stimmig und weise anfühlt.

In diesem Workshop werden die im Augenblick passenden Werkzeuge verwendet: Übungen aus der Achtsamkeitspraxis, aus der Methode *Wertlegung (Valuing Clarification)*, das Experimentieren mit dem inneren Clown, belebte Begegnung, Impulse aus Körperpsycho- und Gestalttherapie. Ergänzend dazu nutzen wir Elemente schamanischer Ritualarbeit, Tiefenentspannung und Fantasiereisen. Dranbleiben im Alltag ist der Schlüssel für die meisten tieferen Wandlungen! Neue Synapsen sollen im Gehirn angelegt werden, Widerspruchsstimmen gefunden und integriert, Richtungen korrigiert werden.

neu BURNOUT PROPHYLAXE

Andrea Stemberger

Unsere instinktiven Überlebensmechanismen – Fight, Flight oder Freeze – übernehmen bei zu viel Stress die Vorherrschaft und schränken die Fähigkeit zur Selbststeuerung ein und der Umgang mit persönlichen Herausforderungen, mit Stress-Zeiten und Krisen, bringt uns an die Grenzen unserer Belastbarkeit. Wir spüren schmerzlich den Verlust eines ausgeglichene Lebensgefühls. Zudem haben wir durch individuelle Erlebnisse und Lebensumstände seit unserer Geburt Strategien und Überzeugungen entwickelt, die nun zur Falle werden können.

Dieser Workshop unterstützt Sie dabei, Ihre Ressourcen wahrzunehmen, wieder ins Gleichgewicht zu kommen, wieder individuelle Ausgewogenheit von Psyche, Körper und sozialem Umfeld und Lebenslust und Tatkraft zu fühlen.

Im Fokus stehen dabei

- Achtsamkeitsübungen zur Selbstwahrnehmung und Selbstfürsorge,
- das Erarbeiten Ihres persönlichen Wertesystems, dessen Entfaltung und Umsetzung,
- die Integration des für Sie Wesentlichen in Ihrer Entscheidung.

Wir erarbeiten die Quellen des Lebensmutes und der Schaffensfreude mit Methoden aus der Hakomi-Therapie, der MotivstrukturAnalyse (MSA) und der RCS-Methode von Jon Eisman.

DATEN & PREISE

Heilung darf sein
Fr., 14.9., 18.30 h –
So., 16.9.18, 14.00 h
Kursgebühr 220 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180934

Wach' auf und träume! – Silvester mal anders
Sa., 29.12.18, 18.30 h –
Do., 3.1.19, 14.00 h
Kursgebühr 555 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 181230

Burnout Prophylaxe
Fr., 1.6., 18.30 h –
So., 3.6.18, 14.00 h
Kursgebühr 225 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180634

**siehe Seite 82



DATEN & PREISE

Das Einfach Liebe Retreat

**So., 11.2., 18.30 h –
Fr., 16.2.18, 14.00 h**

Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180231

**Fr., 10.8., 18.30 h –
Mi., 15.8.18, 14.00 h**

Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180833
Kursgebühr je Workshop
625 €*** pro Person
zuzüglich Vollpension**
400 € pro Person im
Doppelzimmer

Präsenz im Dialog

**Fr., 8.6., 16.30 h –
So., 10.6.18, 14.00 h**

Kursgebühr 270 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180630

**Beziehung,
die man tanzen kann***

**Fr., 7.9., 18.30 h –
So., 9.9.18, 14.00 h**

Kursgebühr 235 €***
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180935

DAS EINFACH LIEBE RETREAT

Entspannte Sexualität leben

Ela Buchwald und Volker Buchwald

So achtsam, bewusst und wach wir in unserer persönlichen Entwicklung auch sind: an unsere Partnerschaft stellen wir meist die höchsten Glücks- und Erfüllungsansprüche – und leben oft nicht die Liebesbeziehung, von der wir träumen.

Sexualität und Achtsamkeit scheinen nicht zusammenzugehören, vermeintlich trennen sich unsere körperlichen Bedürfnisse von der Liebe, die wir für einander empfinden und das bestimmt häufig unser Bild von Partnerschaft. So kommt es schnell zu Missverständnissen, Enttäuschungen und Unfrieden. Es fehlt uns oft an Wissen über Körperphänomene und vor allem an Übung, wie wir anscheinend Unterschiedliches, wie unsere Seelen- und Herzbewegung, mit dem üblichen Bild von Erregung in Einklang bringen können.

Im Seminar geht es auf eine gemeinsame Reise zu feinen körperlichen Wahrnehmungsebenen in Verbindung mit Bewusstheit, Liebe und Sexualität. Im Tagesablauf wechseln Körper- und lebendige Kommunikationsübungen einander ab, es steht Zeit und Raum für eigenes und gemeinsames Erforschen in der Paar-Begegnung zur Verfügung.

Seminarinhalte

- Ganz praktisch: Wissen hilft Informationen rund um energetische Modelle in der Körperarbeit, Phänomenologie der Wahrnehmung, Stressmodelle, Selbstregulation et cetera.
- Ganz körperlich: Somatische Körperarbeit in Form von Bewegungsmediation, Erforschen und Erleben der feinen Spürebene, Übungen zu bewusstem Körper-Sein.
- Ganz entspannt: Gelebte Sexualität ohne Stress und Leistungsdruck angelehnt an den Ansatz nach Diana Richardson.
- Ganz erwachsen: Erkenntnisprozesse aus der Bewusstseinsarbeit nach Wilfried Nelles, die in der Paarbegegnung und in der Sexualität eine Rolle spielen.

Das Seminar ist für Paare geeignet, die sich auf allen Ebenen liebevoll und wach begegnen wollen – auch und gerade in der Sexualität.

Ela und Volker Buchwald sind seit 1992 verheiratet und Eltern von drei erwachsenen Kindern. Sie sind ausgebildet in Bewusstseins- und Körperarbeit. Geprägt durch viele Jahre des Lernens bei Diana und Michael Richardson (Making Love Retreat) haben sie aus der Essenz ihrer Erfahrungen einen eigenen Prozess entwickelt.

Literatur

Diana Richardson: *Zeit für Liebe*
Wilfried Nelles: *Umarme dein Leben*
beide Innenwelt Verlag, Köln

PRÄSENZ IM DIALOG

Freeman Dhority und Steffi Dobkowitz

Beschreibung siehe Seite 31.

**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.
- Aligment (den inneren vertikalen Raum ausfüllen).
- Präsenzerfahrungen im Kontakt: Bindung als energetische Erfahrung.
- Impuls und Antwort im Tanz, im Gespräch und in der Partnerschaft.
- Meditationen für zwei (Paar-Kontemplation).
- Partnerschaft braucht Gemeinschaft: Tanzen mit anderen.

Der Workshop wendet sich an Paare, die noch nicht oder kaum Tango tanzen. Geübte Tangotänzerinnen und -tänzer können teilnehmen, wenn sie ihre Beziehung in den Mittelpunkt stellen wollen. Die Methode ist prozessorientiert. Gestalt, Lomi-Körperarbeit und Tiefenpsychologie sind die therapeutischen Bezugsdisziplinen.

Am Samstag wird es einen Festabend geben – gerne mit entsprechender Kleidung. Wegen des Parketts bitte keine Pfennigabsätze. Gäste sind willkommen!

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.)

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.



MUSIK FÜR PAARE – HEAR AND NOW!

Andreas Gerber und Karin Enz Gerber

Verliebtheit geht vorbei – Kinder fliegen ein und aus – Musik verbindet!

Musik kann jede Partnerschaft erfrischen, bereichern und vertiefen – sofern Mann und Frau sich in ihre Nähe wagen.

In diesem Workshop 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 ... durch Körpermusik.

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.

Gemeinsam – Einsam – Eins – Sein.

Vorkenntnisse sind weder nötig noch hinderlich und alle Stimmen sind willkommen!

neu ORGANISATION UND BEWUSSTSEIN

*Das Kollektive und das Individuelle:
Organisations- und Supervisionsaufstellungen
aus der Haltung und Perspektive des
Lebensintegrationsprozesses (LIP nach Nelles)*
Thomas Geßner

In diesem Workshop geht es um das Verhältnis von kollektivem und individuellem Bewusstsein. Es bildet sich jeden Tag im Leben von Einzelnen in ihrer Organisation ab, etwa in ihrem Team, ihrer Institution oder ihrem Unternehmen. Als Referenz dient das Modell von der Evolution des Bewusstseins in Stufen, wie Wilfried Nelles es eingeführt und im *Lebensintegrationsprozess* (LIP) eine paradigmatische Form seiner Anwendung entwickelt hat.

Themen

- a) Ich und meine Organisation/mein System
- Ich als Führungskraft – Institutionen, NGOs, Unternehmen
 - Ich und mein Team – Krisen, Traumata und Entwicklungsstufen
 - Ich als Mitarbeiter beziehungsweise Mitarbeiterin – Platz, Möglichkeiten und Grenzen
- b) Meine Organisation/mein System und ich
- Verhältnis zu Kunden, sozialer Umgebung und der eigenen Marke
 - Berufung, Core-Business und die Bewegung des Lebens

- Das kollektive Bewusstsein meiner Umgebung und mein eigenes Bewusstsein – Hemmungen, Konflikte und Entwicklungen

Wir werden aus der Perspektive des LIP überwiegend mit dem Verfahren der Organisations- und der Supervisionsaufstellung arbeiten, aber auch andere Aufstellungsformate sind möglich. Wir werden sehen und sicher auch entdecken können, welches Potential die noch recht neue Vorgehensweise des LIP angesichts kollektiver Bewusstseinsphänomene in Institutionen, Unternehmen und Teams entfalten kann. Sie geht über die bisher geläufige Praxis der Aufstellungsarbeit mit beruflichen beziehungsweise persönlichen Beziehungssystemen hinaus.

Ein Schwerpunkt liegt darauf, wie abhängige Liebe und geistige (Selbst-)Liebe in kollektiven Zusammenhängen erscheinen. In meinem Beratungsalltag erlebe ich, wie Klienten aus Institutionen und aus der Wirtschaft in der Perspektive des LIP oft eine erstaunliche Erleichterung und Klarheit dem eigenen Berufsfeld und seinen kollektiven Phänomenen gegenüber verspüren, verbunden mit einem kraftvollen Schub in das eigene natürliche Selbst, in ihr natürliches So-Sein. Dies scheint auch zu gelten, wenn eine Organisation selbst, etwa vertreten durch Gründer oder Inhaber, mehr mit sich selbst und ihrem kollektiven Bewusstsein in Kontakt kommt. Auch Organisationen scheinen deutlich zu profitieren, wenn sie sich der inneren Bewegung ihres Lebens anvertrauen.

DATEN & PREISE

**Musik für Paare –
Hear and Now!**
**Fr., 7.12., 18.30 h –
Mo., 10.12.18, 14.00 h**
Kursgebühr 320 €***
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 181231

**Organisation
und Bewusstsein**
**Do., 1.3., 18.30 h –
So., 4.3.18, 14.00 h**
Kursgebühr 345 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180338

**siehe Seite 82
***Im Preis ist die
Ermäßigung für Paare
bereits mit eingerechnet.



DATEN & PREISE

Familienaufstellungen – als Selbsterfahrung und zur teilnehmenden Beobachtung
Fr., 23.3., 18.30 h – So., 25.3.18, 14.00 h
 Kursgebühr 270 € für beobachtende Teilnehmer 230 € zuzüglich Vollpension**
 Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 180335

Weil ich euch beide liebe
Fr., 16.11., 18.30 h – So., 18.11.18, 14.00 h
 Kursgebühr 270 € für beobachtende Teilnehmer 230 € zuzüglich Vollpension**
 Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 181132

FAMILIENAUFSTELLUNGEN – ALS SELBSTERFAHRUNG UND ZUR TEILNEHMENDEN BEOBACHTUNG

Barbara Innecken

Dieser Workshop ist ein Angebot für Menschen, die Schwierigkeiten in ihrem Leben – sei es in der Partnerschaft, mit den Kindern, im Beruf oder im sozialen Miteinander – in Zusammenhang mit ihrem Familiensystem betrachten und daraus Lösungen erarbeiten wollen.

Das innere Bild von Familie, das wir in uns tragen, beeinflusst unser Denken, Verhalten und unsere Empfindungen. Es kann als Kraftquelle wirken oder eher hinderlich sein für die Gestaltung unseres eigenen Lebens. Über das Familien-Stellen wird das Eingebunden-Sein in unsere Familie generationenübergreifend sichtbar. Durch Lösung von unbewussten Verstrickungen können wir beginnen, die Verbindung mit den guten Kräften unserer Familie wieder aufzunehmen. Wir geben den Bewegungen der Seele Raum, können Übernommenes zurückgeben, Dank abstatten 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 von Fragerunden und Austausch in der Gruppe sowie von Singen und Bewegung begleitet. Es werden traumatherapeutische Aspekte berücksichtigt.

Interessierte, Partner oder Therapeuten können mit Gewinn – und zu verminderter Kursgebühr – als Beobachter und Stellvertreter 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

WEIL ICH EUCH BEIDE LIEBE

Familienaufstellungen zum Thema Kinder und Eltern
 Barbara Innecken

Dieser Workshop bietet Müttern und Vätern die Möglichkeit, Lösungen für Schwierigkeiten mit ihren Kindern mithilfe der Aufstellungsarbeit zu suchen. Darüber hinaus ist der Workshop ein Angebot für das Kind in uns, denn in Bezug auf unsere eigenen Eltern bleiben wir alle ein Leben lang Kinder.

Eltern machen sich Sorgen, wenn ihr Kind unerklärliche Wutanfälle, übermäßige Anhänglichkeit, Hyperaktivität oder anderes auffälliges Verhalten zeigt, wenn es Ängste oder Schlafstörungen entwickelt, sich nicht konzentrieren kann, nicht ler-

nen 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.

Die Aufstellungen in diesen Tagen werden von Fragerunden und Austausch in der Gruppe sowie von Singen und Bewegung begleitet. Es werden traumatherapeutische Aspekte berücksichtigt.

Interessierte, Partner oder Therapeuten können mit Gewinn – und zu verminderter Kursgebühr – als Beobachter und Stellvertreter am Workshop teilnehmen, denn durch das Miterleben findet ein ständiger Erfahrungs- und Lernprozess statt, bei dem sich oft neue Perspektiven für das eigene Leben ergeben.

Teilnehmerzahl: 10 aufstellende Teilnehmer plus Beobachter

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



■ FREI WERDEN FÜR BEZIEHUNG UND GELEBTE, LIEBEVOLLE SEXUALITÄT

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 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 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.

Siehe auch den Vortrag auf Seite 63.

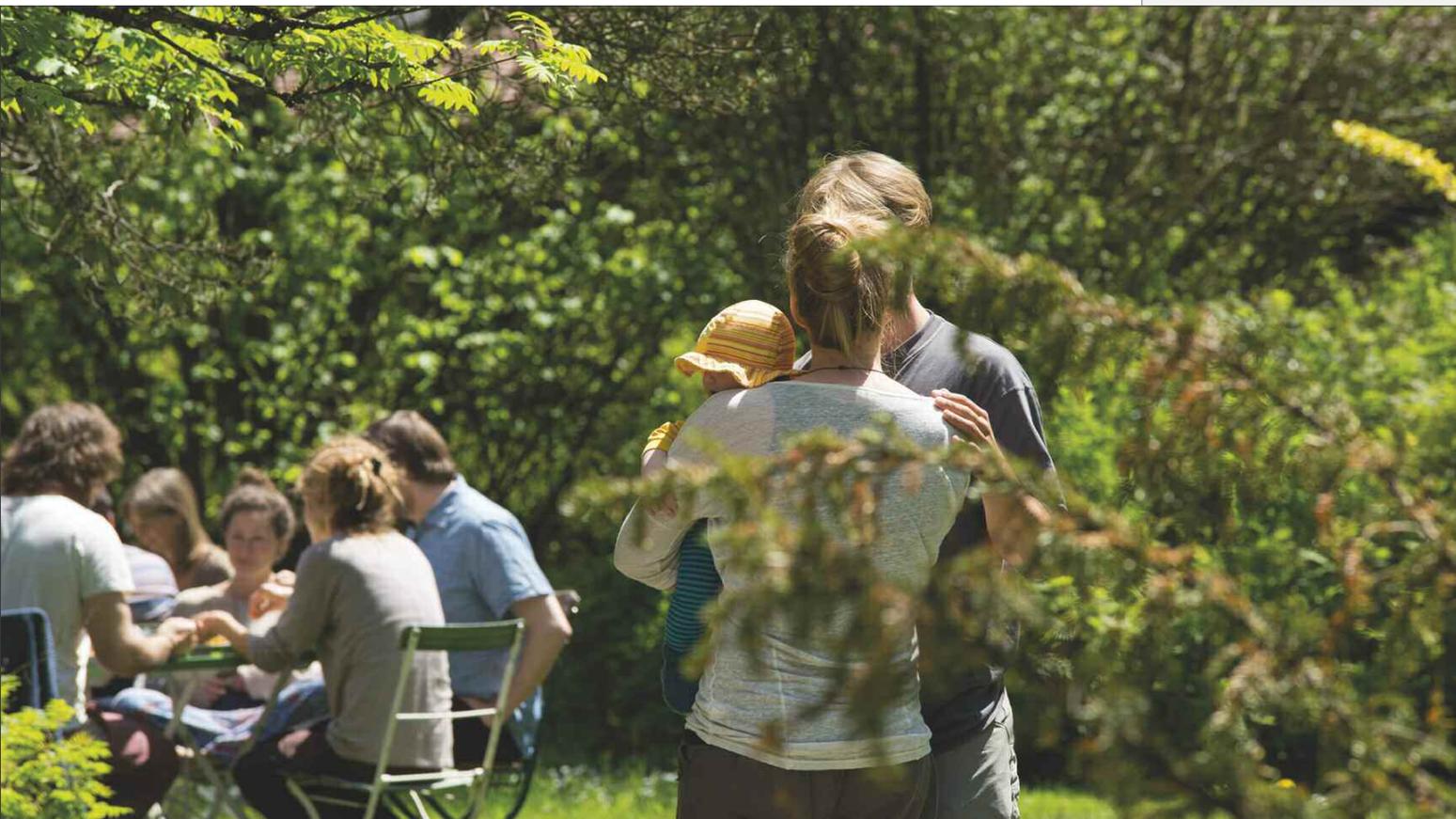
Mehr Information unter:
www.sexualgrounding.com

DATEN & PREISE

Frei werden für Beziehung und gelebte, liebevolle Sexualität
Fr., 27.4., 18.30 h – So., 29.4.18, 14.00 h
Kursgebühr 255 € zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 180432

**siehe Seite 82

Studentinnen und Studenten der ZIST Akademie während einer Mittagspause im Innenhof





DATEN & PREISE

**Movement Intelligence –
Lösungen für
optimale Mobilität II**
Fr., 30.3., 18.30 h –
Mi., 4.4.18, 14.00 h
Kursgebühr 715 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180334

**Krise und Krankheit
als Chance – Versöhnung
mit dem Leben***
Fr., 16.2., 18.30 h –
Di., 20.2.18, 14.00 h
Kursgebühr 470 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180254

MOVEMENT INTELLIGENCE – LÖSUNGEN FÜR OPTIMALE MOBILITÄT II

*Strategien für das Erlernen harmonischer
Koordination und für die Freiheit von
funktionellen Limitationen*
Ruthy Alon

Kursrsprache 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 diesjährige Programm umfasst Themen wie

- die Körperhaltung – es gibt keine Pille für die Haltung; die Haltung ist entscheidend für die Bewegung und umgekehrt.
- das Gleichgewicht – die Stärkung des Gleichgewichtes trägt dazu bei, dynamische Stabilität wieder zu erlangen und damit Rhythmus, Kraft und Sicherheit.
- das Ausrichten der Hüftgelenke – Bedingung für das richtige Gehen.
- der Beckenboden – die integrative Wirkung des schwerelosen Hebels der Schließmuskeln: das Erwecken dieser Kraft unterstützt die Ausdauer.
- das Hocken – hin zum und ausgehend vom natürlichen ersten Sitzen: Die Antwort auf kulturelle Formen des Sitzens.
- das Gesicht – die Maske darunter: Der sich bedingende gegenseitige Effekt vom Fühlen und der Gewebestruktur.

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.

KRISE UND KRANKHEIT ALS CHANCE – VERSÖHNUNG MIT DEM LEBEN*

Wolf Büntig
N. N. und N. N.: TaKeTiNa

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

- fühlen,
- Stressmuster erkennen und abbauen,
- ihre Abwehrkraft aktivieren,
- 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 42).



PHÖNIX AUS DER ASCHE*

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

Wolf Büntig

N. N. und N. N.: TaKeTiNa

Beschreibung siehe Seite 37.

BEWUSSTHEIT DURCH BEWEGUNG

Von der Wahl etwas zu verändern

Maja Büntig-Ludwig

Unser Körper ist ein genialer Bewegungsapparat, der in unserer heutigen Zeit meist in seinen Möglichkeiten unterfordert ist und sich doch ganz oft in unterschiedlichen Bereichen überfordert anfühlt. WARUM IST DAS SO?

Wir haben viele der Bewegungsmöglichkeiten, die uns unser Körper zur Verfügung stellt, verlernt. Ähnlich wie wir nur einen Bruchteil unseres Gehirns nutzen, nutzen wir nur noch einen kleinen Teil der Möglichkeiten, die uns unser Bewegungsapparat eigentlich ermöglicht. Die einzelnen Teile unseres Körpers haben verlernt, einander zu hören und miteinander zu kommunizieren. So entsteht Unbeweglichkeit in einzelnen Bereichen und Überforderung und Verschleiß in anderen.

In diesen Tagen möchte ich Ihnen und Ihrem Körper Wahlmöglichkeiten anbieten, die es ihm erlauben, sein Bewegungspotential zu erweitern anstatt sich immer nur in den gleichen unbewussten Bahnen zu bewegen, neue Wege zu finden, scheinbar mühsame Bewegung wieder leicht und angenehm zu machen und Neugier auf Neues zu wecken.

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.

DATEN & PREISE

Phönix aus der Asche*
Mi., 4.4., 18.30 h –
So., 8.4.18, 14.00 h

Kursgebühr 470 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180433

Bewusstheit durch Bewegung

Do., 15.3., 18.30 h –
So., 18.3.18, 14.00 h

Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180333

Fr., 14.9., 18.30 h –
Mo., 17.9.18, 14.00 h

Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180930

Kursgebühr
je Workshop 300 €
zuzüglich Vollpension**

The Embodied Life Retreat

March 1 – 4, 2018

Thursday, 6.30 p.m. –

Sunday, 2.00 p.m.

Place, registration: ZIST
Penzberg No. 180330

July 5 – 8, 2018

Thursday, 6.30 p.m. –

Sunday, 2.00 p.m.

Place, registration: ZIST
Penzberg No. 180730

Fee per workshop 380 €, plus room and board**.

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

**siehe Seite/see page 82



DATEN & PREISE

**Kampfkunst
als Therapeutikum**

Fr., 15.6., 18.30 h –
Di., 19.6.18, 14.00 h
Kursgebühr 435 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180633

**Diagnose Krebs –
Neue Wege
zur Gesundheit**

nach Carl Simonton
Fr., 27.7., 18.30 h –
Di., 31.7.18, 14.00 h
Kursgebühr 435 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180734

**Wozu bin ich krank? –
Aufstellungsarbeit zur
seelischen Funktion
von Symptomen**

Mi., 31.10., 18.30 h –
So., 4.11.18, 14.00 h
Kursgebühr 450 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 181054

KAMPFKUNST ALS THERAPEUTIKUM

*Japanische Kampfkünste – Wege des ZEN
für intuitives und selbstbewusstes Handeln*
Richard Eckhardt

Beschreibung siehe Seite 31.

**DIAGNOSE KREBS –
NEUE WEGE ZUR GESUNDHEIT
NACH CARL SIMONTON**

Gesundheitstraining für Krebspatienten
Torsten Falz

Dieser viertägige Workshop unterstützt Betroffene dabei, aktiv ihren Heilungsprozess mitzugestalten und ihre Selbstheilungskräfte zu stärken. Der Psychoonkologe Torsten Falz entwickelt gemeinsam mit Menschen mit der Diagnose Krebs Strategien, mit denen sie ihr Leben auf Gesundheit ausrichten, Ängste und Stress abbauen sowie innere Ruhe, Kraft und Hoffnung finden können.

Dabei lernen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer den gesunden Umgang mit unangenehmen Gefühlen wie Angst, Traurigkeit, Ohnmacht oder Wut sowie die Verwandlung ungesunder Überzeugungen und Gedanken in gesundheitsfördernde. So können die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zu einer stabileren psychischen Verfassung gelangen, die sich positiv auf ihre Heilkräfte und ihr Wohlbefinden auswirkt.

Um das Immunsystem zu stärken, werden außerdem gezielt Entspannungs-, Visualisations-, Meditations- und Atemübungen erlernt. Dabei wird in Meditationen und Fantasiereisen die Vorstellungskraft dazu genutzt, körperliche Genesungsprozesse und Behandlungsmethoden zu unterstützen. Den Teilnehmerinnen und Teilnehmern wird außerdem vermittelt, wie sie mit der richtigen Ernährung und gezielter Bewegung ihre Heilung unterstützen können.

Auf der Grundlage der individuellen körperlichen, geistigen und seelischen Verfassung wird für jede Teilnehmerin und jeden Teilnehmer ein persönliches Genesungsprogramm erarbeitet. Fragen wie "Wie komme ich wieder mehr in Fluss mit dem Leben und kann mir die Erkrankung dabei einen Weg zeigen? Wie kann ich mit der Angst vor dem Sterben umgehen?" sowie individuelle Fragen der Betroffenen werden mit dem Ziel gestellt, eigene individuelle Antworten zu finden.

Siehe auch den Vortrag auf Seite 63.

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

Thomas Geßner

In diesem Workshop geht es um den Zusammenhang von Krankheit, Symptombildungen und unbewusster Liebe. Wir folgen der alten Erfahrung, dass Krankheiten sich nicht nur im unmittelbar sichtbaren Bereich vollziehen. Mithilfe der Aufstellungsarbeit (Familienstellen, Symptomaufstellungen und Weiterentwicklungen) schauen wir darauf, was unsere Krankheitssymptome als Äußerungen der Seele leisten. Sie enthalten in sich selbst die Schwelle zu einem hereindrängenden neuen Bereich unseres Lebens.

Manche Symptome verweisen auf frühere Überlebensleistungen, wie sie etwa in traumatische Erfahrungen verborgen sind, und drängen auf eine spannende Transformation. Manche Symptome helfen unbewusst, den Eltern oder anderen Angehörigen etwas Schweres abzunehmen beziehungsweise ihnen in deren Krankheit zu folgen. Aufstellungen können solche Zusammenhänge ans Licht bringen. Sie helfen dabei, sich von dem Symptom selbst zu seinem seelischen Auftrag führen zu lassen, also genau bis zu dem Punkt, wo ein Mensch unbewusst liebt. Wenn diese Liebe gesehen, gefühlt und gewürdigt wird, ist die Mission des Symptoms erfüllt und es kann sich entspannen.

Es bleibt dabei offen, ob und wie Körper und Psyche der seelischen Auflösung eines Symptoms folgen, nachdem sie es oft über Jahre hinweg ausgebildet hatten. Heilung kann man nicht *machen*, jedoch kann man ihr einen inneren Raum öffnen. Genau das beschreibt unseren Fokus. Über die praktische Aufstellungsarbeit hinaus reflektieren wir die unmittelbare Anschauung in der täglichen Runden-Arbeit. So stellen wir Verbindungen her zu unserer beruflichen und persönlichen Erfahrung sowie zu den theoretischen Hintergründen dieser Arbeit.

Willkommen sind: Interesse an den systemischen Zusammenhängen von Symptomen, persönliche beziehungsweise berufliche Erfahrung mit Krankheit, gesunde Skepsis, die Bereitschaft als Stellvertreter 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 42).

Literatur

Wilfried Nelles und Thomas Geßner:
Die Sehnsucht des Lebens nach sich selbst,
Innenwelt Verlag



FREIER FLUSS FÜR EINEN FREIEN KOPF – MIT INDISCHER KOPFMASSE

Eine einfache Ausbildung für Mütter, Väter, Liebende, Kolleginnen und Kollegen, Bodyworker ...
Devapria Gokani

Beschreibung siehe Seite 38.

DIE REGULIERENDE KRAFT DES HERZENS

Ein Tor zu innerer Balance
Regine Herbig

Dieser Workshop gibt eine Einführung in Herz-Resonanz, eine innovative Methode zur Reduzierung von Stress, in der das physische, energetische und emotionale Herz im Mittelpunkt stehen. Dieser Ansatz schlägt eine Brücke zwischen alten Weisheitslehren und den neuesten Forschungen über den messbaren Zusammenhang zwischen Emotionen, Herz und Gehirn.

Die Herz-Resonanz-Atmung, Zentrierung im Herzen und das bewusste Einstimmen auf Gefühle des Herzens sind dabei wesentliche Elemente, um in einen speziellen Zustand innerer Balance zu gelangen, den die Wissenschaft mit *Herzkohärenz* bezeichnet. Die Atem- und Visualisierungsübungen, die dorthin führen, sind einfach, effektiv und tiefgehend.

Sie lernen, aus dem nicht-wertenden Raum des Herzens konstruktiv mit Gefühlen umzugehen und einschränkende Glaubensmuster zu transformieren. Der Workshop ist eine Reise zu Ihren inneren Kraftquellen. Indem Sie mit dem Herzen atmen, fühlen, sehen und denken ergibt sich ein Wechsel der Perspektive und eröffnen sich neue Wege. Es kann Raum für Regeneration und Heilung entstehen.

Die angebotenen Übungen sind speziell auf die unmittelbare Anwendung im Alltag zugeschnitten, um Herausforderungen konstruktiv zu begegnen und sich selbst von *ganzem Herzen* zu unterstützen. In dem Maße, in dem wir der Stimme unseres Herzens folgen, erfahren wir mehr Gelassenheit, Leichtigkeit und Lebensfreude.

Dieser Workshop vermag auch bereichernd für Fachkräfte aus Heil- und Sozialberufen zu sein.

Buchempfehlung
Regine Herbig:
Gefühlsregulierung – ein Tor zu innerer Balance
Stressbewältigung durch Herz-Resonanz.
Junfermann Verlag

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 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 42).

DATEN & PREISE

Freier Fluss für einen freien Kopf – mit indischer Kopfmassage
Fr., 31.8., 18.30 h – So., 2.9.18, 14.00 h
Kursgebühr 220 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180834

Die regulierende Kraft des Herzens
Mi., 20.6., 18.30 h – Fr., 22.6.18, 14.00 h
Kursgebühr 210 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180635

Neuromentales Stressmanagement*
Fr., 6.7., 15.00 h – So., 8.7.18, 14.00 h
Kursgebühr 330 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180754

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.
**siehe Seite 82



DATEN & PREISE

**Triple A – Absicht,
Achtsamkeit, Agape**
Fr., 27.4., 18.30 h –
So., 29.4.18, 14.00 h

Kursgebühr 225 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180430

**Achtsamkeit
als Kunst
der Lebendigkeit**

Fr., 21.9., 18.30 h –
So., 23.9.18, 14.00 h

Kursgebühr 235 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180933

Burnout Prophylaxe
Fr., 1.6., 18.30 h –
So., 3.6.18, 14.00 h

Kursgebühr 225 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180634

**TRIPLE A –
ABSICHT, ACHTSAMKEIT, AGAPE**

Ein Methodenpool zur dynamischen Impulsgebung für die Selbstheilkräfte und Wohlbefinden
Heike Ohland

Das Wochenende dient der eigenen Regeneration. Es werden Übungen vermittelt, die Freude, Wohlbefinden, eine liebevolle Haltung entstehen lassen. Herzenskultivierung kann initiiert und die Selbstheilkräfte aktiviert werden. Sie erfahren die Methodik von *Triple A*, eine wirksame Transformationspraxis auch für die therapeutische Arbeit.

Die Methoden
Wirbelsäulen Qi Gong aus der Chan Mi Tradition setzt den lösenden Fokus in unserem Informationskanal. Es werden rhythmische, wohltuende Schwingungen ausgelöst, die Körper und Geist verbinden und heilende Kräfte im gesamten Körper-Geist-System entfalten. Wenn Körper und Geist in Harmonie schwingen, entsteht eine Ausstrahlung, die als Präsenz wahrgenommen wird. Hüft- und Wirbelsäulensymptome können sich lösen und Themen, welche im Bereich der Wirbelsäule gespeichert sind, transformiert werden.

Die Sun Lun Vipassana Praxis (von U Vinaya Sayadaw, Sun Lun Kloster Myanmar, zur Weitergabe autorisiert) ist eine intensive Atemmeditation. Sie kann neue Einsichten in tiefe Schichten Ihres Seins gewähren. Sie stärkt die Konzentration und Merkfähigkeit und öffnet auf achtsame Weise den Weg zu Ihren Potentialen.

Visionsarbeit: Eine spielerisch-kreative, naturverbundene Methode ermöglicht achtsame Vergangenheitsklärung, die geklärte Gegenwart wohltuend neu zu gestalten und Visionen zu realisieren.

Mit Triple A erfahren Sie wirksame Methoden zur dynamischen Transformation. Dies geschieht in einem Raum, der weiter und offener ist als unser Alltagsbewusstsein es zulassen würde. Praktizierende erfahren die Energie der inneren Bewegungen, die körperliche und mentale Blockaden lösen kann, wie eine Initiation. Der Beginn einer Reise zu Ihren individuellen Potentialen. Plötzlich kommt das Leben in Fahrt und die Beziehungen zu sich selbst und anderen können gesunden.

Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Einführungsworkshops 2017 erfahren eine Vertiefung der Methoden.

Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die Triple A kennenlernen möchten, werden eine Einführung in die Methoden erfahren.

**neu ACHTSAMKEIT
ALS KUNST DER LEBENDIGKEIT**

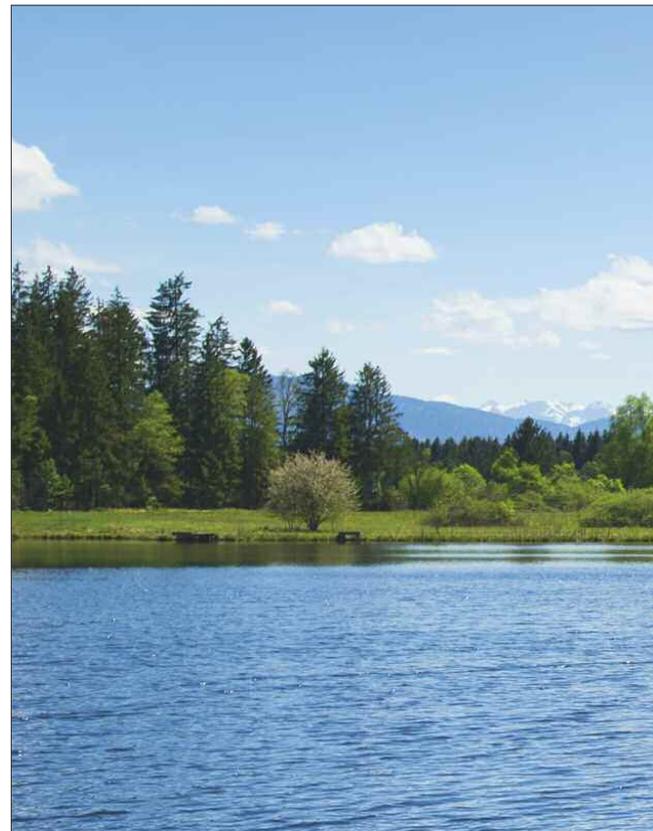
*Sensory Awareness (Charlotte Selver)
oder Die Arbeit (Elsa Gindler)*
Ulrich Rothmund
Assistenz: Cornelia Rothmund

Beschreibung siehe Seite 16.

neu BURNOUT PROPHYLAXE

Andrea Stemberger

Beschreibung siehe Seite 17.



**siehe Seite 82



MENSCHLICHE INTELLIGENZ DURCH RHYTHMUS

Rhythm for Evolution

Reinhard Flatischler und N. N.

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 freies handelndes Individuum und kann zu jeder Zeit in seinem/ihrer Zeitmaß bleiben.

Details und spezifische Schwerpunkte finden Sie ab Januar 2018 auf: www.taketina.com

DATEN & PREISE

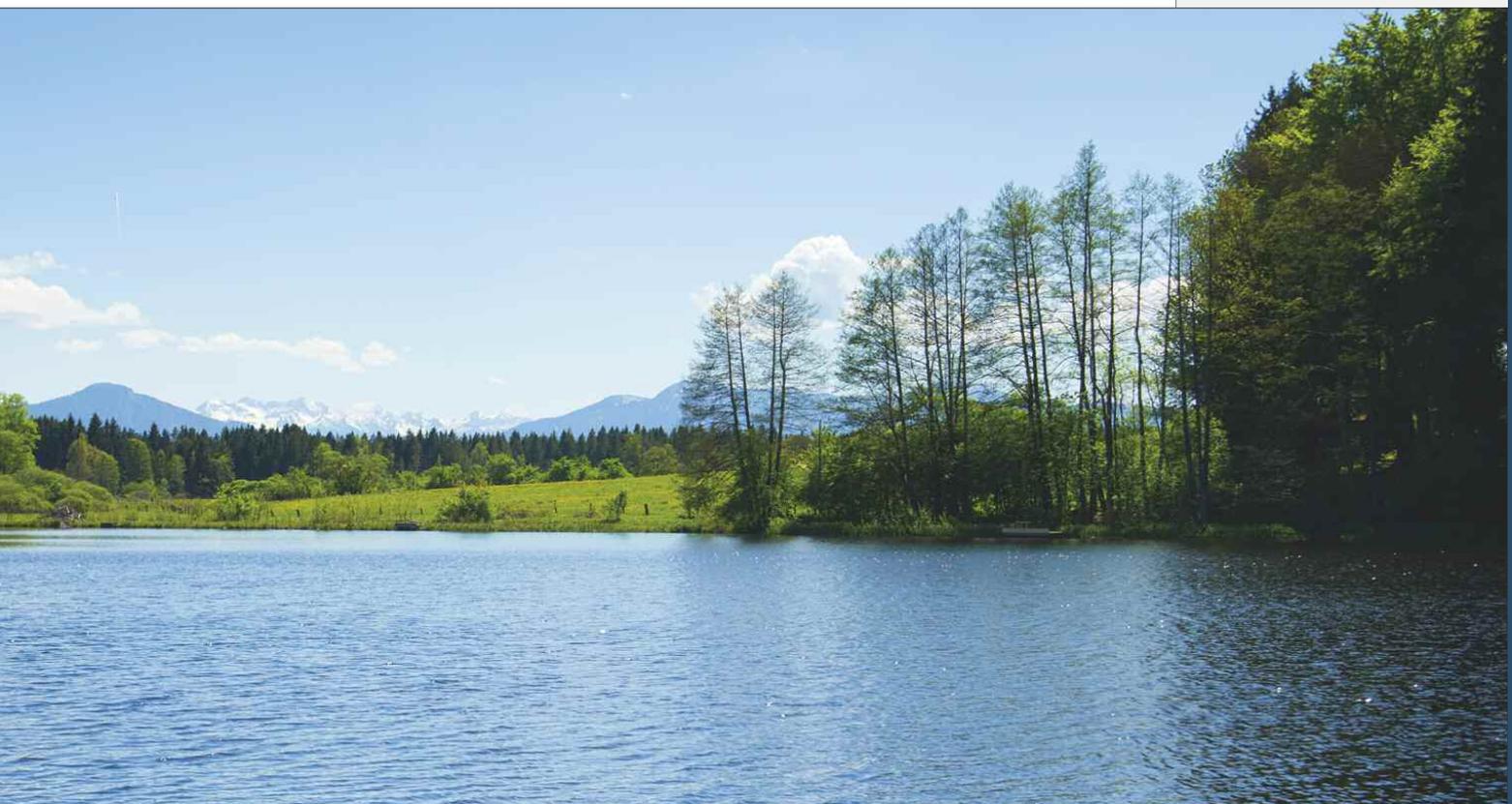
Menschliche Intelligenz durch Rhythmus

**Do., 24.5., 10.30 h –
So., 27.5.18, 16.00 h**

Kursgebühr 480 €
ohne Vollpension

Ort: Schlossberghalle,
Vogelanger 2,
82319 Starnberg
Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180540

Blick vom nahegelegenen
Weiher in die Berge





DATEN & PREISE

TaKeTiNa – kostenlos!

Kursgebühr 0 €
Vollpension, einzelne
Mahlzeiten oder die
Gästehauspauschale sind
vor Ort zu bezahlen.
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180931

**TaKeTiNa New Year's –
Celebration-Meditation
December 30, 2018 –
January 3, 2019**

Sunday, 6.30 p.m. –
Thursday, 2.00 p.m.
Fee 515 €,
plus room and board**.
Place, registration: ZIST
Penzberg No. 181232

**So., 30.12.18, 18.30 h –
Do., 3.1.19, 14.00 h**

Kursgebühr 515 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 181232

TAKETINA – KOSTENLOS!

*Workshoptage der Absolventen
der 15. 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 (etwa in der Zeit zwischen 19.9. und 8.10.2018) 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.

**TAKETINA NEW YEAR'S –
CELEBRATION-MEDITATION**

*A deeply rejuvenating and revitalizing
change of the year celebration*
Reinhard Flatischler and N. N.

Course languages English and German

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 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.

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.

**TAKETINA NEW YEAR'S –
CELEBRATION-MEDITATION**

*Eine ungewöhnlich revitalisierende Art,
den Jahreswechsel zu feiern*
Reinhard Flatischler und N. N.

Kurssprachen sind Englisch und Deutsch

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

Die jährlich stattfindende Veranstaltung in ZIST mit Reinhard Flatischler und seinem internationalen Team 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 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.

Da die Teilnahmeplätze limitiert sind, empfehlen wir Ihnen, baldmöglichst zu buchen, um sich Ihren Platz zu sichern.

POINT ZERO PAINTING – MALERISCHE ENTDECKUNGEN REINER KREATIVITÄT

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 notwendig 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 Körpermusik-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 zu persönlichem Ausdruck und Improvisation.

Rhythmische Strukturen, intuitive Mehrstimmigkeit sowie vielfältige Spiel- und Gestaltungsformen schaffen Raum für Spielfreude, Verbundenheit, Tiefe und Singeslust.

Die Gruppe hilft uns dabei, uns herausfordern zu lassen und getragen zu fühlen. Mut und Freude daran, sich der klingenden Wahrheit des Moments zu zeigen, können wachsen.

Auf diesem Weg nutzen wir konkret: Stimm- und Körperreisen, Circlesongs, Improvisations-Chor, Rhythmus- und Melodiekreise, Singspiele zu zweit und in der Gruppe, Klangteppiche für Stimmausflüge ...

Es sind keine Vor- oder Notenkenntnisse notwendig und alle Stimmen willkommen – kleine, große, mutige, verschlossene, offene, leise, laute ...

MUSIK FÜR PAARE – HEAR AND NOW!

Andreas Gerber und Karin Enz Gerber

Beschreibung siehe Seite 19.

OFFENE MAL- UND ZEICHENWERKSTATT

Regine Helke

Diese Werkstatt ist offen für Menschen, die Lust haben, sich mit ihren kreativen Kräften zum Ausdruck zu bringen und unbekannte Ressourcen entdecken und ausgestalten wollen.

Das noch unbekannte Reich der Seele ist in seiner Tiefe mit dem denkenden Ich nicht erreichbar. Es kann mit allen körperlichen, seelischen und geistigen Sinnen in bildlicher Wahrnehmung fühlbar und begreifbar werden. Manchmal ist im Verarbeiten und Bewusstwerden das dialogische Gespräch notwendig.

Linie, Form und Farbe, Rhythmus, Zahl und Klang erspüren lernen, das Potential der inneren Seelenbilder erfahren und sichtbar werden lassen, kann einen Weg zu sich selbst öffnen.

Der kreative Bildprozess erfolgt in drei Schritten:

- Ein Erlebnis seelisch auf sich wirken lassen – IMPRESSION
- Mit dem inneren Auge eine Umgestaltung in bildnerische Formen entstehen lassen – INSPIRATION
- In der eigenen Art und Weise und mit kreativen Mitteln zur Darstellung bringen – EXPRESSION

Das schöpferische Tun setzt kein künstlerisches Können voraus. Es braucht nur ein bereitwilliges Sich-Einlassen auf das, was von innen zum Ausdruck kommen will. Und die Verantwortung für sich selbst in allem Tun und Lassen zu tragen.

DATEN & PREISE

Point Zero Painting – Malerische Entdeckungen reiner Kreativität

Fr., 10.8., 18.30 h –
Mi., 15.8.18, 14.00 h

Kursgebühr 640 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180832
Der Preis schließt
Farben und Papier ein.
Bitte bringen Sie Ihre
eigenen Pinsel und
Malschürzen mit.

Singing Pool

Fr., 19.1., 18.30 h –
Mo., 22.1.18, 14.00 h

Kursgebühr 360 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180131

Musik für Paare – Hear and Now!

Fr., 7.12., 18.30 h –
Mo., 10.12.18, 14.00 h

Kursgebühr 320 €***
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 181231

Offene Mal- und Zeichenwerkstatt

Di., 31.7., 18.30 h –
So., 5.8.18, 14.00 h

Kursgebühr 515 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180736

**siehe Seite/see page 82

***Im Preis ist die
Ermäßigung für Paare
bereits mit eingerechnet.



DATEN & PREISE

Dem Leben mehr Farbe geben

**Fr., 2.3., 18.30 h –
So., 4.3.18, 14.00 h**

Kursgebühr 210 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180331
Material wird gestellt.

Stimmiger Körper – verkörperte Stimme

**Fr., 13.7., 18.30 h –
Di., 17.7.18, 14.00 h**

Kursgebühr 615 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180731

Blick vom Steg

DEM LEBEN MEHR FARBE GEBEN

Regina Lord

Bilder sind der Spiegel unserer Seele – ganz gleich, was wir gestalten, es drückt sich in unseren Bildern immer ein Teil unseres innersten Wesens aus. Damit ist bildnerisches Gestalten ein wunderbarer Weg zu uns selbst, zu unseren unbewussten Anteilen. Wir entdecken in unseren Bildern, wer wir sind oder wer wir sein könnten.

In Bildern erfahren wir uns auf neue Weise, unsere Wünsche, Visionen oder auch innere Entscheidungen, die unser Unbewusstes längst getroffen hat, die aber für unseren Verstand noch nicht wahrnehmbar sind.

Sowohl im Malprozess wie auch in der Betrachtung der entstandenen Bilder begegnen wir uns selbst und unseren Ressourcen. In der Interaktion mit anderen – zum Beispiel in Gruppenbildern – erkennen wir unsere persönlichen Verhaltensmuster und können sie auf spielerische Art verändern und uns erproben.

Wir arbeiten mit Fantasiereisen, Märchen und den verschiedensten gestalterischen Techniken (Farbe, Kreiden, Ton et cetera) – vor allem aber mit Spaß und Lust an der eigenen Gestaltung!

Malkenntnisse sind nicht erforderlich – je ursprünglicher unser Ausdruck ist, desto mehr zeigt er uns unsere innere Welt.

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.





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

Russell Delman

Please see description on page 23.

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 Plenumsdialogen, 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.

KAMPFKUNST ALS THERAPEUTIKUM

Japanische Kampfkünste – Wege des ZEN für intuitives und selbstbewusstes Handeln

Richard Eckhardt

Das eigene ICH zu suchen, bedeutet Mut und Entschlossenheit, das eigene SELBST zu leben, bedeutet Freiheit.

Richard Eckhardt

Die therapeutische Kampfkunst versteht sich als eine Reise zum Selbst-Bewusst-Sein mit Übungen aus der taoistisch-japanischen Heilgymnastik über die energetischen Kata-Formen der klassischen japanischen Kampfkünste GOJURYU-KARATEDO und IAIDO (japanische Schwertkunst) bis hin zur improvisierten, inspirierten Musik.

Ziel ist, sich einzulassen auf den Rhythmus und den Klang des Universums und die Kraft der Leere,

die nicht intellektuell zu erfassen sind, sondern intuitiv erfahren werden können. Diese Erfahrung unterstützt uns bei intuitivem und selbstbewusstem Handeln im Alltag.

Richard Eckhardt entwickelte aus seinem engen und intensiven Kontakt zu den Menschen, der Kultur und der Philosophie Japans den Wunsch, durch seine langjährige Erfahrung Menschen in unserer westlichen Welt eine aktive Lebenshilfe zu vermitteln und ihnen so einen Weg zu zeigen, wie sie ihre eigenen und die kosmischen Energien selbst sinnvoll zur Förderung ihrer Gesundheit, Lebensqualität und Sicherheit einsetzen können.

Methoden, mit denen wir im Workshop arbeiten werden:

- Energetische Kataformen des Gojuryu-Karatedo und des Iaido (japanische Schwertkunst) in Theorie und vor allem in praktischen Übungen mit und ohne Bokken (japanisches Holzsword).
- Bewegungen aus der taoistisch-japanischen Heilgymnastik.
- Inspirierte musikalisch-rhythmische Improvisationen und deren Zusammenführung zu einem harmonischen Ganzen.

Für die Teilnahme am Workshop sind keine besonderen Voraussetzungen notwendig.

ABSCHIED UND BESTATTEN ALS INITIATION

Susanne Kraft und Michael Kraft

Beschreibung siehe Seite 13.

HOLOTROPES ATMEN – DAS ABENTEUER DER SELBSTENTDECKUNG

Viktoria Luchetti und Gilberto Mercado

Beschreibung siehe Seite 14.

ne HEILUNG DARF SEIN

Seminar für Trauernde nach dem Tod eines geliebten Menschen
Isabel Schupp

Beschreibung siehe Seite 17.

DATEN & PREISE

The Embodied Life Retreat March 1 – 4, 2018

**Thursday, 6.30 p.m. –
Sunday, 2.00 p.m.**
Place, registration: ZIST
Penzberg No. 180330
July 5 – 8, 2018

**Thursday, 6.30 p.m. –
Sunday, 2.00 p.m.**
Place, registration: ZIST
Penzberg No. 180730
Fee per workshop 380 €,
plus room and board**.

Präsenz im Dialog

**Fr., 8.6., 16.30 h –
So., 10.6.18, 14.00 h**
Kursgebühr 270 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180630

Kampfkunst als Therapeutikum

**Fr., 15.6., 18.30 h –
Di., 19.6.18, 14.00 h**
Kursgebühr 435 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180633

Abschied und Bestatten als Initiation

**Fr., 9.11., 18.30 h –
So., 11.11.18, 14.00 h**
Kursgebühr 225 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 181130

Holotropes Atmen – Das Abenteuer der Selbstentdeckung

**Fr., 27.7., 18.30 h –
Di., 31.7.18, 14.00 h**
Kursgebühr 490 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180732

Heilung darf sein Fr., 14.9., 18.30 h – So., 16.9.18, 14.00 h

Kursgebühr 220 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180934

**siehe Seite/see page 82



DATEN & PREISE

**Schamanismus
der Huichol Indianer**
Di., 3.4., 18.30 h –
So., 8.4.18, 14.00 h

Ort/Anmeldung: ZIST

Penzberg Nr. 180431

Fr., 26.10., 18.30 h –
Mi., 31.10.18, 14.00 h

Ort/Anmeldung: ZIST

Penzberg Nr. 181030

Kursgebühr

je Workshop 550 €

zuzüglich Vollpension**

**SCHAMANISMUS
DER HUICHOL INDIANER**
Altes Wissen für die moderne Zeit

Brant Secunda

Kurssprache Englisch mit Übersetzung

Die Huichol Tradition ist ein Jahrtausende altes System ganzheitlicher Heilung, deren Praxis es ermöglicht, Körper, Herz und Geist von den Belastungen und dem Stress der modernen Welt zu reinigen. Durch die Entwicklung der Intuition des Herzens, die Verbindung zum höheren Selbst und zu den Kräften der Natur kommt mehr Klarheit in das eigene Leben. Kraftreserven werden erneuert.

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

- Traumrituale, die uns in Kontakt mit unseren Träumen bringen und die Traumrealität in den Alltag integrieren.
- Heilungsrituale, die die bestehende Verbindung zur natürlichen Welt wecken.
- Übungen, die den Geist beruhigen.
- Übungen, die zu tiefer Selbsterkenntnis führen.
- Die Hirschtanzzeremonie.
- Eine Pilgerschaft an die Zugspitze, wo wir unter anderem lernen, wie man sich einem Kraftplatz nähert.

- Trommeln, Rasseln und Singen.
- Die wunderschöne Kunst der Huichol Indianer, entstanden aus ihrer lebendigen, traditionellen Mythologie.

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

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

Kinder sind willkommen.

Bachlauf neben ZIST





■ 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.

neu SEX UND ESSENZ

Erkundung und Entfaltung
Florentin Krause

Sexuelle Lust und Spiritualität liegen schon ewig miteinander im Hader. Die großen Weltreligionen sind von sexualfeindlichen Geboten und Verboten geprägt. Eine Ausnahme sind gewisse tantrische Traditionen, in denen die Umwandlung von sexueller Energie in spirituelle Energie eine zentrale Rolle spielt. Die Rihwan Arbeit hat eine ähnliche sex-positive Orientierung. Sie ist mit der Entwicklung der persönlichen Essenz verbunden und kommt in der tabu-freien Erkundung unserer körperlichen Erfahrung zum Ausdruck.

In diesem Workshop wollen wir uns anschauen, was es praktisch bedeutet, sexuelle Bedürfnisformen, Schwierigkeiten und Geschlechterkonflikte als Ausdruck der verlorenen Verbindung mit unse-

rer Essenz zu verstehen. Die Erkundung unserer Sexualität geschieht hier nicht als Selbstzweck, sondern als Teil einer Wende nach innen, die unsere Liebe zur Wahrheit ausdrückt. Wenn diese Wende gelingt, führt sie vom angespannten ziel-orientierten Streben nach Lustgewinn zur spielerisch-ekstatischen Präsenz als Quelle unserer Erfüllung.

Auf dem Wege dahin gilt es, eine Reihe von Drachen zu bändigen. Sie belagern uns mit Scham, Schuldgefühlen und kulturellen Vorurteilen und lauern uns mit schmerzhaften defizitären Selbstbildern auf. Der Kampf gegen diese Drachen fängt damit an, dass wir unsere sexuellen Gefühle so sein lassen wie sie sind.

Mit Übungen und ausführlichen Diskussionen.

■ ONGOING INQUIRY

Jeanne Rosenblum

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.

DATEN & PREISE

Soul without Shame
May 29 – June 3, 2018
Tuesday, 6.30 p.m. –
Sunday, 2.00 p.m.

Fee 595 €,
plus room and board**.
Place, registration: ZIST
Penzberg No. 180533

Sex und Essenz
Fr., 30.3., 18.30 h –
Di., 3.4.18, 14.00 h
Kursgebühr 515 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180336

Ongoing Inquiry
May 25 – 29, 2018
Friday, 6.30 p.m. –
Tuesday, 2.00 p.m.
Fee 495 €,
plus room and board**.
Place, registration: ZIST
Penzberg No. 180531

**see page/siehe Seite 82



DATEN & PREISE

The Heart of Life**1 Courageous Heart****January 19 – 21, 2018****Friday, 6.30 p.m. –****Sunday, 2.00 p.m.**

Place, registration: ZIST

Penzberg No. 180130

2 Loving Kindness**August 3 – 5, 2018****Friday, 6.30 p.m. –****Sunday, 2.00 p.m.**

Place, registration: ZIST

Penzberg No. 180831

3 Heart's Desire**December 14 – 16, 2018****Friday, 6.30 p.m. –****Sunday, 2.00 p.m.**

Place, registration: ZIST

Penzberg No. 181233

Fee per workshop 330 €
plus room and board**.**new THE HEART OF LIFE**Kyo Verberk, Robbert Verschuur, Marko Rinck,
Gertraud Eder-Büntig

Course language English

We offer three ongoing weekends exploring *The Heart of Life* through the central practices of the Diamond Approach: practicing presence and open-ended inquiry; exploring through sensing and verbalizing experience. The Diamond Approach is a spiritual path of love for what is true and authentic.

Each weekend we will explore an Essential Aspect. Essence is not an object within ourselves; it is the true nature of who we are when we are relaxed and authentic, when we are not pretending to be one way or another.

1 Courageous HeartKyo Verberk, Robbert Verschuur
and Gertraud Eder-Büntig

Courageous Heart is willing to step out of the familiar and out of what is comfortable; it has the strength and courage to follow how life is changing, unfolding and optimizing. Keeping ourselves small we don't feel alive. It takes courage to go beyond the limits we set in our mind, heart and body. When we miss aliveness in our life, when we feel frustrated or bored it means we hit a limit. It needs courage to step out of our well known world into

real life. Aligned with the life force we feel it as "this is my life, I am living it, I love it". When we are in touch with the thrill of life, we want it even if it is scary.

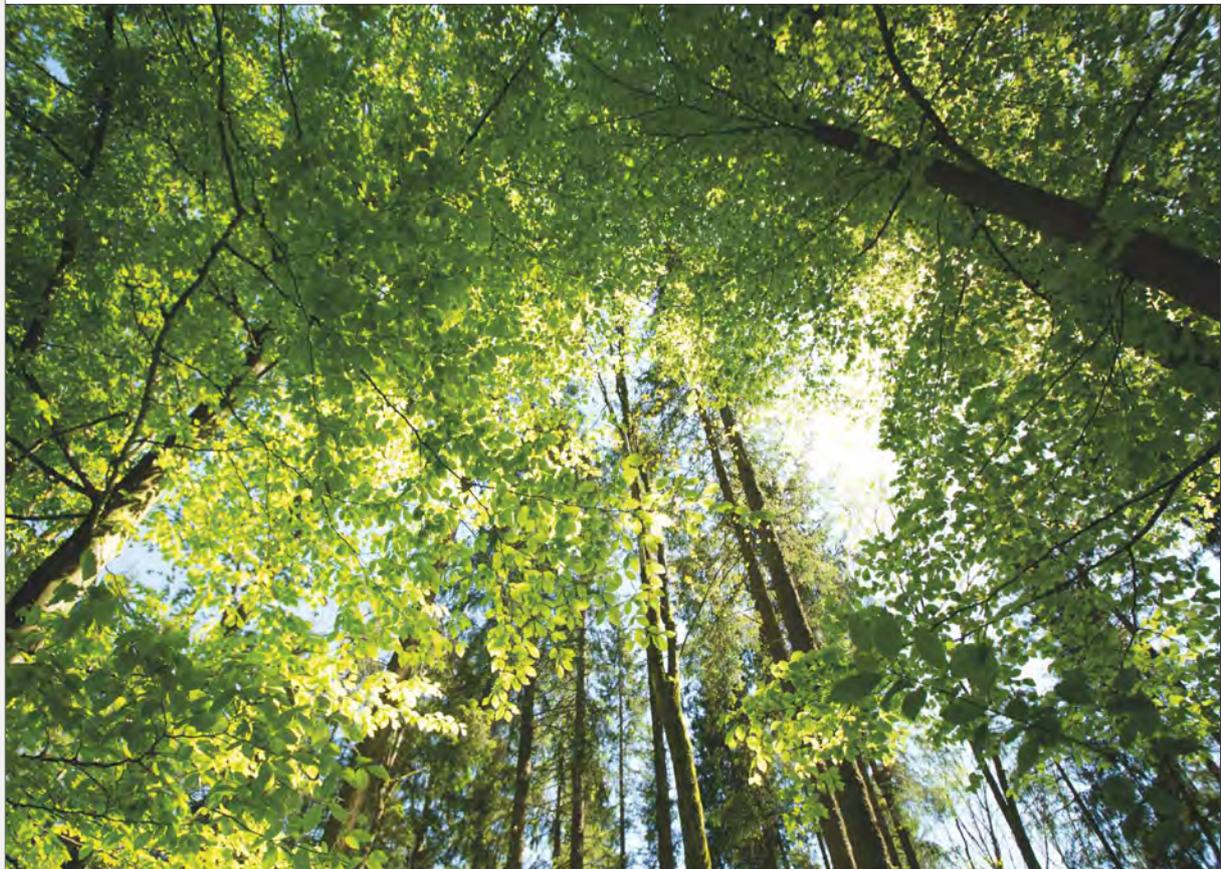
2 Loving Kindness

Kyo Verberk and Gertraud Eder-Büntig

The life force provides the sensitivity we need to attune to what really matters to us at the moment. That is the function of the Essential quality "loving kindness". It gives our inquiry an empathic precision. Inquiry is then attuned to the pain of the soul, to her suffering and needs, and to her interests and loves. When inquiry addresses exactly where our heart is, the heart responds with opening up.

3 Heart's DesireKyo Verberk, Marko Rinck
and Gertraud Eder-Büntig

In this weekend we explore the desires that control our life. We fall in love with all kinds of things; our mind tells us what we love, and we move out and away from the intimacy of our heart to get what we want. The true heart's desire is not about wanting something from the outside, it is not trying to satisfy something or remove something. It has a selfless generous quality. The language of the heart moves us and touches us deeply. It is pure, free from content. The sacred impulse of heart is 'I want'. Allowing this pure innocent wanting brings joy and fulfillment.



**see page 82



DAS KLAUSURPROGRAMM ALLTAG ALS ÜBUNG

Mona Bielitzer, Wolf Büntig, Sebastian Peschke

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 Übung des Selbstmanagement und der Achtsamkeit im alltäglichen Tun sowie der begleiteten Selbsterfahrung. In unserem Klausurprogramm können Sie Raum finden dabei,

- 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,
- Krisen in der Selbsterfahrungsgruppe oder im Einzelgespräch durcharbeiten,
- Sammlung und Stille zu üben,
- einen Ausgleich zwischen Geben und Nehmen zu erfahren und
- Ihre Erfahrungen selbstständig 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 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.

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 vegetarische Verpflegung und Unterkunft in schlichten Mehrbettzimmern (Einzelzimmer nach Verfügbarkeit gegen Aufpreis).

An den morgendlichen Meditationen kann selbstverständlich teilgenommen werden.

Bei Interesse wenden Sie sich bitte ans ZIST Büro.

DATEN & PREISE

Klausurprogramm Alltag als Übung

Kursgebühr 220 €
Zusätzliche Einzelsitzungen 80 € pro Stunde nach Absprache.

Termine 2018

Bitte entnehmen Sie die Termine unserer Webseite oder erkundigen Sie sich telefonisch unter +49-8856-93690.



Liebe achtet die Einzigartigkeit eines anderen.

Eine Person, die vergleichbar ist, ist auch austauschbar.

Dr. Wolf Büntig



Regina Lord, *Junge Frauen in Rajasthan*, Acryl auf Leinwand



neu VATER – WO BIST DU?*

Wolf Büntig

N. N. und N. N.: TaKeTiNa

Wir bringen aus Jahrtausenden Menschheitserfahrung archetypische Vaterbilder mit in diese Welt und erwarten Bestätigung dieser Bilder in der Begegnung mit dem leibhaftigen Vater. Die Enttäuschung dieser Erwartung kann so traumatisch sein wie das Ausbleiben von Willkommen bei der Geburt, Vernachlässigung oder Gewalt in der Säuglingszeit oder das Versagen, den fehlenden Vater nicht ersetzen zu können. Abspaltung des Bedürfnisses nach Begegnung mit dem Vater kostet Lebenskraft.

Die Überzeugungen, "Ich habe keinen Vater", "Ich brauche keinen Vater", "Mein Vater ist ein Dies oder Das", waren für viele in der Not der Abhängigkeit von einer überforderten Mutter stabilisierend für ein idealisiertes Selbstbild. Nach Jahrzehnten der Übung von Selbstzweifel, Selbstüberforderung, Zynismus und Selbstausbeutung des Einzelkämpfers kann es dank Burnout notwendig werden, diese Einbildungen durch entlastende Erfahrungen zu ersetzen.

Unter Hinweis auf "ein narzissmusgeprägtes, erfolgreiches Berufsleben mit finalem Crash" der "kompensatorischen Lebensbewältigung des Kleinen Mannes" empfahl ein Betroffener "Bereitstellung eines Forums, welches dazu beitragen könnte, Schmerz, Tränen und fehlenden Trost in neue Lebensenergie zu transformieren". Dieser Empfehlung folgen wir in dieser beruflichen und persönlichen Fortbildung für Männer und Frauen, die Rückhalt und Orientierung suchen, mithilfe von Impulsreferat, Selbsterkundung in Kleingruppen, Mitteilung und Austausch im Plenum, vertiefendem Gespräch und der Rhythmischen Körper-Bewusstseinsarbeit TaKeTiNa.

PHÖNIX AUS DER ASCHE*

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

Wolf Büntig

N. N. und N. N.: TaKeTiNa

Der Workshop ist gedacht als Unterstützung und Supervision für Fachkräfte aus den Heil- und Sozialberufen, Lehrer, Führungskräfte, Eltern 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 Patienten, Klienten, Angestellten, Kinder 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 Verzagttheit, 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.

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 schufden 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.

DATEN & PREISE

Vater – wo bist du?*

Mi., 10.1., 18.30 h –

So., 14.1.18, 14.00 h

Kursgebühr 470 €

zuzüglich Vollpension**

Ort/Anmeldung: ZIST

Penzberg Nr. 180132

Phönix aus der Asche*

Mi., 4.4., 18.30 h –

So., 8.4.18, 14.00 h

Kursgebühr 470 €

zuzüglich Vollpension**

Ort/Anmeldung: ZIST

Penzberg Nr. 180433

Sich sein lassen*

So., 11.2., 18.30 h –

Do., 15.2.18, 14.00 h

Kursgebühr 470 €

zuzüglich Vollpension**

Ort/Anmeldung: ZIST

Penzberg Nr. 180230

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

**siehe Seite 82



DATEN & PREISE

Machen Kränkungen krank?*

Di., 31.7., 18.30 h – So., 5.8.18, 14.00 h

Kursgebühr 575 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180735

Organisation und Bewusstsein

Do., 1.3., 18.30 h – So., 4.3.18, 14.00 h

Kursgebühr 345 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180338

Freier Fluss für einen freien Kopf – mit indischer Kopfmassage

Fr., 31.8., 18.30 h – So., 2.9.18, 14.00 h

Kursgebühr 220 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180834

NIG Practitioner Im Bilde sein**Modul 1**

Fr., 16.2., 18.30 h – So., 18.2.18, 14.00 h

Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180232

Modul 2

Fr., 30.11., 18.30 h – So., 2.12.18, 14.00 h

Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 181133

Modul 3

Fr., 22.2., 18.30 h – So., 24.2.19, 14.00 h

Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 190232

Modul 4

Fr., 18.10., 18.30 h – So., 20.10.19, 14.00 h

Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 191031
Kursgebühr
je Workshop 270 €,
bei Komplettanmeldung
980 €
zuzüglich Vollpension**

MACHEN KRÄNKUNGEN KRANK?*

*Erkundung der zwei Gesichter
des normalen Narzissmus*

Wolf Büntig

N. N. und N. N.: TaKeTiNa

Eine mündige Person verwirklicht ihr menschliches Potential, weiß um ihre Selbstwirksamkeit und kennt ihren Selbstwert; ihre Richtschnur für ihr Handeln ist das Gefühl von Stimmigkeit.

Die durch eigene Geschichte und gesellschaftliche Normen geprägte Persönlichkeit hat mehr oder weniger von der Verwirklichung ihrer Eigenart abgedankt, hat ihr Selbstgefühl verloren und ist beschäftigt mit Selbstbeweis. Sie ist darauf angewiesen, dass ihr idealisiertes Selbstbild von anderen gespiegelt wird, denkt deshalb viel nach und richtet sich in ihren Handlungen nach dem, was in den Augen anderer richtig ist.

Wenn die gewohnte Spiegelung ausbleibt und das Selbstbild infrage gestellt wird, kann das aggressive oder depressive Reaktionen auslösen, je nachdem, ob wir gewohnt sind, uns mit der Rolle als Täter oder als Opfer zu identifizieren.

Narzissmus ist normal, aber nicht gesund.

Kränkungen können krank machen, wenn wir unsere Lebenskraft verschwenden beim Wegdrücken (Depression) von Impulsen, Gefühlen und Emotionen, um einen Schein aufrecht zu halten auf Kosten des Seins.

Kränkungen können aber auch Auslöser einer Forschungsreise in unsere Innenwelt sein, auf der wir mithilfe von Kurzvorträgen, Gruppenübungen, Einzelgesprächen und TaKeTiNa erkennen können, dass nur unser Selbstbild verletzbar ist, nicht wir selbst.

Offene Gruppe für Menschen auf dem Heimweg und Fortbildung für deren Begleiter.

Zur Vorbereitung empfohlen:

Bärbel Wardetzki: *Nimm's bitte nicht persönlich*
<https://www.youtube.com/watch?v=BgJcQc2gQAc>

neu ORGANISATION UND BEWUSSTSEIN

*Das Kollektive und das Individuelle:
Organisations- und Supervisionsaufstellungen
aus der Haltung und Perspektive des
Lebensintegrationsprozesses (LIP nach Nelles)*

Thomas Geßner

Beschreibung siehe Seite 19.

FREIER FLUSS FÜR EINEN FREIEN KOPF – MIT INDISCHER KOPFMASSEGE

*Eine einfache Ausbildung für Mütter,
Väter, Liebende, Kolleginnen und
Kollegen, Bodyworker ...*

Devapria Gokani

Die Indische Kopfmassage beruht auf dem Ayurveda Heilsystem. Noch heute ist Massage ein integraler Bestandteil der indischen Kultur. Sie fördert im Alltag indischer Familien Entspannung, Wohlbefinden und Gesundheit und spielt eine wichtige Rolle in Ritualen.

Wir verbringen mehr und mehr von unserer Lebenszeit vor einem Bildschirm, hinter dem Steuer oder am Schreibtisch. Unsere Lebensumstände erfordern es, immer mehr kopforientiert zu sein und daher nicht in Balance. Ziel der Indischen Kopfmassage (IKM) ist es, den Stress, der sich im Gewebe, in den Muskeln und den Gelenken des Kopfes, des Gesichtes, des Nackens und der Schultern angesammelt hat, zu lösen.

Die IKM unterstützt und fördert die Blut- und Flüssigkeitszirkulation im gesamten Kopfbereich. Dabei wird der natürliche Fluss zwischen Kopf und Herz befreit. Das Gehirn entspannt und so entspannen sich das gesamte Nervensystem und der gesamte Körper. In Indien werden Babys von Geburt an regelmäßig massiert und wenn sie älter werden, erhalten die Kinder täglich eine Kopfmassage. So wird Kopfmassage ein natürlicher Teil des täglichen Lebens, eine Art von Prophylaxe und sie unterstützt die familiäre Beziehung.

In diesem Intensivworkshop in IKM werden die grundlegenden Massagetechniken gelehrt. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden bei der gegenseitigen Massage von Devapria Gokani supervidiert und befähigt, eine 30- bis 45-minütige Einzelsitzung zu geben. Es werden keine Hilfsmittel wie Massagetische benötigt und die Klienten bleiben angezogen. Es sind zudem keine Vorkenntnisse in anderen Massagetechniken nötig.

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

Barbara Innecken

Diese Fortbildung wendet sich an Psychotherapeuten, Berater, Pädagogen, Coaches, Trainer und andere in psychosozialen Berufen, die das Repertoire ihres jeweiligen Arbeits- oder Ausbildungsgebietes durch den Einsatz von Systemaufstellungen im Einzelsetting bereichern wollen.

Beschreibung siehe Seite 44.



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

Die NIG Master Module sind auch offen für Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die keine NIG Practitioner Module besucht haben.

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

Beschreibung siehe Seite 45.

ERFORSCHUNG DER INNENWELT
Systemische Therapie mit der Inneren Familie
Gabriela Martens und Irmgard Schmelcher-Haimerl

Beschreibung siehe Seite 15.

neu **BEWEGUNG UND BEDEUTUNG**
Cary Rick

Die Bewegungsanalyse (Methode Cary Rick) ermutigt die Klienten oder Patienten dazu, im intersubjektiven Rahmen der Gruppe mit alltäglichen Bewegungsressourcen zu experimentieren und deren Bedeutung zu reflektieren.

In diesem Workshop sind spontane Bewegungsexperimente oder Vorschläge für Bewegungsspiele, alleine oder mit anderen, der Ausgangspunkt der Selbsterfahrung. Sie richtet sich danach aus, die Verbindung zwischen der eigenen Bewegungsweise und dem persönlichen Selbstverständnis aufzuspüren, zu präzisieren, zu klären beziehungsweise zu erweitern. Da jegliche Körperbewegung aus der primären Lebensbedingung erfolgt, in eigener Sache zu handeln, kann sich die Bewegung als zentraler Bestandteil des persönlichen Selbstempfindens offenbaren.

**FREI WERDEN FÜR BEZIEHUNG
UND GELEBTE, LIEBEVOLLE SEXUALITÄT**
*Wie wir über die Ladung und Entladung
unserer post-modernen Sexualität hinaus
sexuelle Erfüllung erreichen können*
Ingo Vauk

Beschreibung siehe Seite 21.

DATEN & PREISE

**NIG Master
Im Bilde sein**
Modul 1 (B. Innecken)
Fr., 11.5., 18.30 h –
So., 13.5.18, 14.00 h
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180535
Modul 2 (S. Humez)
Fr., 26.10., 18.30 h –
So., 28.10.18, 14.00 h
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 181031
Modul 3 (B. Innecken)
Fr., 15.3., 18.30 h –
So., 17.3.19, 14.00 h
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 190330
Modul 4 (B. Innecken)
Fr., 20.9., 18.30 h –
So., 22.9.19, 14.00 h
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 190934
Kursgebühr
je Workshop 275 €,
bei Komplettanmeldung
990 €
zuzüglich Vollpension**

**Erforschung
der Innenwelt**
Fr., 13.7., 18.30 h –
Di. 17.7.18, 14.00 h
Kursgebühr 475 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180733

**Bewegung
und Bedeutung**
Fr., 14.9., 18.30 h –
Mo., 17.9.18, 14.00 h
Kursgebühr 370 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180932

**Frei werden für
Beziehung und gelebte,
liebevolle Sexualität**
Fr., 27.4., 18.30 h –
So., 29.4.18, 14.00 h
Kursgebühr 255 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180432

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.
**siehe Seite 82





DATEN & PREISE

**Potentialorientierte
Psychologie in der
Menschenführung**
Wille*
So., 17.12., 18.30 h –
Fr., 22.12.17, 14.00 h

 Kursgebühr 545 €
 zuzüglich Vollpension**

Ort/Anmeldung: ZIST

Penzberg Nr. 171255

**POTENTIALORIENTIERTE
PSYCHOLOGIE
IN DER MENSCHENFÜHRUNG**
Menschenkenntnis durch Selbsterkenntnis
*Berufliche und persönliche Fortbildung in tiefen-
psychologisch fundierter Potentialentfaltung*
Wolf Büntig
Anita Neudorfer und Leonard Seifert: TaKeTiNa
*Gott schläft im Stein,
atmet in der Pflanze,
träumt im Tier und
erwacht im Menschen.*

Eine Fortbildungsserie für Menschen, die Menschen führen: Psychotherapeuten, Ärzte, Psychologen, Sozialpädagogen und Sozialarbeiter, Lehrer, Erzieher, Mütter und Väter, Führungskräfte in der Wirtschaft, Polizisten, Offiziere, Coaches, Geistliche ...

Potentialorientierte Psychologie integriert die Menschenbilder konkurrierender Schulen zu einer zeitgemäßen Orientierung für Menschen, die mit Menschen arbeiten.

Der Behaviorismus versteht menschliches Verhalten wie das von Tieren als Abfolge von konditionierten Reflexen und setzt auf Neukonditionierung zur Lösung von unbefriedigenden Verhaltensmustern.

Die Psychoanalyse Sigmund Freuds erkennt

- das Unbewusste als Ausgangspunkt von menschlicher Motivation,
- die Abwehr von Impulsen, die ein idealisiertes Selbstbild gefährden könnten,
- die Depression von Empfindungen, Gefühlen und Emotionen,
- die Verdrängung schmerzlicher und beschämender Bewusstseinsinhalte,
- die Übertragung frühkindlicher Beziehungserfahrungen auf die Beziehungen der Gegenwart und
- den Widerstand gegen Veränderung – auch gegen Verbesserung – und bemüht sich um Überwindung der Bindung an die Vergangenheit durch Introspektion, Reflexion und begriffliches Verständnis.

Humanistische Psychologie postuliert

- das menschliche Potential – die Begabung zur umfassenden Menschlichkeit – in den Bereichen Da-Sein, Dabei-Sein, Jemand-Sein (Persönlichkeit) und Person-Sein (Abraham Maslow),
- die Tendenz zur Entfaltung dieses Potentials zur *Selbstverwirklichung* (Carl Rogers) durch Erfüllung der menschlichen Bedürfnisse von den Grundbedürfnissen bis hin zu den sogenannten höheren Bedürfnisse nach dem Wahren, Schönen und Guten; Wille, Kreativität, Humor, Werten; Hingabe und Dienst an der Gemeinschaft
- sowie die Offenheit für spirituelle Erfahrung als Merkmal menschlicher Gesundheit (Maslow).

Physiologie und moderne Hirnforschung bestätigen alle drei Richtungen: Viel von unserem Verhalten ist Reflexgeschehen; unsere Motivation ist uns meist nicht bewusst; wir verleugnen und verdrängen und wehren uns gegen Veränderung; und wir können – dank der sogenannten Neuroplastizität – über uns hinauswachsen.

In dieser Serie werden wir gemeinsam vor dem Hintergrund der vier genannten Bewusstseinsbereiche Elemente einer potentialorientierten Psychologie als Grundlage einer auf Potentialentfaltung ausgerichteten Menschenführung in Impulsreferaten, Übungen in Kleingruppen und Erfahrungsaustausch im Plenum experimentell entdecken.

In der Rhythmischen Körper-Bewusstseinsarbeit TaKeTiNa (Reinhard Flatischler) können wir auf spielerische Weise die Gewohnheiten erkunden, mit deren Hilfe wir uns – und von uns geführte andere sich – für Potentialentfaltung verschließen oder öffnen.

Diese Serie wird in den nächsten Jahren mit weiteren Themen fortgesetzt.

WILLE*

Alle sagten, "Das geht nicht!". Einer hat das vergessen und hat's gemacht.

"Allahs Wille geschehe", grüßte Wali, und Mulla Nasrudin antwortete: "Der geschieht sowieso, immer. Wenn's anders wäre, müsste doch meiner manchmal geschehen".

Wille ist Durchsetzung der Bedürfnisse – von den sogenannten Mangelbedürfnissen nach sicherer Existenz, Zugehörigkeit, Territorium, Selbstbehauptung und Fortpflanzung über die spezifisch menschlichen Bedürfnisse bis hin zur Sehnsucht nach dem Einklang mit allem Sein.

Es gibt ein Spektrum an Ausdrucksmöglichkeiten unseres Willens. Am einen Ende sehen wir den Säugling jeden Alters, der darauf angewiesen ist, dass jemand sein Brüllen als Ohnmacht oder Hemmung versteht und ihm gibt, was er braucht, oder ihm zeigt, wie er seinem Alter angemessen fühlen und ausdrücken kann, was er braucht, ohne brüllen zu müssen; und am anderen Ende den Erfahrenen, der mit Möricke sagen kann: "Herr, schicke was du willst" oder mit Krishnamurti: "Frei ist, wer keine Wahl hat!"

Im Workshop studieren wir, wie wir uns selbst und anderen dabei helfen können, uns einerseits von früh erworbenen Selbstbehinderungen zu lösen und andererseits die uns schicksalhaft gegebenen Begrenzungen zu akzeptieren und so den Umgang mit diesem Drang zur Erfüllung gegebener Möglichkeiten, den wir – im Gegensatz zur Willkür – Willen nennen, optimal zu gestalten.



neu POTENTIAL, PERSÖNLICHKEIT, PERSON*

Was die Raupe Ende der Welt nennt, nennt der Rest der Welt Schmetterling.

Laotse

Unser Potential zur Entfaltung persönlicher Eigenart ist uns inbildhaft eingeborenes, wir erkennen es an Vorbildern als wertvoll, erleben es als Bedürfnis, Notwendigkeit und Auftrag und verwirklichen es – in Abhängigkeit von verfügbaren Ressourcen – durch Übung im Alltag. Eine Persönlichkeit ist jemand, die oder der etwas Besonderes darstellt, eine Person jemand, durch die oder den das wesentlich Menschliche hindurchtönt.

Die Raupe frisst bis es Zeit wird, sich zu verpuppen, und verwandelt sich in der Puppe zum einzigartigen Schmetterling; der sprengt beizeiten den Deckel und kämpft sich ins Freie, um gemäß seiner Bestimmung zu fliegen. Wir Menschen werden mit dem Wissen, was für uns stimmt, in eine Umwelt geboren, die kulturelle Vorstellungen davon hat, was für Kinder richtig ist. Auf Gedeih und Verderb angewiesen auf diese Umwelt unterwerfen wir uns ihren Bedingungen; lernen anderen zuliebe so zu tun, als wären wir so, wie wir nicht sind; werden eine Persönlichkeit, die etwas darstellt; spinnen uns ein in der Puppe des Charakterpanzers; leiden an unserer Verstellung und der Verkennung durch die anderen und beschweren uns, dass wir nicht gesehen werde – bis wir es leid sind und uns eine Krise herausfordert, uns dem Dilemma zwischen der Anpassung in Wahrnehmung, Fühlen, Denken und Handeln und dem Drang zum eigenartigen Leben – der Lust zu fliegen – zu stellen.

Berufliche und persönliche Fortbildung für Menschen, die sich selbst und andere beim Prozess der Entpuppung ihrer Eigenart und auf ersten ihrem Wesen gemäßen Probeflügen begleiten wollen.

SUCHT*

*Ein Weg muss ein Herz haben!
Wohin gehen wir, Don Juan?
Dorthin, wo wir herkommen.*

Carlos Castaneda, Reise nach Ixtlan

Sucht ist der vergebliche Versuch, ein wesentliches Bedürfnis mit Ersatz zu stillen.

Sucht ist ein altdeutsches Wort für Krankheit. Im heutigen Sprachgebrauch verstehen wir Sucht als ein krankhaftes Verlangen. Auch die Sehnsucht ist eine Krankheit – die Krankheit, woanders sein zu wollen, als wir sind, und nicht zu wissen, wie wir dort hin gelangen können.

Allen Süchten ist gemeinsam, dass das Suchtmittel – ob Zucker, Nikotin oder Heroin, ob Grübeln, Schnattern, Fernsehen, Arbeit oder Sex – das Verlangen nicht stillen kann. Deshalb muss die Dosis,

die aufgewendet werden muss, um – immer nur vorübergehend – den ersehnten Zustand zu erreichen, fortwährend erhöht werden.

Krankheit wird üblicherweise verstanden als Störung, die beseitigt werden muss. Sie kann aber auch erkannt werden als Zeichen dafür, dass uns etwas, das wir brauchen, fehlt. So kann die Sucht, auch die Sehnsucht, Wegweiser werden zu etwas Wesentlichem, zu dem wir den Zugang verloren haben.

Im Workshop werden wir durch Entzug des Ersatzes mit der Übung des Fühlens, der *Selbsterinnerung* (Gurdjeff) oder der *Inquiry* (Almaas) diesem Wegweiser folgen.

Die Rhythmischen Körper-Bewusstseinsarbeit TakeTiNa (Reinhard Flatischler) ist eine von vielen Möglichkeiten unter anderen, auf spielerische Weise die Gewohnheiten zu erkunden, mit deren Hilfe wir uns vom Ersehnten fernhalten, und uns fürs Mögliche zu öffnen.

neu VORWÄRTS ZUM URSPRUNG*

Gipfelerlebnis, Nahtoderfahrung, Transzendenz – Heimkehr

"Wohin führt der Weg?", fragte Carlos Castaneda seinen Lehrer. Don Juan antwortete: "Dorthin, wo wir herkommen."

Abraham Maslow entdeckte beim Studium seelisch gesunder Menschen, dass sie häufig Durchbrüche aus der rational definierten Realität in eine allumfassende Wirklichkeit erlebten, "Momente von tiefer Ehrfurcht, tiefsten Glücks oder gar der Verzückung, Ekstase oder Seligkeit", in denen sie sich eins mit der Welt, mit ihr verschmolzen, ihr wirklich zugehörig fühlten. Diese Erfahrungen waren der Ekstase der Mystiker ähnlich. Da sie mit Religion wenig zu tun hatten, jedoch das Höchste waren, was die so Beschenkten je erlebt hatten, nannte Maslow sie Gipfelerlebnisse. Gipfelerlebnisse gleichen den Erlebnissen von Menschen, die aus Todesnähe ins Leben zurückgefunden haben, den sogenannten Nahtoderfahrungen. Von Verstorbenen wird gesagt, sie seien heimgegangen; und in spirituellen Traditionen gilt der Ich-Tod, das Sterben zu Lebzeiten, als Befreiung von aller irdischen Bedingtheit und Heimkehr zu unserer ursprünglichen Natur.

Maslow war überzeugt, dass sehr viele Menschen Gipfelerlebnisse kennen, sie jedoch verschweigen oder gar unterdrücken, weil sie diese in ihrer Identifikation mit einem rational definierten Selbstbild für nicht normal halten und fürchten, ihretwegen ihre vertraute Zugehörigkeit zu verlieren.

In dieser Fortbildung können Sie Ihre Erinnerungen an diese geistige Heimat sowie Ihre Widerstände dagegen, Verbindung zu ihr aufzunehmen, in respektvoller Umgebung erkunden.

DATEN & PREISE

Potentialorientierte Psychologie in der Menschenführung

**Potential, Persönlichkeit, Person*
So., 4.3., 18.30 h –
Fr., 9.3.18, 14.00 h**
Kursgebühr 565 €**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180355

**Sucht*
So., 5.8., 18.30 h –
Fr., 10.8.18, 14.00 h**
Kursgebühr 565 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180855

**Vorwärts zum Ursprung*
So., 2.12., 18.30 h –
Fr., 7.12.18, 14.00 h**
Kursgebühr 565 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 181255

Die Workshops können einzeln zur jeweils angegebene Kursgebühr gebucht werden. Beim vierten Workshopbesuch dieser Serie gewähren wir nachträglich 5 % Ermäßigung auf die gesamte Kursgebühr.

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.
**siehe Seite 82



DATEN & PREISE

Salutogenese – Förderung des Heilungspotentials

Krise und Krankheit als Chance – Versöhnung mit dem Leben*

Fr., 16.2., 18.30 h –
Di., 20.2.18, 14.00 h

Kursgebühr 470 €
zuzüglich Vollpension**

Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180254

Neuromentales Stressmanagement*

Fr., 6.7., 15.00 h –
So., 8.7.18, 14.00 h

Kursgebühr 330 €
zuzüglich Vollpension**

Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180754

Wozu bin ich krank? – Aufstellungsarbeit zur seelischen Funktion von Symptomen

Mi., 31.10., 18.30 h –
So., 4.11.18, 14.00 h

Kursgebühr 450 €
zuzüglich Vollpension**

Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 181054

Die Workshops können
einzeln zur jeweils
angegebenen Kursgebühr
gebucht werden.
Beim dritten Workshopbe-
such dieser Serie
gewähren wir nachträglich
5 % Ermäßigung auf die
gesamte Kursgebühr.

■ SALUTOGENESE – FÖRDERUNG DES HEILUNGSPOTENTIALS

*Vom Umgang mit Menschen,
die gesund bleiben oder werden wollen*

Wolf Büntig, Günther Linemayr, Thomas Geßner

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 emotio-

nen 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.

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

Wolf Büntig

N. N. und N. N.: TaKeTiNa

Beschreibung siehe Seite 22.

■ NEUROMENTALES STRESSMANAGEMENT*

Günther Linemayr

Beschreibung siehe Seite 25.

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

Thomas Geßner

Beschreibung siehe Seite 24.





**neu ANNÄHERUNG AN DIE
ALLERFRÜHESTEN SCHICHTEN
UNSERES ERLEBENS –
THE PRIMITIVE EDGE OF EXPERIENCE***

NARM Meisterkurs
Laurence Heller

Kurs Sprache Englisch mit Übersetzung
10 Tage, Oktober 2018 bis April 2019

In dieser NARM Meisterkursreihe tasten wir uns an den Rand primitiver Entstehungsschichten unseres heutigen Erlebens heran und untersuchen, wie sich diese auf die Arbeit mit unseren allerschwierigsten Klienten und Klientinnen auswirken: solchen, die sich mit frühen und komplexen Traumata herumschlagen sowie Menschen mit Persönlichkeitsstörungen.

In diesem Rahmen untersuchen wir, worin die Basis unserer Identität besteht, wobei verzerrende frühe Identifikationen und Objektbeziehungen sowie die somatischen Entsprechungen hierzu im Mittelpunkt stehen. Diese tief gehenden Verzerrungen führen bei Frühtraumatisierten oft zu fordernden psychologischen und physiologischen Symptomen bis hin zu Syndromen, unter denen sie womöglich ein Leben lang leiden.

In Erweiterung des bekannten NARM Ansatzes befassen wir uns mit maßgeblichen neuen Interventionen auf dieser Grundlage wie der Arbeit rund um das Thema Identität aus einer tieferen Warte als der

unserer Identität. Zudem geht es um eine Vertiefung unseres Verständnisses im Hinblick darauf, welche Vorteile ein somatisch orientierter Erkundungsprozess für die Arbeit mit den frühesten und tiefsten Traumata mit sich bringt.

Hierbei geht Laurence Heller auf eine (nicht resignative) Akzeptanz aller Teile von uns als wirkungsvolle Möglichkeit ein, Selbstablehnung, Selbstverurteilung und Selbsthass aufzulösen, die bei der Bewältigung früher Traumata entstehen. Es wird ein theoretischer, praktischer und funktionierender Ansatz für die Arbeit mit dem sogenannten inneren Kritiker oder Über-Ich vorgestellt.

Darüber hinaus geht es darum, wie sich klinische Fähigkeiten ausbauen lassen, die für die Beschäftigung mit den Herausforderungen früher Traumata wichtig sind. In diesem Rahmen befassen wir uns eingehender mit nichtwestlichen Ansätzen, bei denen es darum geht, einen Ort der Ruhe in uns selbst zu kultivieren. Aus dieser Warte wird die Arbeit an den auf Scham und Stolz basierenden Identifikationen viel weniger zur Herausforderung, da die Verzerrungen als solche sich klarer zeigen und leichter zugänglich sind.

Einen kleinen Prozentsatz der Zeit wird Laurence Heller zudem auf das Thema Arbeit mit Persönlichkeitsstörungen verwenden, wobei es vor allem um die Borderline-Störung gehen soll. Es werden eigene Tools und Techniken für die nicht ganz einfache Arbeit mit dieser Personengruppe vorgestellt. Ebenfalls wird ein neues Modell für die Arbeit mit den komplexen Objektbeziehungen bei Menschen mit Persönlichkeitsstörungen präsentiert.

Die Meisterkursreihe steht allen offen, die das zweijährige NARM Training abgeschlossen und alle Anforderungen für das entsprechende Zertifikat erfüllt haben.

Lerninhalte

1. Klarstellung und Ausbau von NARM Fähigkeiten.
2. Der Ansatz von NARM für die Arbeit mit der Borderline-Persönlichkeitsstörung.
3. Der Ansatz von NARM für die Arbeit mit Paaren (und in geringerem Umfang Familien und Jugendlichen).
4. Die Integration westlicher Ansätze (psychodynamischer Art, unter anderem Ich- und Selbstpsychologie, Objektbeziehungen, Bindungstheorie) und nicht westlich orientierter Ansätze des Umgangs mit Identität (Identität als Leere, Fülle, Fluss et cetera – je nach Tradition).

DATEN & PREISE

Annäherung an die allerfrühesten Schichten unseres Erlebens – The Primitive Edge of Experience*

Termine:
Beginn jeweils 18.30 h, Ende 14.00 h
Mo., 15.10. – Sa., 20.10.18
Sa., 30.3. – Do., 4.4.19
Kursgebühr 1 710 €, zahlbar in Raten pro Workshop, zuzüglich Vollpension**. Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 85.18

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.
**siehe Seite 82





DATEN & PREISE

**NIG Practitioner
Im Bilde sein**
Modul 1

**Fr., 16.2., 18.30 h –
So., 18.2.18, 14.00 h**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180232

Modul 2

**Fr., 30.11., 18.30 h –
So., 2.12.18, 14.00 h**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 181133

Modul 3

**Fr., 22.2., 18.30 h –
So., 24.2.19, 14.00 h**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 190232

Modul 4

**Fr., 18.10., 18.30 h –
So., 20.10.19, 14.00 h**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 191031
Kursgebühr
je Workshop 270 €,
bei Komplettanmeldung
980 €
zuzüglich Vollpension**

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

Barbara Innecken

Diese Fortbildung wendet sich an Psychotherapeuten, Berater, Pädagogen, Coaches, Trainer und andere in psychosozialen Berufen, die das Repertoire ihres jeweiligen Arbeits- oder Ausbildungsgebietes durch den Einsatz von Systemaufstellungen im Einzelsetting bereichern wollen.

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

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

In den vier NIG Practitioner Modulen werden die Grundlagen des NIG mithilfe verschiedener Lösungs-, Ziel- und ressourcenorientierter Formate vorgestellt. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erlernen die NIG Aufstellungsformate in vielen praktischen Übungen, 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 Erlernete sofort in die Praxis umsetzen und in die eigene berufliche Arbeitsweise integrieren. Jedes Modul umfasst außerdem theoretisches Hintergrundwissen und eine gründliche methodisch-didaktische Planung und Vermittlung.

Modul 1: Das Spiel mit den Unterschieden

Vom Problem zur Lösung und zur Entdeckung der eigenen Fähigkeiten.

Modul 2: Durch die Augen des anderen schauen

Innere und äußere Konflikte und ihre Lösungsmöglichkeiten.

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.

Die NIG Practitioner Module können einzeln oder mit Preisvorteil in Komplettanmeldung gebucht werden. Da die Module aufeinander aufbauen, wird empfohlen, die Reihenfolge der Module einzuhalten.

Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die alle vier Module erfolgreich besucht haben, erhalten ein **NIG Practitioner Zertifikat**.

Begleitende Lektüre

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

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



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

Die NIG Master Module sind auch offen für Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die keine NIG Practitioner Module besucht haben.

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

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

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

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

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

Modul 1

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

Modul 2

Kommunikationsmodelle für wertschätzende Gesprächsführung in der Aufstellungsarbeit mit dem NIG

Modul 3

Traumatherapeutische Grundlagen für die Aufstellungsarbeit im Einzelsetting mithilfe des Neuro-Imaginativen Gestaltens (NIG)

Modul 4

Aufstellungsarbeit mit inneren Persönlichkeitsanteilen mithilfe des Neuro-Imaginativen Gestaltens (NIG)

Die NIG Master Module können einzeln oder mit Preisvorteil in Komplettanmeldung gebucht werden.

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

Begleitende Lektüre

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

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

DATEN & PREISE

NIG Master
Im Bilde sein

Modul 1 (B. Innecken)

Fr., 11.5., 18.30 h –
So., 13.5.18, 14.00 h

Ort/Anmeldung: ZIST
 Penzberg Nr. 180535

Modul 2 (S. Humez)

Fr., 26.10., 18.30 h –
So., 28.10.18, 14.00 h

Ort/Anmeldung: ZIST
 Penzberg Nr. 181031

Modul 3 (B. Innecken)

Fr., 15.3., 18.30 h –
So., 17.3.19, 14.00 h

Ort/Anmeldung: ZIST
 Penzberg Nr. 190330

Modul 4 (B. Innecken)

Fr., 20.9., 18.30 h –
So., 22.9.19, 14.00 h

Ort/Anmeldung: ZIST
 Penzberg Nr. 190934

Kursgebühr
 je Workshop 275 €,

bei Komplettanmeldung
 990 €

zuzüglich Vollpension**

**siehe Seite 82



DATEN & PREISE

Moshé Feldenkrais' Erbe

Termine:

Beginn jeweils 18.30 h,

Ende 14.00 h

Di., 23.1. – So., 28.1.18

Ort/Anmeldung: ZIST

Penzberg Nr. 180150

Mi., 15.8. – Mo., 20.8.18

Ort/Anmeldung: ZIST

Penzberg Nr. 180850

Kursgebühr

je Workshop 640 €

zuzüglich Vollpension**

MOSHÉ FELDENKRAIS' ERBE

Fortbildungsreihe für Feldenkrais Practitioner

Eli Wadler

In dieser Fortbildungsreihe für praktizierende Feldenkrais Lehrer mit Berufserfahrung stellt Eli Wadler sein gesamtes Wissen 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 auch unseren Körper oder unsere Hände

bei der Arbeit, um uns zu zeigen, wie ein echter 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 vor allem seinen eigenen Körper und nicht nur unsere Hände spürt. Persönliche Berührung ist in erster Linie ein beständiges Hinhören. So verwandelt eine Berührung eine Behandlung in eine Lektion.

Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihren Ausbildungsort sowie das Diplomjahr an.

Zu NARM (rechte Seite):

Literatur

Heller, Laurence und LaPierre, Aline:

Entwicklungstrauma heilen,

Alte Überlebensstrategien lösen,

Selbstregulierung und

Beziehungsfähigkeit stärken.

Kösel Verlag

Einführungsvideo über NARM

mit Dr. Laurence Heller

im Internet unter:

insightcenter.org/Narm/

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

Laurence Heller

Kurs Sprache Englisch mit Übersetzung
20 Tage, Mai 2018 bis Oktober 2019

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 Entwicklungsstrauma, 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 Bindungsstrauma.

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.

DATEN & PREISE

Das Neuroaffektive Beziehungsmodell zur Heilung von Entwicklungsstrauma – The Neuroaffective Relational Model (NARM)*

Termine:

Beginn jeweils 18.30 h,
Ende 14.00 h
So., 13.5. – Fr., 18.5.18
Di., 9.10. – So., 14.10.18
So., 24.3. – Fr., 29.3.19
Mi., 2.10. – Mo., 7.10.19

Kosten:

Kursgebühr 3 420 €, zahlbar in Raten pro Workshop, zuzüglich Vollpension**. In der Kursgebühr ist das Buch von Laurence Heller und Aline LaPierre (siehe Literatur auf nebenstehender Seite) als Arbeitsgrundlage für das Training enthalten. Das Buch wird im ersten Workshop ausgegeben.

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

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

Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 83.18

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.
**siehe Seite 82

DATEN & PREIS

**Ausbildung zum
TaKeTiNa
Rhythmspädagogen**

Termine:

Beginn jeweils 18.30 h,
Ende 14.00 h

1. Set

Di., 11.6. – Mi., 26.6.19

2. Set

Di., 17.9. – Mi., 2.10.19

3. Set

Di. 3.12. – Mi., 18.12.19

4. Set

Di., 21.4. – Mi., 6.5.20

5. Set

Di., 8.9. – Mi., 23.9.20

6. Set

Di., 24.11. – Mi., 9.12.20

7. Set mit Prüfungen

Di., 27.4. – Mi., 12.5.21oder in Abhängigkeit von
der Teilnehmerzahl:

22.4. – 12.5.21

Die Entscheidung über
die Dauer wird zu
Beginn des ersten Sets
bekanntgegeben.Kursgebühr 9 285 €
zuzüglich Vollpension**Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 82.19**Einführungs- und
Auswahlworkshop zur
Ausbildung
zum TaKeTiNa
Rhythmspädagogen****Do., 11.4., 10.30 h –****So., 14.4.19, 16.00 h**Die Kursgebühr stand bei
Redaktionsschluss nochnicht fest,
ohne Vollpension.Ort: Kultur- und
TagungszentrumMurnau,
Kohlgruber Str. 1,82418 Murnau
am StaffelseeAnmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 190440**AUSBILDUNG ZUM
TAKETINA RHYTHMUSPÄDAGOGEN**

Reinhard Flatischler

Co-Leitung: Astrid Bosshard und
Andreas Wittwer

Juni 2019 bis Mai 2021

ZielgruppenDie Ausbildung ist besonders empfehlenswert für:
Musiker, Musiklehrer, Grundschullehrer, Hoch-
schullehrer, Tänzer, Schauspieler, Therapeuten,
Trainer von Führungskräften, Sozialpädagogen,
Ärzte und Menschen, die in Heil-, Sozial- oder
Kreativberufen arbeiten.**Ausbildungsziele**Ziel der Ausbildung ist es, kompetente Leiterinnen
und Leiter auszubilden, die an Rhythmus interes-
sierte Menschen verantwortungsvoll und effektiv
mit TaKeTiNa in deren persönlicher und musikali-
scher Entwicklung begleiten können.Die Ausbildung vermittelt Rhythmische Kompe-
tenz und praktisches Wissen über die Wirkung
von Rhythmus sowie die Fähigkeit,

- eigene TaKeTiNa Kurse anzuleiten und dabei Rhythmus als kreative, heilsame und bewusstseinsweiternde Kraft nutzbar zu machen.
- Trommeln und Perkussionsinstrumente auf einem hohen Niveau spielen zu können.
- die TaKeTiNa Rhythmspädagogik – falls möglich – in den bereits erlernten Beruf zu integrieren.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer lernen, einen
effektiven TaKeTiNa Prozess anzuleiten, indem sie
eine Vielfalt von Fähigkeiten gleichzeitig verkörpern.

- Sie spielen Surdo oder Berimbau und sprechen dabei mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern oder
- sie führen die Gruppe durch Übungen zur Steigerung der Achtsamkeit für innere Prozesse.
- Sie sind fähig, sich während des Leitens ständig einem Zustand erweiterter Wahrnehmung hinzugeben.
- Sie singen in festgelegten, archetypischen Rhythmusmustern, deren Wirkung sie kennen,
- sie können ihre Stimmrhythmen jederzeit genau wiederholen und
- sie vermögen, in Wechselgesängen ihre *calls* genau dem Zustand der Gruppe anzupassen und die Gruppe damit nonverbal anzuleiten.

Die Ausbildung endet mit einer Abschlussprü-
fung, die im Leiten einer öffentlichen TaKeTiNa
Gruppe besteht.Nach erfolgreichem Bestehen erhalten die Teil-
nehmerinnen und Teilnehmer ein Zertifikat.**Motivation für die Ausbildung**Die Ausbildung ist intensiv und tiefgehend. Das
macht sie effektiv in der späteren Arbeit mit men-schen und ermöglicht den Teilnehmern profundes
Lernen. Im Laufe der Ausbildung werden die Teil-
nehmer und Teilnehmerinnen Schritt für Schritt zu
authentischem und effektivem Leadership geführt.Damit die damit verbundenen musikalischen und
emotionalen Prozesse für die Einzelnen und für
die Gruppe konstruktiv sind, sollten die Teilneh-
merinnen und Teilnehmer gewillt sein, folgende
Eigenschaften zu realisieren:

- **Eigenmotivation:** Die Fähigkeit, den gewählten Weg in Eigenmotivation weiterzugehen, vor allem in den Momenten, in denen Grenzen sichtbar und spürbar werden.
- **Selbstverantwortlichkeit:** Die Fähigkeit, bestehende Grenzen zu respektieren und der Wille, sie ausdehnen zu wollen.
- **Motivation zum Üben:** Die Arbeit mit TaKeTiNa erfordert das Entwickeln und Integrieren verschiedener Fähigkeiten. Um dies in dem relativ kurzen Zeitraum von zwei Jahren bewerkstelligen zu können, braucht es eine innere Bereitschaft, das Gelernte durch Üben zu verinnerlichen, zu integrieren und weiterzuentwickeln.

AufnahmebedingungenVon den Bewerbern werden keine speziellen Fä-
higkeiten an einem Musikinstrument vorausgesetzt.
Es wird jedoch erwartet, dass die Bewerber sich vor
der Ausbildung elementare Grundkenntnisse der
Gehörbildung (einfache Intervalle erkennen et ce-
tera) aneignen. Weiter wird vorausgesetzt, dass je-
der, der an der Ausbildung teilnehmen will, mindes-
tens einen TaKeTiNa Workshop bei Reinhard
Flatischler besucht hat und einen (oder mehrere)
Wege der Selbsterfahrung praktiziert (Tai Chi, Yoga,
Meditation ...).Die Teilnahme am Einführungs- und Auswahl-
workshop ist für alle Interessenten obligatorisch,
da sich die Ausbildungsgruppe in diesem Work-
shop formt.**Teilnehmerzahl**

Maximal 40 Männer und Frauen.

**EINFÜHRUNGS- UND AUSWAHL-
WORKSHOP ZUR AUSBILDUNG ZUM
TAKETINA RHYTHMUSPÄDAGOGEN**

Reinhard Flatischler

Assistenz: Andreas Wittwer und/oder

Astrid Bosshard

Reinhard Flatischler wird im Einführungs- und
Auswahlworkshop alle inhaltlichen Fragen zur
Ausbildung beantworten und, wenn nötig und er-
wünscht, die Teilnehmerinnen und Teilnehmer
darin beraten, ob die Teilnahme an der Ausbil-
dung zum gegebenen Zeitpunkt sinnvoll und er-
folgversprechend ist. Dieser Workshop findet im
Kultur- und Tagungszentrum Murnau statt. Die
Kursgebühr für diesen Workshop ist nicht im Aus-
bildungspreis enthalten.



INTEGRALE SOMATISCHE PSYCHOLOGIE (ISP)

Ein Meisterkurs zur Integration von Körper, Energie und Bewusstsein in psychologische Prozesse
Raja Selvam

Juni 2019 bis Mai 2020

Kurssprache Englisch mit Übersetzung

In neuerer Zeit ist der psychologische Mainstream darauf aufmerksam geworden, dass die Wahrnehmung und Unterstützung von körperlichen Empfindungen, Entladung und Bewegung im Rahmen psychologischer Prozesse die Wirksamkeit von Therapien enorm verbessern kann.

Gemessen jedoch an dem, was auf diesem Weg möglich ist, steckt das Projekt Verkörperung in Theorie und Praxis des psychologischen Mainstream bislang noch in den Kinderschuhen. Vor diesem Hintergrund können klinisch Tätige, die bereits psychologisch und somatisch mit Klienten arbeiten, die Wirksamkeit und Effektivität ihrer Arbeit weiter erhöhen, wenn sie sich mehr Wissen auf den folgenden Gebieten aneignen:

- a) Neurologie und Physiologie der Emotionen und anderen psychologischen Erfahrungen im physischen Körper,
- b) physiologische und psychologische Funktionen der verschiedenen Elemente innerhalb des Energiekörpers und
- c) physiologische und psychologische Regulierung des physischen Körpers und Energiekörpers von Individuen durch die drei kollektiven Körper, von denen er wiederum ein unverzichtbarer Bestandteil ist.

Die Integrale Somatische Psychologie (ISP), die aus der westlichen und östlichen Psychologie schöpft, aus der wissenschaftlichen Erforschung der neurologischen und physiologischen Dimension psychologischer Erfahrungen sowie aus empirischen Erkenntnissen aus diversen Körpertherapieschulen sowie Strömungen der Körper-, Bewegungs- und Energiearbeit, bietet erfahrenen Klinikern mit bereits vorhandenem psychologischen und somatischen Ausbildungshintergrund eine kurze theoretisch und praktisch orientierte Weiterbildung auf hohem Niveau (12 Tage, aufgeteilt in drei viertägige Module), bei der es darum geht, die klinische Wirksamkeit der eigenen Therapie signifikant zu verbessern, indem Klienten geholfen wird, mehr Ebenen ihrer Psyche zu verkörpern.

Bitte senden Sie uns ein kurzes Schreiben, in dem Sie Ihre fachlichen Qualifikationen darlegen. Über die Aufnahme zur Weiterbildung wird im Einzelfall entschieden.

Es besteht die Möglichkeit, an Modul 1 als Schnupperkurs teilzunehmen, bevor eine verbindliche Anmeldung zu Modul 2 und 3 erfolgt.

Für mehr Informationen wenden Sie sich bitte an: info@zist.de

INTEGRAL SOMATIC PSYCHOLOGY (ISP)

An advanced approach to integrating body, energy, and consciousness into any psychological process

June 2019 until May 2020

Course language English with German translation

Integral Somatic Psychology (ISP) considers every approach to psychotherapy as valuable and understands them all as components of a broad unifying framework built on Eastern and Western psychologies. It offers clinicians from diverse therapeutic modalities the possibility of increasing treatment efficiency through greater embodiment of all the bodies that constitute the psyche.

All human experiences (perceiving, thinking, feeling, remembering, imagining, evaluating, relating, and responding) arise from our individual gross (i. e. physical) and quantum level subtle (i. e. energy) bodies that are in constant interaction with the dynamic collective gross and subtle bodies contained in an absolute collective body of pure awareness.

Though valuable, the focus on the brain and to a lesser extent on the individual gross (physical) body as the beginning and end of all of our experiences has severely limited Western psychology's comprehension of the larger domain in which human experiences originate; and has greatly diminished its ability to help those in need.

Please send us a short description of your qualifications and background. There will be individual decisions about the participation.

You can take module 1 on a trial basis before committing to modules 2 and 3.

For more information please connect: info@zist.de

DATEN & PREISE

Integrale Somatische Psychologie (ISP)

Termine:
Beginn jeweils 18.30 h,
Ende 14.00 h
Mi., 26.6. – So., 30.6.19
Fr., 29.11. – Di., 3.12.19
Fr., 15.5. – Di., 19.5.20
Die Kursgebühr stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest.
Zuzüglich Vollpension**.
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 84.19

**siehe Seite 82



DATEN & PREISE

**Intuition
und innere Führung
(SAT Modul III)**

Fr., 1.3., 18.30 h –
So., 10.3.19, 14.00 h

Die Kursgebühr stand
bei Redaktionsschluss
noch nicht fest.

Zuzüglich
Vollpension**

Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 190330

Voraussetzung für die
Teilnahme an Modul III
ist, an den Modulen I
und II des SAT
Programms entweder
in Deutschland oder
in einem anderen Land
teilgenommen zu haben.

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

Fr., 25.10., 18.30 h –
So., 3.11.19, 14.00 h

Die Kursgebühr stand
bei Redaktionsschluss
noch nicht fest.

Zuzüglich
Vollpension**

Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 191034

**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 August 2017 startete der fünfte SAT Zyklus in Deutschland mit Modul I (*Selbsterkenntnis und Lebendigkeit*) in ZIST. Darauf aufbauend wird in 2018 Modul II (*Wiederherstellung der Beziehungen*) im Elsass, nördlich von Straßburg, angeboten. Modul III (*Intuition und innere Führung*) sowie Modul I (*Selbsterkenntnis und Lebendigkeit*) finden in 2019 in ZIST statt.

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

Claudio Naranjo

**INTUITION UND INNERE FÜHRUNG
(SAT MODUL III)**

Katrin Reuter
und Team der internationalen SAT Schule

Kurssprache Englisch mit Übersetzung

Im Zentrum dieses dritten Moduls des SAT Programms, welches auf Dr. Naranjos einzigartigem Ansatz für eine ganzheitliche Entwicklung des Menschen basiert, steht die Vertiefung der *Psychologie des Enneagramms*, indem die *kognitiven Kernüberzeugungen*, die *spezifischen Abwehrmechanismen* der verschiedenen Persönlichkeitsstrukturen und ihre Ausdifferenzierungen in den 27 *Subtypen* erforscht werden. Diese spezielle und nur innerhalb des SATs von Claudio Naranjo weitergegebene Lehre eröffnet die Möglichkeit, zu tieferen Ebenen der Selbstakzeptanz zu gelangen und das Vertrauen in die eigenen intuitiven Fähigkeiten zu entwickeln. Das kontinuierlich aufgebaute und durch Supervision begleitete *psychotherapeutische*

Laboratorium ermöglicht dabei sowohl die eigene Arbeit an den Ego-Strukturen und die mit ihnen verbundenen Probleme in unserem Leben in intensiver Art und Weise fortzusetzen, als auch an den spezifischen Themen und Schwierigkeiten zu arbeiten, die uns begegnen, wenn wir für andere in helfender und unterstützender Weise tätig werden. Dieser sich im SAT III eröffnende Lernprozess, in dem die Teilnehmerinnen und Teilnehmer unter Supervision miteinander arbeiten und sich durch diese gegenseitige Unterstützung selbst weiter erfahren und an ihr wachsen, ist insbesondere für alle in helfenden, ausbildenden und therapeutischen Berufen engagierte Personen von großem Interesse.

Das dritte Modul stellt in diesem Sinne das Herzstück innerhalb des SAT Programms dar. Es ist durch seine Struktur sowie seine methodischen Ansätze und Übungen ein außergewöhnliches Training. Die Einführung in die *tibetische Meditation in der Tradition des Vajrajana* eröffnet dabei den Weg zu Mitgefühl für sich und andere, welcher zusätzlich durch *achtsame Körper-, Atem- und Bewegungsarbeit* sowie eine *Rückführung zu perinatalen Erfahrungen* gefördert wird.

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

Katrin Reuter
und 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.

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 zu empfehlen (nächste Gelegenheit in ZIST: 17. – 19.5.19 Nr. 190534).

Weitere Informationen unter:
www.naranjo-sat.com

LÄNGERE WEITERBILDUNG



SOMATIC EXPERIENCING

Doris Rothbauer

im dritten Jahr (für Fortgeschrittene): N. N.

Februar 2020 bis Herbst 2022

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 *to negotiate*: verhandeln, aushandeln) einer traumatischen Episode bietet Somatic Experiencing eine einzigartige, direkte und wirkungsvolle Strategie in der Transformation von Trauma und der Verbesserung der Integration. Beim Neuverhandeln erfahren die Klienten 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 ist Voraussetzung für die Teilnahme an der Weiterbildung.

DATEN & PREISE

Somatic Experiencing

Beginn:

Mo., 24.2., 18.30 h –

So., 1.3.20, 14.00 h

Die Kursgebühr stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest.

Zuzüglich Vollpension**.

Zum Erhalt des Zertifikats kommen

noch Kosten für

Selbsterfahrung in Einzelstunden sowie Supervision hinzu.

Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 80.20

**siehe Seite 82



Die Ausbildung an der ZIST Akademie ist für mich der wesentlichste Teil meiner bisherigen beruflichen Laufbahn – aber auch ein großer Teil meines privaten Lebens und meiner Entwicklung geworden. Hier lerne ich natürlich praktische und theoretische Grundlagen für meine Arbeit als Psychotherapeutin. Gleichzeitig – und für mich noch wichtiger – mache ich hier Erfahrungen des miteinander Lernens und Lebens, ohne dabei die Verbindung zu mir zu verlieren.

In meiner Ausbildungsgruppe habe ich wunderbare Freunde gewonnen, mit denen ich nicht nur Privates, sondern eben auch Berufliches teilen kann.

Für dieses Gruppenformat und das *Wochenformat* (also freie Wochenenden und wirklich viel Zeit mit der Gruppe) bin ich ZIST sehr dankbar!

Alina Haupt
(PiA an der ZIST Akademie für Psychotherapie)



Regina Lord, Ausschnitt aus: *Dorf in Tamil Nadu*, Acryl auf Leinwand



AUSBILDUNG ZU PSYCHOLOGISCHEN PSYCHOTHERAPEUTINNEN UND PSYCHOTHERAPEUTEN

und AUSBILDUNG ZU KINDER- UND JUGENDLICHEN-PSYCHOTHERAPEUTINNEN UND -PSYCHOTHERAPEUTEN

nach dem Psychotherapeutengesetz mit dem Schwerpunkt tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie

Dr. med. Wolf E. Büntig
sowie herausragende Gastlehrerinnen
und Gastlehrer

- Integrative, staatlich anerkannte Approbationsausbildung in tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie vor dem Hintergrund der Humanistischen Psychologie – psychodynamisch, intersubjektiv und potentialorientiert
- Philosophischer Hintergrund: Humanistische Psychologie
- Theoretischer Schwerpunkt: Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie
- Praxis: Methodenvielfalt – Integration von verschiedenen psychodynamischen Verfahren wie Gestalttherapie, Körperpsychotherapie, Ericksonsche Hypnotherapie, Transgenerationale Psychotherapie (Familienstellen) und kreativen Methoden
- Vermittlung: Theoretische Konzepte integriert mit viel Gruppenerfahrung
- Fachkunden in Gruppentherapie und Traumatherapie können gleichzeitig erworben werden
- Blockunterricht im bayerischen Voralpenland, praktische Arbeit in Wohnortnähe

ZIST gründete die *ZIST Akademie für Psychotherapie* (ZIST Akademie) mit dem Ziel, das Gedanken- gut der Humanistischen Psychologie und die jahrzehntelange Erfahrung von ZIST in der Weiterbildung in Potentialorientierter Psychotherapie in einem staatlich anerkannten Ausbildungsinstitut zu verankern. Am 2. November 2011 erhielt die ZIST Akademie die staatliche Anerkennung als Ausbildungsinstitut nach dem Psychotherapeutengesetz mit dem Schwerpunkt tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie. Seither veranstaltet die ZIST Akademie Ausbildungen für Psychologinnen und Psychologen zur Erlangung der Approbation als Psychologische Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten.

Die ZIST Akademie integriert in der Potentialorientierten Psychotherapie als einer Variante der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie

- das Menschenbild der Humanistischen Psychologie mit ihren Konzepten vom menschlichen Potential, der Hierarchie der Bedürfnisse und der Selbstverwirklichung im Dienst an der Schöpfung;
- in der Theorievermittlung
- die Erkenntnisse der Psychoanalyse seit Sigmund Freud vom Unbewussten, von der Übertragung früher Beziehungserfahrung auf die Beziehungen der Gegenwart, vom Widerstand gegen Veränderung durch die Abwehr von möglicherweise heilsamer Beziehungserfahrung und von der Wiederholung der vergangenen leidvollen Erfahrung infolge dieser Abwehr;
- die Beobachtung Wilhelm Reichs, dass Abwehr und Widerstand mit Muskelkraft geleistete Arbeit und in einer konfliktspezifischen Charakterstruktur organisiert sind;
- das Wissen der Verhaltensforschung, dass unspezifische Reize reflexartig in frühen Lernerfahrungen gebahnte, der gegenwärtigen Situation unangemessene Reaktionen auslösen, als Wegweiser zu blockierter Potentialentfaltung wahrgenommen und durch Konfrontation mit neuer Lernerfahrung mobilisiert werden und durch deren Wiederholung zu bewusstem Verhalten reifen können;
- die Einsicht aus dem Systemstellen, dass Leugnung und Verdrängung von Gegebenheiten in der Familiengeschichte ebenso wie in der persönlichen Entwicklung Lebenskraft bindet und dass Zustimmung zur Wahrheit heilt, und
- in der therapeutischen Praxis eine Vielfalt an therapeutischem Handwerkszeug aus unterschiedlichen Verfahren wie Gestalttherapie, tiefenpsychologisch fundierter Körperpsychotherapie, Verhaltenstherapie, Ericksonscher Hypnotherapie, Familienstellen und anderen.

Die Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten in Ausbildung (PiA) an der ZIST Akademie der bisherigen Jahrgänge schätzen das integrative Lernen und die Möglichkeit, das Gelernte auch im alltäglichen Umgang miteinander in einer vertrauten Lernsippe an einem ganzheitliches Lernen unterstützenden Ort übend zu erfahren.

ZIEL DER AUSBILDUNG

Ziel der Ausbildung der ZIST Akademie ist die optimale Entfaltung des therapeutischen Potentials der Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten in Ausbildung (PiA) durch herausragende Lehrer, teilweise von internationalem Rang, in einem vielfältigen und anspruchsvollen Curriculum.

Die PiA sollen am Ende der Ausbildung

- *viel wissen* dank der integrativen Vermittlung des theoretischen Hintergrundes eines breiten Spektrums von Varianten moderner tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie.

DIE NÄCHSTEN AUSBILDUNGEN

Psychologische Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten

**PP 18.01
Juni 2018
bis Herbst 2023**

**PP 18.02
November 2018
bis Frühjahr 2024**

Kinder- und Jugendlichen- Psychotherapeutinnen und -Psychotherapeuten

**KJ 18.01
Frühjahr 2018
bis Herbst 2022**

www.zist-akademie.de



- *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.

GESAMTÜBERSICHT

Aufnahmeverfahren				
1. Jahr	2. Jahr	3. Jahr	4. Jahr	5. Jahr
Theoretische Ausbildung: insgesamt 1 530 AE. Grundlagen der Psychotherapie: Mindestens 200 AE. Mindestens 400 AE vertiefte theoretische Ausbildung im Schwerpunktgebiet. Rest als sogenannte <i>freie Spitze</i> : die Differenz bis zu mindestens 1 530 AE insgesamt.				
Selbsterfahrung mindestens 120 Std., davon einzeln mindestens 40 Std., Rest Gruppe. Gegebenenfalls ist zur Bearbeitung aktivierter Konflikte deutlich mehr zu empfehlen.				
Praktische Tätigkeit mindestens 1 200 Stunden Psychiatrie und 600 Stunden Psychosomatik.		Praktische Ausbildung mindestens 600 Std. Patientenbehandlung/mindestens 150 Std. Supervision, pro vier Std. Patientenbehandlung eine Std. Supervision.		
Staatsexamen				

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

Wir empfehlen, nicht sofort mit der praktischen Tätigkeit in Kliniken zu beginnen, sondern in den ersten Workshops der theoretischen Ausbildung psychiatrisches und psychodynamisches Wissen sowie eine Grundkompetenz im Umgang mit Patienten, in der Gesprächsführung und der Selbstfürsorge zu erwerben.

PRAKTISCHE TÄTIGKEIT

Zu Beginn der Ausbildung absolvieren die Teilnehmerinnen und Teilnehmer 1 800 Stunden praktische Tätigkeit, davon 1 200 Stunden an psychiatrischen und 600 Stunden an psychosomatischen und/oder Reha-Kliniken oder Lehrpraxen mit Weiterbildungsbefugnis.

SELBSTERFAHRUNG

Das Psychotherapeutengesetz schreibt während der theoretischen Ausbildung mindestens 40 Stunden Einzelselbsterfahrung und mindestens 80 Stunden Gruppenselbsterfahrung bei vom Ausbildungsinstitut anerkannten Lehrtherapeuten vor. Der Großteil der geforderten Einzelselbsterfahrung soll bis zur Zwischenprüfung absolviert sein, damit die PiA gelernt haben, ihre eigenen, in ihrer Persönlichkeit wurzelnden Reaktionen während der Patientenbehandlung – die sogenannte Gegenübertragung – wahrzunehmen, bevor sie an-

fangen, mit Patienten zu arbeiten. Für die meisten PiA ist es dringend ratsam, in Belastungsphasen während der Ausbildung mehr als die vom Gesetzgeber geforderten Stunden Einzelselbsterfahrung in Anspruch zu nehmen. Die geforderten 80 Stunden Gruppenselbsterfahrung werden als solche im Curriculum ausgewiesen und während einzelner dafür vorgesehener Workshops vermittelt und am Ende der Ausbildung bescheinigt. Der überwiegende Teil auch der anderen Workshops der theoretischen Ausbildung schließt Übungen mit Selbsterfahrungscharakter ein. Diese zusätzliche Gruppenselbsterfahrung während der Theorievermittlung wird als freie Spitze verbucht.

THEORETISCHE AUSBILDUNG

Theoretischer Schwerpunkt der Ausbildung an der ZIST Akademie ist die tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie.

Die theoretische Ausbildung wird in dreißig meist fünftägigen stationären Workshops im Seminarzentrum ZIST Penzberg vermittelt. Die Workshops beginnen in der Regel am Sonntagabend und enden Freitagmittag, damit die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ausgeruht vom Wochenende zur Ausbildung kommen und am Wochenende nach dem Workshop Zeit zur Integration des Gelernten haben.



Die theoretische Ausbildung beinhaltet

- *theoretische Grundlagen* der Psychotherapie,
- *vertiefte theoretische Ausbildung* im Schwerpunktgebiet *tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie* und die sogenannte *freie Spitze*.

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

Die freie Spitze enthält an der ZIST Akademie

- Workshops zur Ergänzung des theoretischen Hintergrundes und zur Vermittlung 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;
- gelegentlich 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 sowie existenzieller Konflikte in Spielfilmen,
- den Austausch und die kollegiale Supervision in den Intervallen zwischen den Workshops sowie
- Zeit für die Examensvorbereitung.

Alle Seminare im Rahmen der *Grundlagen der Psychotherapie* sowie *vertiefte theoretische Ausbildung* im Schwerpunktgebiet *tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie*, die Übungen in Kleingruppen beinhalten, sind auf fünfzehn Teilnehmerinnen und Teilnehmer beschränkt. Für Seminare

Die Curricula zu beiden Ausbildungen sowie die Dozentinnen und Dozenten finden Sie auf der Webseite der ZIST Akademie: www.zist-akademie.de

TIEFENPSYCHOLOGISCH FUNDIERTE PSYCHOTHERAPIE AUF DEN EINFACHSTEN NENNER GEBRACHT

Die tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie gehört zu den sogenannten psychodynamischen Verfahren. Psychodynamik bedeutet das seelische Spiel zwischen Impuls und Hemmung, zwischen seelischer Wahrnehmung und körperlicher Manifestation im Verhalten. Tiefe bezieht sich einerseits auf die unbewussten Prozesse in der Tiefe der Seele, andererseits auf die Beziehung zwischen gegenwärtigem Erleben und Verhalten zu Erfahrungen in der Tiefe der Zeit, vor allem der frühen Kindheit. Die psychodynamischen Verfahren anerkennen die Erkenntnisse der Psychoanalyse durch Sigmund Freud und seine Nachfolger, nämlich das Unbewusste, Identifizierung, Übertragung und Gegenübertragung, Abwehr, Widerstand und Regression. Menschliches Verhalten ist weitgehend motiviert von unbewussten Trieben wie

- sexuelle Impulse (Freud),
- Geltungsdrang (Alfred Adler),
- gesunde Aggression (Karen Horney),
- Überlebenstrieb, vor allem Hunger (Fritz Perls),
- kollektiven Menschheitserfahrungen (Carl Gustav Jung) sowie
- Drang zur Verwirklichung des umfassenden menschlichen Potentials (Carl Rogers, Abraham Maslow).

In frühkindlicher Anpassung an die Umwelt, auf die wir angewiesen sind, entwickeln wir ein Ich-Ideal, das nicht unserer wesentlichen Eigenart entspricht.

In der Folge werden wir uns selbst fremd, indem wir

- uns mit diesem Ich-Ideal identifizieren,
- das Ich-Ideal gefährdende Impulse zur Wahrnehmung und Durchsetzung der Eigenart abwehren,
- damit verbundene Empfindungen, Gefühle und Emotionen wegdrücken (deprimieren),
- unliebsame Erinnerungen verdrängen,
- frühe Beziehungserfahrung auf die Beziehungen der Gegenwart übertragen und
- der Gegenwart unangemessenes Verhalten an den Tag legen,
- Widerstand leisten gegen Veränderung durch die Abwehr von möglicherweise heilsamer Beziehungserfahrung in Partnerschaft oder Psychotherapie und
- infolge dieses Widerstandes vergangene leidvolle Erfahrung wiederholen.

Zentrales Element und gemeinsamer Nenner des Widerstandes ist die Abwehr von mitmenschlichem Kontakt, der die Identifikation mit dem Ich-Ideal infrage stellen und in der Regression zur Entlastung von der Selbstüberforderung im Dienst an der Selbstoptimierung führen kann. Deshalb ist – vor aller therapeutischen Kunstfertigkeit – die Konfrontation dieser Abwehr durch beharrlichen mitmenschlichen Kontakt das wirksamste Mittel der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie.



mit vorwiegend Vorlesungscharakter können zwei Gruppen von je fünfzehn Teilnehmerinnen und Teilnehmern zu einer Gruppe von maximal dreißig zusammen unterrichtet werden.

Versäumte Workshops können an äquivalenten Workshops späterer Jahrgänge nachgeholt werden.

PRAKTISCHE AUSBILDUNG

Die PiA führen ihre Patientenbehandlungen entweder in der Institutsambulanz der ZIST Akademie oder in einer der im gesamten Bundesgebiet mit der ZIST Akademie kooperierenden Lehrpraxen durch.

Das Psychotherapeutengesetz schreibt Patientenbehandlungen von mindestens 600 Behandlungsstunden vor, die im Verhältnis 4:1 in mindestens 150 Stunden supervidiert werden müssen.

DER LEHRKÖRPER

Die ZIST Akademie führt für die PiA über ihren Internetzugang zugängliche Listen von bundesweit kooperierenden

- psychiatrischen und psychosomatischen Kliniken und Lehrpraxen mit Weiterbildungsermächtigung, an denen die PiA ihre praktische Tätigkeit absolvieren können.
- Lehrpraxen, in denen die PiA die Patientenbehandlungen im Rahmen der praktischen Tätigkeit durchführen und
- Lehrtherapeutinnen und Lehrtherapeuten, bei denen die PiA zum einen die geforderte Einzelselbsterfahrung und zum anderen die Supervision der Patientenbehandlungen absolvieren können.

Für die theoretische Ausbildung kooperiert die ZIST Akademie mit herausragenden Dozenten mit langjähriger Erfahrung in Praxis, Forschung und Lehre.

ALLEINSTELLUNGSMERKMALE DER AUSBILDUNG

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

Breiter theoretischer Hintergrund

Die Ausbildung der ZIST Akademie vermittelt die grundlegenden und vertiefenden Konzepte der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie auf dem neuesten Stand einschließlich der zentralen Elemente verwandter oder daraus abgeleiteter Verfahren wie der Gestalttherapie und der in der Tradition des Freud-Schülers Wilhelm Reich stehenden tiefenpsychologisch fundierten Körperpsychotherapie. Die Ausbildung integriert darüber hinaus in Theorie und Selbsterfahrung Konzepte der Verhaltens- und der Hirnforschung, der transgenerational-systemischen Psychologie und spirituelle Aspekte menschlicher Entwicklung.

Theorievermittlung integriert mit Selbsterfahrung

Lernen geschieht, das bestätigt die Hirnforschung, vornehmlich im Zusammenhang mit emotional relevanter Erfahrung. Wenn man Bergführer wer-

den 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 Psychotherapeutin beziehungsweise 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 in die theoretische Ausbildung integriert und in der freien Spitze mehr Selbsterfahrung als offiziell gefordert vermittelt.

Die Lerngemeinschaft

Die Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten in Ausbildung an der ZIST Akademie kommen aus dem gesamten Bundesgebiet – nur etwa 20 % kommen aus dem Umfeld von München.

Sie leben während der Workshops der theoretischen Ausbildung zusammen im Seminarzentrum ZIST Penzberg (Bedingung auch für Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus der näheren Umgebung). Sie entwickeln dabei kollegiale Beziehungen und streiten, trauern und feiern miteinander. Sie lernen in Klient-Therapeut-Supervisor-Triaden miteinander, aneinander und voneinander und stellen einander durch Referate in Abendseminaren über die Pflichtfächer hinausgehende theoretische Modelle und praktische Therapieverfahren vor. Sie lernen auch außerhalb der Unterrichtszeit miteinander, indem sie sich in den Intervallen zwi-



Eine Liste der aktuell mit der ZIST Akademie kooperierenden Dozentinnen und Dozenten finden Sie auf unserer Webseite unter: <https://www.zist.de/de/zist-akademie/dozenten>



schen den Workshops in Privatwohnungen beziehungsweise in Skype- oder Telefonkonferenzen zum Erfahrungsaustausch und zum Üben treffen.

FÜNFJÄHRIGE BERUFSBEGLEITENDE AUSBILDUNG IN KINDER- UND JUGENDLICHEN-PSYCHOTHERAPIE

Im Frühjahr 2018 beginnt als neues Angebot der ZIST Akademie eine fünfjährige berufsbegleitende Ausbildung in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie mit dem Schwerpunkt tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie.

Zugangsbedingung ist ein ein Studium im Studiengang Psychologie, Pädagogik oder Sozialpädagogik (Soziale Arbeit) an einer Universität oder an einer Hochschule für angewandte Wissenschaften (vormals Fachhochschule) mit Diplomabschluss oder mit Masterabschluss, der konsekutiv auf einem einschlägigen Bachelorabschluss aufbaut. Sonstige Studienabschlüsse, insbesondere Lehramtsabschlüsse, berechtigten ab 1.1.2014 nicht mehr zur Aufnahme einer Ausbildung nach dem PsychThG.

Die Ausbildung in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie entspricht im Ablauf sowie im Pflichtfach *Grundlagen der Psychotherapie* der oben ausführlich dargestellten Approbationsausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten. Sie unterscheidet sich von dieser in der vertieften theoretischen Ausbildung im Schwerpunktgebiet und in der freien Spitze, um

den ungleich vielfältigeren Anforderungen gerecht zu werden.

In der tiefenpsychologisch fundierten Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie arbeiten wir mit Kindern an ihrer Beziehung zu den Erwachsenen.

Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeuten müssen sich nicht nur mit den Kindern beschäftigen, sondern auch mit Eltern, Ämtern, Gerichten und anderen Institutionen.

Spezifische Symptombilder sind in der Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie abhängig vom Alter sehr unterschiedlich: Schreibbaby, Apathie, kleiner Tyrann, Einnässen, Einkoten, Essstörungen, ADHS, autoaggressive Aktivitäten wie Nägelbeißen, Pickelkratzen, Ritzen, Mobbing, Komasaufen und so weiter.

Das Medium in der Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie unterscheidet sich wesentlich von dem der Psychotherapie für Erwachsene. Sehr viel geht über aktuelles Spielen und das Spiel in Gedanken – Szeno-Baukasten, Sandkastenspiel nach Kalf, Arbeit mit Farbe und Ton, aber auch Märchen, Geschichten, Diskussion über Fernsehen und so weiter.

Die Ausbildung zu Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeuten unterscheidet sich von der der Psychologischen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten für Erwachsene vor allem im Bereich



Innenhof mit Blick auf Werkstatt, Büros und Küche



der vertieften theoretischen Ausbildung und auch in der freien Spitze.

Die Entwicklungspsychologie ist noch einmal wichtiger als in der Erwachsenenpsychotherapie. Die Fähigkeit, präsent zu sein, jemand anderem achtsam und aufmerksam zuzuhören und gleichzeitig seinen eigenen Standpunkt gewaltfrei zu vertreten, ist in der Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie besonders bedeutsam.

Zur Wahrnehmung von Übertragungsreaktionen, zum Beispiel in Identifikation mit dem Opfer Kind infolge der Verdrängung von schmerzlichen Erfahrungen in der eigenen Kindheit, kommt der Selbsterfahrung besondere Bedeutung zu.

Nicht nur müssen Kinder- und Jugendlichen-Therapeuten mit Zielpersonen ganz unterschiedlichen Entwicklungsstands vom Säugling (zum Beispiel Schreibaby) bis zum jungen Erwachsenen (höchstens 21 Jahre) umgehen, sondern mit den unterschiedlichsten Bezugspersonen und -systemen wie Eltern und anderen Angehörigen sowie Mitarbeitern von Schulen, Heimen, Kliniken, Behörden, Sozialeinrichtungen, Polizei, Gerichten und so weiter.

Curriculum

Für die Grundlagen der Psychotherapie sowie für einen Teil der vertieften theoretischen Ausbildung stehen erfahrene Dozentinnen und Dozenten aus dem Kader der Ausbildung in tiefenpsychologisch fundierter Erwachsenen-Psychotherapie zur Verfügung.

Das Curriculum entnehmen Sie bitte unserer Webseite unter: <https://www.zist.de/de/akademie/ausbildung-kinder-und-jugendpsychotherapeut/curriculum>

KOSTEN DER AUSBILDUNG

Die theoretische Ausbildung einschließlich Infrastruktur, Bewerbungsgespräch, Theorievermittlung, Gruppenselbsterfahrung, Zwischen- und Abschlussprüfung sowie aller Gebühren kostet 28 800 Euro, zahlbar in 60 Raten à 480 Euro. Eine Vorauszahlung von 6 000 Euro reduziert den Gesamtpreis um 2 400 Euro auf 26 400 Euro und die Monatsraten auf je 340 Euro.

Darüber hinaus bestimmen weitere, variable Faktoren die Höhe der Gesamtkosten der Ausbildung, nämlich

- die Einnahmen der ZIST Akademie von den gesetzlichen Krankenkassen für die Behandlungsstunden der PiA;
- die Höhe des Anteils der von der ZIST Akademie an die PiA weitergegebenen Einnahmen aus den Behandlungsstunden;
- die Höhe der Praxisgebühr für die Nutzung von Praxisraum in der ZIST Ambulanz beziehungsweise in den Lehrpraxen vor Ort;
- die Anzahl der Erstgespräche mit den Praxisinhabern;
- die Anzahl der in Anspruch genommenen Stunden Einzelselbsterfahrung;

- die Anzahl der geleisteten Behandlungsstunden;
- die Anzahl der in Anspruch genommenen Stunden Einzel- und Gruppensupervision;
- die Höhe der Honorare der Lehrtherapeutinnen und Lehrtherapeuten für Einzelselbsterfahrung und Supervision der Behandlungsstunden.

Die Kassen zahlen derzeit (Ende 2016) rund 88 Euro pro Behandlungsstunde, Tendenz steigend. Davon gibt die ZIST Akademie 75 % an die PiA weiter. Diese zahlen Einzelselbsterfahrung, Praxisgebühr, Einzel- und Gruppensupervision selbst.

Angenommen,

- die Praxisgebühr beträgt 10 Euro pro Stunde,
 - die Honorare der Lehrtherapeuten entsprechen denen für die Behandlungsstunde und
 - Sie beschränken die praktische Arbeit auf die 600 geforderten Behandlungsstunden und
 - Sie beschränken die Supervision entsprechend auf 50 Stunden Einzelsupervision und 100 Stunden Gruppensupervision,
- dann kostet die Ausbildung ohne Anzahlung netto 6 640 Euro, mit Anzahlung 4 240 Euro.

Durch Überschreitung der Mindestzahl von 600 Behandlungsstunden sowie der entsprechenden Supervisionsstunden können Sie die Ausbildungskosten durch die praktische Arbeit im zweiten Teil der Ausbildung refinanzieren. Sie können die Ausbildung kostendeckend gestalten, wenn Sie im Rahmen der Ausbildung mit Anzahlung etwa 700 und ohne Anzahlung 756 Behandlungsstunden durchführen.

Zu den reinen Ausbildungskosten kommen die Kosten für Unterkunft und Verpflegung im Seminarhaus ZIST Penzberg in Höhe von insgesamt 8 140 Euro. Auch diese Kosten können im Rahmen der Institutsambulanz abgearbeitet werden.

Das Akademiebüro verschickt mit der Zusage eines Ausbildungsplatzes einen elektronischen Kostenrechner, mit dem Sie durch Eingabe Ihrer jeweils aktuellen Variablen die Kosten Ihrer Ausbildung errechnen können.

ANMELDUNG

Bitte melden Sie Ihr Interesse an der Ausbildung per E-Mail unter info@zist-akademie.de oder telefonisch unter +49-8856-936916 an. Sie erhalten dann Informationen zum Antragsverfahren mit Fragen zu Ihrer persönlichen und beruflichen Entwicklung, Ihrer Motivation, Ihren Zielvorstellungen und weiteren Gegebenheiten.

Bitte verwenden Sie bei Ihrer Korrespondenz die Nummer der entsprechenden Ausbildungsgruppe.

Das Curriculum der Ausbildung zu Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutinnen/-Psychotherapeuten finden Sie auf der Webseite unter: <https://www.zist.de/de/akademie/ausbildung-kinder-und-jugendpsychotherapeut/curriculum>



**INFORMATIONSTAG
ZUR APPROBATIONS-AUSBILDUNG
ZU PSYCHOLOGISCHEN
PSYCHOTHERAPEUTINNEN/
PSYCHOTHERAPEUTEN**

sowie zu

**KINDER- UND JUGENDLICHEN-
PSYCHOTHERAPEUTINNEN/
-PSYCHOTHERAPEUTEN**

Dr. Wolf Bütting,

gegebenenfalls mit Dr. Dieter R. Horn

An den Informationstagen können Psychologinnen und Psychologen sowie Sozialpädagoginnen und Sozialpädagogen sowie Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter, die an einer Ausbildung in tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie für Erwachsene beziehungsweise für Kinder und Jugendliche an der ZIST Akademie für Psychotherapie interessiert sind,

- Dr. Wolf E. Bütting als Ausbildungsleiter,
- die TaKeTiNa Selbsterfahrung in einer Kostprobe sowie
- das Seminarzentrum ZIST Penzberg und die Umgebung

kennenlernen und alle Fragen stellen, die sie bewegen.

Informationstag zur
Approbationsausbildung
zu Psychologischen
Psychotherapeutinnen/
Psychotherapeuten
sowie zu
Kinder- und Jugendlichen-
Psychotherapeutinnen/
-Psychotherapeuten
jeweils 10.00 h –
max.17.00 h
So., 25.2.18
Nr. 180200
So., 9.9.18
Nr. 180900
Kursgebühr: Kostenlos
Mittagessen, Obstkorb
und Pausengetränke 15 €
Ort: ZIST Penzberg
Anmeldung per E-Mail an:
info@zist-akademie.de

Wolf Bütting im Gespräch mit
Studentinnen der ZIST Akademie



Mehr Informationen auch
zu Leitung, Team und
Ausbildungsrat
der ZIST Akademie unter:
www.zist-akademie.de



**Kontakt für
Patientinnen
und Patienten
und überweisende
Kolleginnen
und Kollegen**

Bitte wenden Sie sich
entweder telefonisch oder
per E-Mail an die

**Ambulanz
der ZIST Akademie**

Zist 1
82377 Penzberg
Tel.: +49-8856-936917
Bettina Rauh
E-Mail:
ambulanz@
zist-akademie.de

oder an eine der
bundesweit
kooperierenden
Lehrpraxen, die Sie auf
unserer Webseite
[https://www.zist.de/de/
/institutsambulanz/
lehrpraxen](https://www.zist.de/de/institutsambulanz/lehrpraxen)
finden.

**INSTITUTSAMBULANZ DER
ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE**

Leitung: Dr. med. Wolf E. Büntig

Die *ZIST Akademie für Psychotherapie* vermittelt Erwachsenen mit psychischen, psychosomatischen und psychosozialen Problemen Hilfe durch fachkundige psychotherapeutische Behandlung mit dem Schwerpunkt tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie.

Behandlung

Die Behandlung wird in der Institutsambulanz der ZIST Akademie in Penzberg sowie in bundesweit kooperierenden Lehrpraxen durchgeführt. Die Behandler sind Psychologinnen oder Psychologen, die nach einem Studium mit Diplom- oder Master-Abschluss in einer fünfjährigen psychotherapeutischen Fachausbildung an der ZIST Akademie nach anderthalb Jahren Klinikerfahrung Patientenbehandlungen unter der Supervision durch erfahrene Psychotherapeutinnen oder Psychotherapeuten durchführen.

In einem ersten Beratungsgespräch klären der Leiter der ZIST Institutsambulanz beziehungsweise die niedergelassenen Lehrpraxisinhaber mit der Patientin beziehungsweise dem Patienten, welche Form der psychotherapeutischen Behandlung sinnvoll erscheint und welche Psychotherapeutin/welcher -therapeut aktuell zur Verfügung steht.

Kosten

Die Kosten für die Behandlung in der ZIST Institutsambulanz beziehungsweise in den kooperierenden Lehrpraxen werden von den gesetzlichen Krankenkassen getragen (keine Kostenübernahme durch private Krankenkassen).

Im Innenhof

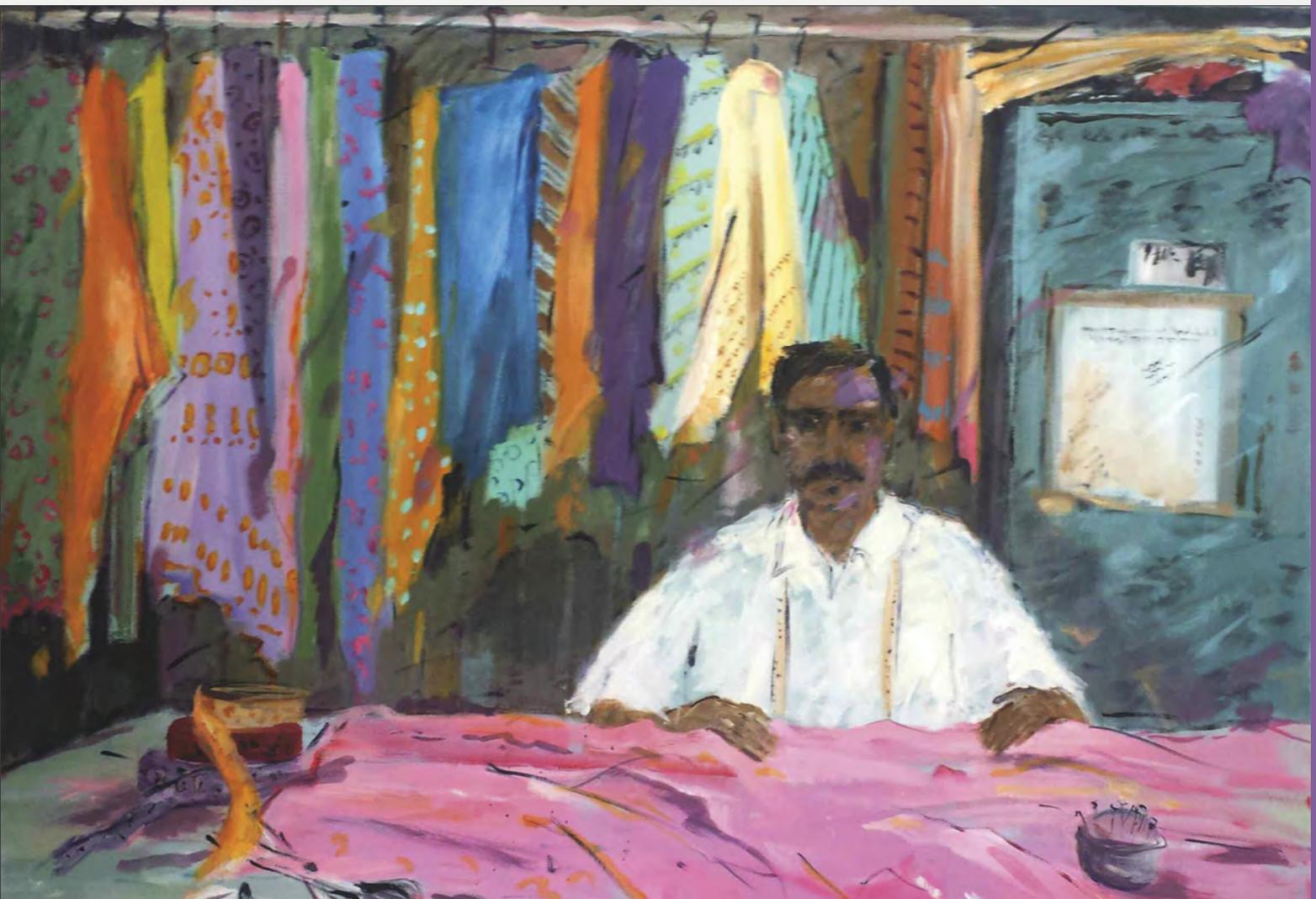




Das Himmelreich ist die Gegenwart.

Nur die ist ewig, nur sie hat weder Anfang noch Ende.

Dr. Wolf Büntig



Regina Lord, *Schneider in Bihar*, Acryl auf Leinwand



DATEN & PREISE

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

Do., 15.2., 18.30 h –
So., 18.2.2018, 14.00 h

Kursgebühr 315 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 180233

**Informationstag zur
Approbationsausbildung
zu Psychologischen
Psychotherapeutinnen/
Psychotherapeuten**

sowie zu

**Kinder- und Jugendlichen-
Psychotherapeutinnen/
-Psychotherapeuten**

jeweils 10.00 h –
max.17.00 h

So., 25.2.18

Nr. 180200

So., 9.9.18

Nr. 180900

Kursgebühr: Kostenlos
Mittagessen, Obstkorb und
Pausengetränke 15 €
Ort: ZIST Penzberg
Anmeldung per E-Mail an:
info@zist-akademie.de

**TaKeTiNa –
Schnuppertag**

jeweils 10.00 h – 17.00 h

So., 18.2.18

Nr. 180240

So., 23.9.18

Nr. 180940

Kursgebühr jeweils 90 €
Ort: Bodybliss
Studio für Bewegung &
Körpertherapie
Türkenstr. 78 Innenhof,
80799 München
Anmeldung:
ZIST Penzberg

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

Doris Rothbauer und Manfred Fett

Kursprache ist Deutsch.
Gegebenenfalls mit englischer Übersetzung.

Dieser Einführungsworkshop richtet sich an Menschen in psychotherapeutischen Berufen, die an der Fortbildung *Das Neuroaffektive Beziehungsmodell zur Heilung von Entwicklungsstrauma* (NARM) interessiert sind und das konzeptionelle und methodische Verständnis von NARM näher kennenlernen und erleben wollen. Der Einführungsworkshop ist Voraussetzung für die Teilnahme an der Fortbildung.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden mit den Grundzügen der Theorie und Praxis von NARM bekannt gemacht.

Themenschwerpunkte sind

- die Funktionen und die Regulierung des autonomen Nervensystems,
- die Rolle von Körper und Nervensystem bei Entwicklungsstrauma,
- die wechselseitige Beziehung von Nervensystem-Dysregulation und Identitätsverzerrung,
- die fünf biologischen Grundbedürfnisse und deren entwicklungspsychologische Bedeutung,
- die Funktion von adaptiven Überlebensstrategien bei nicht erfüllten Grundbedürfnissen,
- die implizite Absicht von Emotionen und deren psychobiologische Vervollständigung,
- die Entstehung von und die Arbeit mit scham- und stolzbasierenden Identifizierungen,
- der NARM Heilungskreislauf und die Arbeit *top-down* und *bottom-up*,
- die Arbeit in der Gegenwart und die Bedeutung somatischer Achtsamkeit,
- die vier Säulen der Arbeit mit dem Klienten.

Die Methodik umfasst Präsentationen, praktische Übungen in Kleingruppen, Selbsterfahrung und Demo-Sitzungen.

Im Mai 2018 beginnt die nächste Fortbildung NARM.

**INFORMATIONSTAG
ZUR APPROBATIONS-AUSBILDUNG
ZU PSYCHOLOGISCHEN
PSYCHOTHERAPEUTINNEIN/
PSYCHOTHERAPEUTEN**

sowie zu

**KINDER- UND JUGENDLICHEN-
PSYCHOTHERAPEUTINNEIN/
-PSYCHOTHERAPEUTEN**

Dr. Wolf Büntig,
gegebenenfalls mit Dr. Dieter R. Horn

An den Informationstagen können Psychologinnen und Psychologen sowie Sozialpädagoginnen und Sozialpädagogen sowie Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter, die an einer Ausbildung in tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie für Erwachsene beziehungsweise für Kinder und Jugendliche an der ZIST Akademie für Psychotherapie interessiert sind,

- Dr. Wolf Büntig als Ausbildungsleiter,
 - die TaKeTiNa Selbsterfahrung in einer Kostprobe sowie
 - das Seminarzentrum ZIST Penzberg und die Umgebung
- kennenlernen und alle Fragen stellen, die sie bewegen.

TAKETINA – SCHNUPPERTAG

Sabine Bundschu und Martin Höhn (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.

**siehe Seite 82

VORTRÄGE

ÖFTER WOHL, ZUFRIEDENER ODER GLÜCKLICH SEIN KÖNNEN*

Dr. Christian Gottwald

Es gibt inzwischen handfeste wissenschaftliche Hinweise, zum Beispiel der Mind-Body-Medizin, der positiven Psychologie, der Hirnforschung und Glücksforschung, wie wir die Wahrscheinlichkeit erhöhen können, zu gesunden. Die Griechen nannten diesen ständigen in der Gegenwart stattfindenden Prozess *Hygieinein*.

Die plausiblen Konsequenzen aus der modernen Wissenschaft stehen in Übereinstimmung mit antiker Heiltradition und mit der östlichen Bewusstseinsforschung. Sie haben eine hohe Relevanz für eine ganzheitliche Bewusstseinszentrierte Körperpsychotherapie, besonders aber eine Umsetzung im Alltag. Sie sollen in dem Vortrag aufgezeigt werden.

BEZIEHUNG BEGINNT ZU HAUSE – DER EINFLUSS DER ELTERN AUF UNSERE SEXUALITÄT

Eine Einführung in die Sexual Grounding Therapy
Ingo Vauk

Die Entwicklung der menschlichen Sexualität durch alle Altersstufen, betrachtet von einer körperlichen und natürlichen Perspektive, steht im Zentrum der Sexual Grounding Therapie des niederländischen Psychologen Willem Popelliers.

Wir wachsen im Dreieck mit unseren Eltern auf. Hier bekommen wir unseren ersten Eindruck vom Wesen der Sexualität. Denn wir entspringen buchstäblich dieser Sexualität. Im Idealfall birgt dieser Ort alles, was ein Mensch braucht, um später selbst sexuelle Erfüllung zu finden.

Für uns als Kinder ist Sexualität jedoch häufig überlagert von den Verzerrungen, die die reale Welt mit sich bringt. Rigide Moralvorstellungen an einem, Pornografie und Missbrauch am anderen Ende unseres kindlichen Universums. Abwesende Eltern oder solche, die uns einengen, lustlose Eltern oder erotisch interessierte polarisieren unser Weltbild. 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 im Weg, Beziehungen leiden.

Popelliers bringt die Sexualität dorthin zurück, wo sie offenkundig stattfindet: heraus aus dem Kopf, in den Körper, mit Herz und Genitalien und in ihrer ursprünglichen Unschuld und Neugierde. Über die Körpererfahrung wird den Teilnehmerinnen und Teilnehmern angeboten, ein erweitertes, unterstützendes Elternbild zu entdecken, das als Rückhalt für die sexuelle Reifung, Entwicklung und Beziehungskompetenz dient.

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

Für Interessenten am Workshop *Frei werden für Beziehung und gelebte, liebevolle Sexualität* ist dieser Vortrag eine gute Gelegenheit, einen ersten Eindruck zu gewinnen.

VOM ORIGINAL ZUR KOPIE – UND ZURÜCK*

Dr. Wolf Büntig

Über die Normopathie, den Drang und Zwang, alles richtig machen zu müssen, und die Autonomie, das Leben nach dem inneren Gesetz.

GANZHEITLICHE BEHANDLUNGSANSÄTZE UND SELBSTHILFE BEI KREBS UND EINFÜHRUNG IN DIE SIMONTON METHODE

Torsten Falz

Wir wissen heute, dass für den Heilungsverlauf nicht nur die medizinische Therapie allein von Bedeutung ist. Maßgeblichen Einfluss hat auch der emotionale und mentale Zustand sowie der Lebensstil des Patienten. Deshalb sollten Körper, Geist und Seele in die Behandlung mit einbezogen werden, denn Krankheit ist nicht nur eine rein körperliche Störung, sondern ein Problem des ganzen Menschen mit seinen geistigen und emotionalen Faktoren. Neueste Forschungen der Psychoneuroimmunologie belegen, dass Gedanken und Gefühle, innere Bilder und Einstellungen den Heilungsprozess sowie die Wirkungen und Nebenwirkungen einer medizinischen Behandlung maßgeblich beeinflussen können.

In seinem Vortrag gibt der Psychoonkologe Torsten Falz einen umfassenden Einblick in einen ganzheitlichen Ansatz der Krebsbehandlung. Es werden konkrete Schritte aufgezeigt, wie Patienten selbst aktiv werden können, um ihre Genesung zu fördern. Er vermittelt, wie basierend auf der Simonton Methode mit gezielten Übungen und einer veränderten Einstellung zum Leben die seelische und geistige Verfassung verändert werden kann, um so zu einer besseren Entfaltung der körperlichen Heilkräfte zu gelangen. Patienten und Interessierte erfahren, wie sie durch Entspannungsmethoden gezielt Stress und Ängste abbauen und Regenerationskräfte fördern sowie durch Visualisierungs- und Meditationsübungen ihr Immunsystem stärken und die medizinische Behandlung unterstützen können. Mit dieser Sensibilisierung für die eigenen Gefühle können Angst, Hilflosigkeit oder Wut in Gedanken und Gefühle umgewandelt werden, die Gesundheit, Zuversicht und den inneren Frieden fördern.

Siehe auch den Workshop *Diagnose Krebs – Neue Wege zur Gesundheit nach Carl Simonton*.

DATEN & PREISE

Öfter wohl, zufriedener oder glücklich sein können*

Do., 25.1.18, 19.30 h

Gebühr 20 €

Ort: EIDOS-Haus,
Wehnerstr. 23,
81243 München

Nach dem Vortrag ist noch ein geselliger Austausch bei Wein, Käse und Brot möglich.

Deshalb bitten wir um Voranmeldung entweder telefonisch unter 089-89689424 oder an: office@gottwald-eidos.de

Beziehung beginnt zu Hause – Der Einfluss der Eltern auf unsere Sexualität

Fr., 2.3.18, 19.00 h

Gebühr 15 €

Ort: Psychosomatische Beratungsstelle,
Richard-Wagner-Str. 9,
80333 München

Anmeldung ist nicht erforderlich.

Vom Original zur Kopie – und zurück*

Mo., 16.4.18,

18.00 h – 19.45 h

Gebühr 15 €

Ort: Psychosomatische Beratungsstelle,
Richard-Wagner-Str. 9,
80333 München

Anmeldung ist nicht erforderlich.

Ganzheitliche Behandlungsansätze und Selbsthilfe bei Krebs und Einführung in die Simonton Methode

Fr., 20.4.18, 19.00 h

Gebühr 15 €

Ort: Psychosomatische Beratungsstelle,
Richard-Wagner-Str. 9,
80333 München

Anmeldung ist nicht erforderlich.

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.



DATEN & PREISE

**Einführung in moderne
bewusstseinszentrierte
Körperpsychotherapie***
Do., 7.6.18, 19.30 h

Gebühr 15 €

Ort: EIDOS-Haus,

Wehnerstr. 23,

81243 München

Vor Anmeldung

telefonisch unter 089-

89689424 oder an:

office@gottwald-eidos.de

**Angst vor dem Sterben –
Angst vor dem Leben***
Mo., 1.10.18,
18.00 h – 19.45 h

Gebühr 15 €

Ort: Psychosomatische

Beratungsstelle,

Richard-Wagner-Str. 9,

80333 München.

Anmeldung ist nicht

erforderlich.

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

**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. Sie erinnert damit an unsere antike Heilkultur in den Kultstätten des Asklepios. Ein wesentliches Element besteht in der Integration einer achtsamen Übungspraxis, wie sie im Osten seit 2 500 Jahren ausgeübt wird. Der ganzheitliche Ansatz ermöglicht eine möglichst passgenaue Antwort auf die Anliegen von Klienten und Patienten.

**ANGST VOR DEM STERBEN –
ANGST VOR DEM LEBEN***

Dr. Wolf Büntig

Das Sterben gehört wie das Geborenwerden zu den entscheidenden Wendepunkten in unserem Leben. Nur wer sterben kann, kann auch leben. Wenn wir nicht nur überleben, sondern vollen Herzens leben wollen, müssen wir sterben lernen.

Blick vom Balkon
auf Pferdewiesen und Berge



ZIST PROGRAMM



Ruthy Alon



Mona Bielitzer



Tania Bosak



Byron Brown



Ela Buchwald



Volker Buchwald



Wolf Bütig

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 – Lösungen für optimale Mobilität II, Seite 22

Mona Bielitzer, Ärztin in Weiterbildung zur Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie, in Psychotherapieausbildung für Tiefenpsychologie in ZIST und für Verhaltenstherapie. Seit 2005 Schülerin der *Ridhwan Schule*. In ZIST aufgewachsen interessiert sie sich seit der frühen Jugend für das Mensch-Sein. Nach dem frühen Verlust ihrer Mutter stellte sie sich schon bald die Frage "Was ist Heilung?". Sie arbeitet an einem inneren und fachlichen Erkennen, unter Integration von medizinischem, psychologischem und spirituellem Wissen – aber vor allem durch kontinuierliches Üben.

-> Klausurprogramm *Alltag als Übung*, Seite 35

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. Als Assistentin und Co-Leiterin von und mit Reinhard Flatischler leitet sie Trainings und Workshops in

Europa. Außerdem ist sie im Bereich Klinische Rhythmus-Forschung tätig.

www.taniabosak.com

-> TakeTiNa – Menschliche Intelligenz durch Rhythmus, Seite 27

-> TakeTiNa New Year's – Celebration-Meditation, Seite 28

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.an.org

-> Soul without Shame, Seite 33

Ela Buchwald, Mutter von drei erwachsenen Kindern, ist Heilpraktikerin, Traumatherapeutin (Somatic Experiencing) und ausgebildet in Bewusstseinsarbeit (LIP) nach Nelles. Geprägt von der langjährigen Zusammenarbeit mit Diana Richardson (Slow Sex) liegt der Schwerpunkt ihrer Arbeit auf dem Thema *Entspannte Sexualität* und körperorientierte Therapie. Ela Buchwald ist Produzentin des Films *Slow Sex – wie Sex glücklich macht*, Gewinner des Publikumspreises beim *Cosmic Cine Festival* 2013.

www.elabuchwald.de

www.einfach-liebe.de

-> Das Einfach Liebe Retreat, Seite 18

Volker Buchwald, Vater von drei erwachsenen Kindern, ist Golf- und Meditationslehrer und Entspannungstrainer i. A. Das Kennenlernen der Arbeit von Diana und Michael Richardson (*Making Love/Slow Sex*) im Jahr 2003 war für ihn ein tiefgrei-

fender, persönlicher und heilsamer Veränderungsprozess und ganz entscheidender Wendepunkt in seinem Leben. Seitdem forscht er zusammen mit seiner Frau Ela Buchwald auf dem Gebiet von Liebe, Bewusstsein und Sexualität und leitet Seminare für Paare zu diesem Thema.

www.einfach-liebe.de

-> Das Einfach Liebe Retreat, Seite 18

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

-> Informationstag zur *Approbationsausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen/Psychotherapeuten* sowie zu *Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutinnen/Psychotherapeuten*, Seite 59, 62

-> Vortrag: Vom Original zur Kopie – und zurück, Seite 63

-> Vortrag: Angst vor dem Sterben – Angst vor dem Leben, Seite 64

Selbsterfahrung

-> Vater – wo bist du?, Seite 11, 37

-> Sich sein lassen, Seite 11, 37

-> Krise und Krankheit als Chance,

Seite 22, 42

-> Phönix aus der Asche, Seite 23, 37

-> Machen Kränkungen krank?, Seite 11, 38

-> Singles – All the lonely people, Seite 11

-> Klausurprogramm *Alltag als Übung*, Seite 35

Fort-, Weiter- und Ausbildung

-> Potentialorientierte Psychologie in der Menschenführung, Seite 40

-> -> Wille, Seite 11, 40

-> -> Potential, Persönlichkeit, Person, Seite 11, 41

-> -> Sucht, Seite 11, 41

-> -> Vorwärts zum Ursprung, Seite 11, 41

ZIST Akademie für Psychotherapie, S. 52



**Maja
Büntig-Ludwig**



**Sabine
Bundschu**



**Tatini Petra
Buunk**



Russell Delman



Freeman Dhority



Steffi Dobkowitz



**Richard
Eckhardt**

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.

-> Bewusstheit durch Bewegung, Seite 23

Sabine Bundschu, geb. 1959. Schauspielerin, Sängerin, Komponistin, TaKeTiNa Rhythmspädagogin und Sprecherin. Circle Singing Ausbildung bei Rhiannon. Gruppenleiterin TaKeTiNa, Stimme, Improvisation, Rhythmus Rahmentrommel. Freie Dozentin an der Theater Akademie München, Hochschule für Schauspielkunst Ernst Busch Berlin, Sibelius Academy Helsinki, Bayerische Philharmonie, Trauma Hilfe Zentrum München. Interaktive Konzerte und Workshops auf Kongressen und Firmen Events (Allianz, BMW, RTL, Wöhr, Marco Polo, IBM, DGfS). Sprecherin und Sängerin auf zahlreichen CDs.

www.sabinebundschu.de

-> TaKeTiNa – Schnuppertag, Seite 62

Tatini Petra Buunk, geb. 1965, Beraterin, Heilpraktikerin und Dozentin. MBSR Lehrerin (Zertifizierung MBSR Verband Deutschland) und MSC Trainerin (Mindful Self-Compassion, Zertifizierung durch CMSC Californien). Beraterin für achtsamkeitsbasierte Konzepte in Unternehmen und an Schulen. Seit 1994 naturheilkundliche und medizinische Betreuung in eigener Praxis in Köln. Dozentin für Naturheilkunde.

www.gesundheit-und-stressbewaeltigung.de

-> Glück und Gelassenheit durch Selbstmitgefühl, Seite 12

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 23, 31

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 18, 31

Steffi Dobkowitz, Dipl.-Päd. und Heilpraktikerin, ausgebildet in *Hakomi* (erfahrungsorientierte Körperpsychotherapie), leitet seit über zwanzig Jahren Kommunikationsseminare. 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 Nordamerika.

-> Präsenz im Dialog, Seite 18, 31

Richard Eckhardt, geb. 1953. 50 Jahre intensives Studium der japanischen Kampfkünste sowie der asiatischen Energielehre und Heilkunst fast ausschließlich bei japanischen Meistern in Japan als *Uchideshi* (Meisterschüler). Er hat die entsprechenden Meistergrade erworben, Schüler ausgebildet und zum Abschluss den Titel SHIHAN (einer, der seine Kunst jenseits der körperlichen Grenzen gemeistert hat) erhalten. 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, Seite 24, 31

ZIST PROGRAMM



Gertraud Eder-Büntig



Karin Enz Gerber



Torsten Falz



Manfred Fett



Johannes Feuerbach



Reinhard Flatischler



Kathrin Franckenberg

Gertraud Eder-Büntig, Dipl.-Soz.arb. (FH), Heilpraktikerin beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie, 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*. Zertifizierte Lehrerin des Diamond Approach (Ridhwan Schule).

- > The Heart of Life – Courageous Heart, Seite 34
- > The Heart of Life – Loving Kindness, Seite 34
- > The Heart of Life – Heart's Desire, Seite 34

Karin Enz Gerber, geb. 1964, Dipl.-Klin. Heilpädagogin, Ausbildung in TaKeTiNa Rhythmuspädagogik (Reinhard Flatischler) und Humanistischer Psychotherapie (Wolf Büntig) in ZIST, Weiterbildung in Embodied Voice Work (Lisa Sokolov), Dipl.-Polarity Therapeutin. Seit 1996 Kursleiterin für Körpermusik (Stimme, TaKeTiNa, Improvisation) im *Atelier für Körpermusik* in Liestal (CH). www.koerpermusik.ch

- > Singing Pool, Seite 29
- > Musik für Paare – Hear and Now!, Seite 19, 29

Torsten Falz ist Heilpraktiker für Psychotherapie, Simonton Berater (Simonton Cancer Center), Hypnose- und EMDR-Therapeut, Entspannungstrainer, Meditationslehrer, Physiotherapeut, Gesundheitscoach und Ernährungsberater. Er arbeitet in Berlin in eigener Praxis mit den Schwerpunkten Psychotherapie, Coaching, Psychoonkologie. Seit Jahren widmet er sich der Arbeit mit Krebspatienten und veranstaltet in diesem Zusammenhang neben der Einzeltherapie auch Vorträge und Seminare. www.torsten-falz.de

- > Vortrag: Ganzheitliche Behandlungsansätze und Selbsthilfe bei Krebs und Einführung in die Simonton Methode, Seite 63
- > Diagnose Krebs – Neue Wege zur Gesundheit nach Carl Simonton, S. 24

Manfred Fett, Studium der Sozial- und Wirtschaftswissenschaften (Diplom-Kaufmann), Heilpraktiker für Psychotherapie. Aus- und Weiterbildungen in Humanistischer Psychologie (Gestalttherapie, Bioenergetik, Counselling), Lernpsychologie und NLP (Trainer), Somatic Experiencing und NARM. Mit seinem Hintergrund in Organisations- und Individualpsychologie arbeitet er seit mehr als 30 Jahren als Trainer, Berater und Coach für Organisationen. Seit 2000 private Praxis für Coaching und für Trauma- und Psychotherapie in München, Diamond Logos Lehrer, Mitglied im Lehrerkollegium von NARM International.

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

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 Coach und als Berater zum Thema Führungsrituale. www.feuerbach.biz

- > *Beziehung, die man tanzen kann*, Seite 18

Reinhard Flatischler, geb. 1950. Komponist, Autor, Begründer der TaKeTiNa Rhythmuspädagogik. Klavierstudium an der *Universität für Musik und darstellende Kunst Wien* (mdw), Begründer und Komponist der Gruppe *MegaDrums* mit Zakir Hussain, Glen Velez, Aírto Moreira. Performance mit Auckland Philharmonia Orchestra sowie Composition der Orchestersuite *Waves upon Waves*. 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). *Rhythmus als Weg*, Synthesis Verlag (2000).

Mehr auf: www.taketina.com

- > TaKeTiNa – Menschliche Intelligenz durch Rhythmus, Seite 27
- > TaKeTiNa – kostenlos!, Seite 28
- > TaKeTiNa New Year's – Celebration-Meditation, Seite 28
- > TaKeTiNa Rhythmuspädagogik (Vorschau 2019), Seite 48

Kathrin Franckenberg, Point Zero Painting Trainerin, Künstlerin, Kunstglaserin, Coach und Maltherapeutin, entdeckte in den 1990-er Jahren ihre Begeisterung am Malen wieder. Sie begegnete 2001 dem Point Zero Painting und Michele Cassou (USA), wurde ihre Assistentin und ist von ihr autorisierte Trainerin für Europa. Sie gibt eigene Workshops und Weiterbildungsseminare zur Kreativitätsentwicklung und -entfaltung bei Kindern und arbeitet als Coach mit künstlerischen Methoden für Einzelpersonen und Organisationen. www.malfreude.de

- > Point Zero Painting – Malerische Entdeckungen reiner Kreativität, Seite 29



Jörg Fuhrmann



Andreas Gerber



Thomas Geßner

Devapria
GokaniChristian
Gottwald

Regine Helke

Laurence S.
Heller

Jörg Fuhrmann forscht aktuell im Promotionsstudium (Transpersonaler Psychologie) zu mystischen Erfahrungen & Krisen. Er ist Gestalttherapeut (ECP/EAGT/WCP), Transpersonaler Therapeut (EUROTAS) und zertifizierter Hypnotrainer/Hypnotherapeut (NGH). Seit zwanzig Jahren absolviert er humanistisch-transpersonale Ausbildung (unter anderem Holotropic Breathwork bei Stan Grof) und befindet sich auf dem spirituellen Übungsweg (unter anderem Mystik bei Willigis Jäger). 2005 begann seine freiberufliche Tätigkeit an mehreren Hochschulen. www.freiraum-institut.ch

-> Alltagstrancen und Selbstsabotage erkennen – DeHypnose & Selbsthypnose, Seite 12

Andreas Gerber, geb. 1956, Musiker, Rhythmus- und Improvisationslehrer im *Atelier für Körpermusik* in Liestal (CH). Zwanzig Jahre Lern- und Lehrerfahrung mit TaKeTiNa Rhythmuspädagogik und anderen Formen von Körpermusik. Ausbildung in TaKeTiNa Rhythmuspädagogik (Reinhard Flatischler) und Humanistischer Psychotherapie (Wolf Büntig) in ZIST. Studienreisen nach Brasilien, USA, Westafrika, Bali, Indien, Korea. Lehrbeauftragter Dozent an der FHNW (*Hochschule für Musik/Soziale Arbeit/Pädagogik*) und in der LehrerInnenfortbildung. Seit 2007 Leitung der Aus- und Weiterbildung *Körpermusik* mit Karin Enz Gerber. www.koerpermusik.ch

-> Singing Pool, Seite 29

-> Musik für Paare – Hear and Now!, Seite 19, 29

Thomas Geßner, geb. 1964 in Halle/Saale, Dipl.-Theologe, Lehrtherapeut für Systemaufstellungen (DGfS), lebt in Berlin. Thomas Geßner war zwanzig Jahre lang evangelischer Pfarrer, bevor er sich beruflich ganz der Aufstellungsarbeit zuwandte. In Aus- und Weiterbildungen, Seminaren und Einzelberatungen verbindet er die Möglichkeiten der phänomenologischen Aufstellungsarbeit mit seinen spirituellen Wurzeln in der Seelsorge. Er ist Gastdozent an verschiedenen Weiterbildungsinstituten und

schreibt über die Hintergründe seiner Arbeit. Buchveröffentlichung: Wilfried Nelles, Thomas Geßner: *Die Sehnsucht des Lebens nach sich selbst*, Innenwelt Verlag, Köln 2014.

Mehr über die Arbeit von Thomas Geßner: www.gessner-aufstellungen.de

-> Organisation und Bewusstsein, Seite 19, 38

-> Wozu bin ich krank?, Seite 24, 42

Devapria Gokani. Geboren 1964 in einer indischen Familie, lebt und atmet Devapria Ayurveda und Massage länger als sie sich erinnern kann. Sie ist ausgebildet in Tiefengewebssmassage (Rebalancing), Holistischer Massage, Craniosacraler Biodynamik, Ayurvedischer Yogamassage, Hawaiianischer Massage, Japanischer Gesichtsmassage, Primärtherapie und Gurdjieff Movements. Außerdem hat sie verschiedene indische Tanzstile studiert und sich mit anderen internationalen Tanzstilen beschäftigt. Sie leitet Tanzworkshops, Trainings in Massage und gibt Einzelsitzungen in vielen Ländern. Ihre meditative Haltung ist ihr dabei die wichtigste Inspirations- und Kraftquelle. Derzeit ist sie dabei, ihre Ausbildung als *Holistic Counsellor* bei Turiya Hanover und Rafia Morgan abzuschließen.

-> Freier Fluss für einen freien Kopf – mit indischer Kopfmassage, Seite 25, 38

Christian Gottwald, Dr. med., geb. 1943, verheiratet seit 1974, zwei erwachsene Söhne. Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Psychoanalyse. Hakomi-Lehrtherapeut. Eigene vertragsärztliche Praxis in München. Dozent und Supervisor in der Weiterbildung von Psychotherapeuten in bewusstsensenzentrierter Körperpsychotherapie. Coaching und Teamentwicklung. Veröffentlichungen zum Thema Neurobiologie und Körperpsychotherapie. www.gottwald-eidos.de

-> Vortrag: Öfter wohl, zufriedener oder glücklich sein können, Seite 63

-> Öfter wohl, zufriedener oder glücklich sein können, Seite 13

-> Vortrag: Einführung in moderne bewusstsensenzentrierte Körperpsychotherapie, Seite 64

Regine Helke, geb. 1943, Künstlerin und Kunsttherapeutin. Abgeschlossene Ausbildungen an der *École Nationale Supérieure des Arts Décoratifs*, Paris und der Kunsthochschule Kassel. Ab 1968 eigener psychotherapeutischer Prozess. Ab 1972 Mitarbeit, Austausch und Supervision bei K. und M. Dürckheim an der *Schule für Initiatische Therapie*. Andere Weiterbildungen. Seit 1973 Zen-Praxis und Zen-Künste. Japanaufenthalt in einem Rinzi-Kloster. Ab 1980 berufsbegleitende Fortbildungen im In- und Ausland. Seit 2005 Gruppenleiterin in ZIST. Ab 2017 Dozentin der ZIST Akademie. Eigene Praxis in Freiburg. www.helke-info.de

-> Offene Mal- und Zeichenwerkstatt, Seite 29

Laurence S. Heller, Ph.D., lehrt körperorientierte Psychotherapie seit über fünf- unddreißig 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.dr Laurenceheller.com

-> Fortbildung *Das Neuroaffektive Beziehungsmodell zur Heilung von Entwicklungstrauma*, Seite 47

-> Fortbildung *Annäherung an die allerfrühesten Schichten unseres Erlebens*, Seite 43

ZIST PROGRAMM



Regine Herbig



Martin Höhn



Anne Höveler



Dieter R. Horn



Silke Humez

Barbara
Innecken

Michael Kraft

Regine Herbig, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Buchautorin, arbeitet in eigener Praxis und war als Dozentin in verschiedenen Ausbildungen, unter anderem an der Musikhochschule München, sowie in Fortbildungen für Heil- und Sozialberufe tätig. Ihr Ansatz verbindet Körperarbeit, Humanistische Psychologie und Spiritualität, wobei das Herz im Mittelpunkt steht. In Holland zum Herzkohärenz-Coach ausgebildet, ist es ihr ein Anliegen, dieser Methode auch in Deutschland mehr Beachtung zu schenken.

-> Die regulierende Kraft des Herzens,
Seite 25

Martin Höhn, geb. 1976. Studium an der Hochschule für Musik Würzburg. Diplom-Musiklehrer für elementare Musikpädagogik und Gitarre. Ausbildung zum TaKeTiNa Rhythmspädagogen bei Reinhard Flatischler. Weiterbildung in Focusing-Beratung bei Klaus Renn. Langjährige Tätigkeit als Musiklehrer, Gruppenleiter, Dozent. Sein Interesse gilt dem heilsamen Aspekt von Musik und Rhythmus.

-> TaKeTiNa – Schnuppertag, Seite 62

Anne Höveler, Kabarettistin, Sängerin, Bauchrednerin. Trainerin für Körpersprache und Kommunikation. 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.

-> Wach' auf und träume! – Silvester mal anders, Seite 17

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."

-> Informationstag zur *Approbationsausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen/Psychotherapeuten* sowie zu *Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutinnen/ -Psychotherapeuten*, Seite 59, 62

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

-> NIG Master: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten, Seite 39, 45

Barbara Innecken, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Pädagogin, Sprachtherapeutin, Lehrtherapeutin für Systemaufstellungen (DGfS), Leiterin des NIG Instituts. Sie arbeitet in eigener Praxis und vertritt das von Eva Madelung entwickelte Neuro-Imaginative Gestalten (NIG) im In- und Ausland. Ihr behutsamer und klarer Umgang mit Aufstellungsarbeit sowohl in der Selbsterfahrung als auch in der Fortbildung für Aufstellungen im Einzelsetting stützt sich auf ihre jahrzehntelange praktische Erfahrung mit verschiedenen therapeutischen Vorgehensweisen, unter anderem auch auf die Einbindung traumatherapeutischer Methoden.

Publikationen: *Im Bilde sein* (mit E. Madelung), Carl-Auer Verlag; *Weil ich euch beide liebe*, Tredition Verlag; *Kinesiologie – Kinder finden ihr Gleichgewicht*, Don Bosco Verlag.
www.barbara-innecken.de
www.nig-institut.de

-> NIG Practitioner: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten, Seite 38, 44

-> Familienaufstellungen, Seite 20

-> NIG Master: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten, Seite 39, 45

-> Weil ich euch beide liebe, Seite 20

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.
-> Abschied und Bestatten als Initiation, Seite 13, 31



Susanne Kraft



Florentin Krause



Elmar Kruihoff

Günther
Linemayr

Regina Lord



Viktoria Luchetti

Gabriela
Martens

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*.

-> Abschied und Bestatten als Initiation,
Seite 13, 31

Florentin Krause, gebürtiger Deutscher, ist Lehrer an der *Ridhwan Schule* in Kalifornien, wo er seit mehr als zwanzig Jahren Gruppen unterrichtet. In Deutschland führte er die fortlaufende Arbeit mit dem *Diamond Approach* in deutscher Sprache ein. Damit wurde der deutsche Sprachraum zum ersten und bisher einzigen nicht-englischen Sprachraum, in dem die *Ridhwan* Arbeit in der Muttersprache angeboten wird. Zurzeit leitet Florentin die ursprüngliche *Ridhwan auf Deutsch (RAD) Gruppe* und eine Folgegruppe, die für neue Mitglieder noch offen ist. Seine Workshops in ZIST bieten eine Gelegenheit, mit dem *Diamond Approach* auf Deutsch zu arbeiten, ohne Mitglied in einer fortlaufenden Gruppe sein zu müssen.

www.dasid.org

-> Sex und Essen, Seite 33

Elmar Kruihoff ist Diplom-Psychologe und der Gründer des *Zentrum für Focusing Kompetenzen xf* in Roskilde, Dänemark. Er arbeitet mit Menschen daran, ihre Beziehungen, Entscheidungen und Selbstfürsorge zu verbessern, indem sie lernen, ihr inneres Erleben achtsam zu explorieren und ihr inneres Handeln in Richtung Empathie und Akzeptanz zu verändern. Elmar spricht Deutsch, Englisch und Dänisch. Er ist verheiratet und hat einen Sohn.

-> Sechs konkrete Hilfen für den inneren Kritiker ... und wie ein gutes Zusammensein gelingen kann, Seite 14

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 25, 42

Regina Lord, Künstlerin, Therapeutin, Psychologin und Coach. Studium der Psychologie und Pädagogik an der LMU, München. Studium der Kunst bei Professor Daucher, LMU München. Kunsttherapeutische Ausbildung am A.K.T. *Forum für Analytische und Klinische Kunsttherapie*. Therapeutische Weiterbildung in Gestalt, NLP, Bioenergetik und Aufstellungsarbeit. Lehrtätigkeit in Kunsttherapie an der Hochschule Nürtingen und der *Akademie der Bildenden Künste München*. Seit mehr als zwanzig Jahren Arbeit als Therapeutin und Coach mit Menschen in Lebenskrisen und Menschen, die mehr über sich erfahren wollen. Gleichzeitig Arbeit mit Führungskräften in diversen Unternehmen zur persönlichen Weiterentwicklung. Seit 2010 eigene Coaching-Ausbildung mit kunsttherapeutischen Mitteln.

-> Dem Leben mehr Farbe geben,
Seite 30

Viktoria Luchetti ist ausgebildet in Life/Art Process bei Anne Halprin und in Sandspieltherapie nach Dora Kalf, körpertherapeutische Fortbildungen und Authentic Movement. Ausbildung in Holotropic Breathwork bei Stan Grof, seit 25 Jahren Mitarbeit bei internationalen Seminaren von Stan Grof. Sie ist autorisierte Ausbilderin in Holotropem Atmen und Mitarbeiterin des Grof Transpersonal Training in Süd Amerika.

-> Holotropes Atmen – Das Abenteuer der Selbstentdeckung, Seite 14, 31

Gabriela Martens, Dipl.-Sozialpädagogin (FH), Lehrtherapeutin im Institut *Integrative Systemische Therapie mit dem Inneren Familiensystem* (IIFS), Aus- und Weiterbildungen unter anderem in Systemischer Familientherapie (Virginia Satir), Bioenergetik und Gestalttherapie (unter anderem Wolf Büntig), Psychodrama, Hakomi. Gabriela Martens hat wegen der großen Nachfrage der IFS Methode in Deutschland gerade ein drittes IFS Institut in Berlin gegründet. Seit 2005 Übersetzerin im IIFS Institut von Richard Schwartz und Susan McConnell sowohl im Basis Training und auch allen Advanced Trainings mit Susan McConnell. Zudem hat sie das Buch von Tom Holmes *Reisen in die Innenwelt* übersetzt. Autorin von *Streit gehört dazu, Konfliktlösung in der Familie*, Kösel 2005.

www.konfliktkompetenz.de

-> Erforschung der Innenwelt, Seite 15, 39

ZIST PROGRAMM



Gilberto Mercado



Malte Nelles



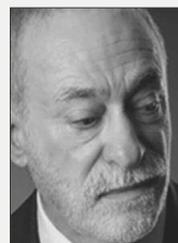
Wilfried Nelles



Heike Ohland



Sebastian Peschke



Cary Rick



Marko Rinck

Gilberto Mercado ist in Puerto Rico aufgewachsen und lebte über dreißig Jahre in den USA. Ausbildung in Holotropem Atmen bei Stan Grof. Er leitet seit 1990 Seminare in USA, Südamerika und Europa. Gilberto ist autorisierter Ausbilder in Holotropem Atmen.

-> Holotropes Atmen – Das Abenteuer der Selbstentdeckung, Seite 14, 31

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 eigener Praxis in Berlin und Marmagen, leitet Aufstellungskurse im In- und Ausland und ist Co-Leiter des *Nelles-Institut*, das er gemeinsam mit seinem Vater Wilfried Nelles führt.

www.nellesinstitut.de

-> Reise zu dir selbst, Seite 15

Wilfried Nelles, Dr. Phil., führt in Nettersheim/Eifel und in Berlin zusammen mit seinem Sohn Malte das *Nelles-Institut*. Mit dem *Lebensintegrationsprozess* hat er ein neues Aufstellungsverfahren entwickelt, in dem es um die volle Zustimmung zum eigenen Sein und die Entfaltung des inneren Potentials geht. Er lehrt auf der ganzen Welt, seine Bücher wurden bisher in zehn Sprachen übersetzt.

www.nellesinstitut.de

-> Lebensintegrationsprozess, Seite 16

Heike Ohland, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin (Approb.), Körperpsychotherapeutin. Über zwanzig Jahre in eigener Praxis & Lehrzentrum tätig. Ausgebildet in Systemtherapie (IGST Heidelberg), Traumatherapie (EMDR), Qi Gong Ausbildung in China und Deutschland, Atem- und Einsichtspraxis (Sun Lun Kloster, Myanmar), Healing Touch (Rosalyn Bruyere, USA), Lomi und Herzenskultivierung (Alan Ala-pai, Hawaii). Als Dozentin für Psychologie unterrichtet sie Auszubildende in Heilberufen. Sie entwickelte einen integrativen Heilansatz, dessen Essenz sie als *Triple A* Methode weitergibt. Mehrjährige beruflich motivierte Aufenthalte in Afrika, Asien sowie Referententätigkeit in den USA fließen als Erfahrungswissen in ihre Berufs- und Lebenshaltung ein.

www.heike-ohland.de

-> Triple A – Absicht, Achtsamkeit, Agape, Seite 26

Sebastian Peschke, Psychologe (M.Sc.) und Musikwissenschaftler (M.A.). Psychotherapeutische Praxis in München, Berater in der *Psychosomatischen Beratungsstelle München*. Aus- und Weiterbildungen unter anderem in Potentialorientierter Psychotherapie (Wolf Büntig), psychodynamisch begründeten Verfahren (MAP), systemisch-strategischer Kurzpsychotherapie (Giorgio Nardone), Hypnotherapie (MEG) und nondualer Psychotherapie (Peter Fenner). Tätigkeitsschwerpunkte: Menschen in Krisen, zum Beispiel nach Schicksalsschlägen, nach Diagnose schwerer körperlicher Erkrankungen, mit psychosomatischen Erkrankungen, Depressionen, Stressreaktionen oder Angst. Beratung und Coaching von Berufsmusikern im Leistungsbereich und bei Auftrittsangst.

www.sebastianpeschke.com

-> Klausurprogramm *Alltag als Übung*, Seite 35

Cary Rick. Board-Certified Dance/Movement Therapist (BC.DMT) der *American Dance/Movement Therapy Association* (ADTA), Begründer der Bewegungsanalyse Methode Cary Rick, Leiter des *IBA Institut für Bewegungsanalyse*, Lehrbeauftragter der *Hochschule für Heilpädagogik* in Zürich, Privatpraxis, Ausbildungstätigkeit, therapeutische Praxis und Supervisionstätigkeit in Basel. Viele Jahre Seminarleiter bei den Lindauer, Weimarer und Gleichenberger Psychotherapiewochen.

-> Bewegung und Bedeutung, Seite 16, 39

Marko Rinck. My first experience of realization was in the 80's with Alexander Smit, a student of Nisargadatta, who taught the direct path of Advaita Vedanta. In the 90's I discovered the Diamond Approach of A. H. Almaas, and I fell in love with the combination of detailed precision, depth and scope of this teaching. It has been my main path and practice ever since. I now teach the Diamond Approach to groups and give private sessions in Amsterdam. Since 1990 I have been a trainer in communication and personal development for managers, using NLP, Psychoanalysis, Martial arts and Tibetan Buddhism. From 1996 to 2011 I owned a business for training and recruitment. I now combine my work as a Rishwan teacher with leading groups on personal development at various management centers in the Netherlands.

-> The Heart of Life – Heart's Desire, Seite 34



Jeanne Rosenblum



Doris Rothbauer



Ulrich Rothmund



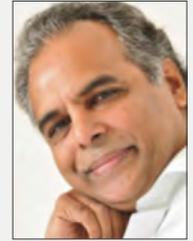
Irmgard Schmelcher-Haimerl



Isabel Schupp



Brant Secunda



Raja Selvam

Jeanne Rosenblum 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 33

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.dorisorothbauer.de
 -> Einführung in *Das Neuroaffektive Beziehungsmodell* (NARM), Seite 62
 -> Somatic Experiencing (Vorschau 2020), Seite 51

Ulrich Rothmund, Jahrgang 1966, Dipl. Sozialarbeiter und Heilpraktiker für Psychotherapie in Ravensburg. Umfangreiche therapeutische Erfahrungen in einer psychiatrischen Tagesklinik und seit fünf Jahren in eigener Praxis. "Wichtige Inhalte meiner Arbeit waren und sind Theaterarbeit auf der Bühne und in der Klinik, NLP, klassische und Ericksonsche Hypnose, systemischer Ansatz, Enneagramm, Qi Gong sowie Craniosakrale Osteopathie." Seit 2009 Sensory Awareness unter anderem bei Seymour Carter und Ned Dwell.
www.praxis-rothmund.de
 -> Achtsamkeit als Kunst der Lebendigkeit, Seite 16, 26

Irmgard Schmelcher-Haimerl, Dipl.-Sozialpädagogin (FH) und Heilpraktikerin für Psychotherapie in eigener Praxis. Seit 1991 unter anderem ausgebildet in Bioenergetik (in ZIST: Marianne Ingen-Housz, Wolf Büntig, Hunter Beaumont) sowie in ressourcenorientierter Fachberatung in Psychotraumatologie (DeGPT/BAG) und als IFS Therapeutin bei Richard Schwartz und Susan McConnell. Langjährige Assistentin in den IFS Ausbildungen der IIFS Institute Heidelberg und Berlin sowie von Susan McConnell.
www.praxis-schmelcher-haimerl.de
 -> Erforschung der Innenwelt, Seite 15, 39

Isabel Schupp ist Schauspielerin und Mutter von drei Kindern. Nach dem Tod der Tochter Ausbildung zur Trauerbegleiterin und Gründerin der *Institutes Blauer Falter, Seminare für Trauernde*. Leiterin der offenen Trauergruppe bei *Verwaiste Eltern und trauernde Geschwister München e. V.* Kommunikationstrainerin in Palliative Care und Hospizarbeit an LMU, TUM, Caritas. MBSR Lehrerin i. A. Autorin des Buches *Die Nacht bringt dir den Tag zurück*.
www.blauerfalter.de
www.isabel-schupp.de
 -> Heilung darf sein, Seite 17, 31

Brant Secunda, Schamane und Heiler in der Tradition der Huichol Indianer aus Mexiko, hat eine umfassende Lehrzeit von zwölf Jahren bei dem bekannten, im November 1990 im Alter von 110 Jahren verstorbenen Schamanen Don José Matsuwa abgeschlossen. Brant ist der adoptierte Enkel von Don José und war sein naher Vertrauter. Als Direktor der *Dance of the Deer Foundation*, Zentrum für schamanische Studien in Kalifornien, leitet er weltweit Zeremonien und Workshops. Außerdem ist er Co-Autor des Buches *Fit Soul – Fit Body. So bringen Sie Körper, Seele und Geist in Bestform*.
www.shamanism.com
 -> Schamanismus der Huichol Indianer, Seite 32

Raja Selvam, Ph.D., Ph.D. Sein Hintergrund umfasst die körpertherapeutischen Systeme der Postural Integration und der Biodynamic Cranio Sacral Therapy, die körperorientierten Psychotherapiesysteme Somatic Experiencing und Biodynamische Analyse, Jungsche und Archetypische Psychologie, sowie die intersubjektiven und Objektbeziehungsschulen der Psychoanalyse. Raja Selvam ist Senior Trainer in *Somatic Experiencing der Foundation of Human Enrichment* und Mitglied der Fakultät des *Santa Barbara Graduate Institute* und Entwickler der Integralen Somatischen Psychologie (ISP). Seine Lehrtätigkeit erstreckt sich auf zwanzig Länder in Asien, Europa, Südamerika und dem Nahen Osten.
www.traumahealing.com
 -> Integrale Somatische Psychologie (ISP), (Vorschau 2019), Seite 49

ZIST PROGRAMM



Lisa Sokolov

Mischka
SolonevichAndrea
Stemberger

Ingo Vauk



Kyo Verberk

Robbert
Verschuur

Eli Wadler

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 30

Mischka Solonevich, M.Ed., Heilpraktiker für Psychotherapie. Er ist seit 1975 ständiger Freier Mitarbeiter von ZIST. In seinen Kursen fließen seine langjährige Erfahrung und Ausbildungen in Wertlegung, Körperpsychotherapie (Biodynamik, Bioenergetik), Encounter und Gruppendynamik, Gestalt, NLP, Transaktionsanalyse, Konfliktmanagement und Meditation ein.

www.mischka-solonevich.de

-> Wach' auf und träume! – Silvester mal anders, Seite 17

Andrea Stemberger, Dipl.-Ing., geb. 1963, ist Coach in eigener Praxis. Ausgebildet in erfahrungsorientierter Körperpsychotherapie (Hakomi), Potentialorientiertes Coaching, der Integrativen Aquatischen Traumaarbeit und der Aquatischen Körperarbeit sowie in Motivationsanalyse, baut sie ihr Coaching für Einzelklienten und Teams in achtsamer und empathischer Haltung auf. Andrea Stemberger ist Ausbilderin für das *Reiss Profile* und Seminarleiterin zu Themen der Potentialentfaltung.

www.stemberger.net

-> Burnout Prophylaxe, Seite 17, 26

Ingo Vauk, Sexual Grounding Therapist (Willem Poppeliers, Holland), Potentialorientierte Psychotherapie (Wolf Büntig, ZIST), Creative Couple Worker (Centre for Gender Psychology, London), Heilpraktiker für 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: Beziehung beginnt zu Hause – Der Einfluss der Eltern auf unsere Sexualität, Seite 63

-> Frei werden für Beziehung und gelebte, liebevolle Sexualität, Seite 21, 39

Kyo Verberk worked with people for thirty years individually and in groups. First training people in theatre, bodywork, massage and tantra, she now works as a Spiritual teacher in the *Ridhwan School*. She loves the wisdom of the body that informs and expresses spiritual unfoldment and development.

-> The Heart of Life – Courageous Heart, Seite 34

-> The Heart of Life – Loving Kindness, Seite 34

-> The Heart of Life – Heart's Desire, Seite 34

Robbert Verschuur, health scientist in relation to human movement, has worked for the past 30 years as a Unitive psychotherapist, and together with his long-time partner as a couple therapist. He is a student of the Diamond Approach since 20 years and ordained as Diamond Approach teacher in the *Ridhwan School*, working in the Netherlands and the UK.

<https://nl.linkedin.com/in/robbert-verschuur-b5bb2814>

-> The Heart of Life – Courageous Heart, Seite 34

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 war *educational director* der dortigen Feldenkrais Ausbildungen.

www.feldenkrais-wadler.com

-> Moshé Feldenkrais' Erbe, Seite 46



Text: Dr. Wolf Bütting

HUMANISTISCHE PSYCHOLOGIE

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

Verhaltensforschung

In Experimenten mit Laboratoriumstieren gewonnene Erkenntnisse der Verhaltensforschung wurden dahingehend gedeutet, dass auch menschliche Verhaltensweisen in Wahrnehmung, Fühlen, Denken und Handeln als konditionierte Reflexe zu verstehen sind, die in der frühen Kindheit gebahnt wurden und in der Gegenwart durch unspezifische Reize – wie das Speicheln des Pawlowschen Hundes durch ein Klingelzeichen – jederzeit wieder ausgelöst werden können.

Psychoanalyse

Die Psychoanalyse hat uns in jahrzehntelanger klinischer Forschung tiefe und unverzichtbare Einsichten in die Neigung der Persönlichkeit beschert, in der frühen Kindheit erworbene Beziehungsmuster auf die Beziehungen der Gegenwart zu übertragen und gegen Veränderungen – auch zum Besseren hin – Widerstand zu leisten (Psychodynamik, Objektbeziehungstheorie).

Humanistische Psychologie

Die Humanistische Psychologie erforscht darüber hinaus Menschsein vor und jenseits aller Konditionierung beziehungsweise Sozialisierung. Sie sieht den Menschen von Beginn an als einzigartiges, mit einem vielfältigen menschlichen Potential begabtes Individuum an, das sich in mitmenschlicher Beziehung von der durch ihre Vergangenheit geprägten Persönlichkeit zur gegenwartsbezogenen Person entfaltet.

Abraham Maslow

Abraham Maslow, einer der Gründerväter der Humanistischen Psychologie, erforschte, was das eigentlich Menschliche am Menschen ausmacht. Deshalb untersuchte er – im Gegensatz zu Sigmund Freud – nicht die Folgen fehlgeleiteter Sozialisierung, sondern die Eigenart besonders gesunder und in ihrer Menschlichkeit ausgereifter Menschen. Er entdeckte dabei ein umfangreiches Repertoire an spezifisch menschlichen Eigenschaften, das (von Aldous Huxley) sogenannte menschliche Potential.

Das menschliche Potential

Das menschliche Potential ist als Inbild (genetischer Code) eingeboren; es wird an einem Vorbild als Wert erkannt, als Bedürfnis, Notwendigkeit und Auftrag erlebt und durch Übung im Alltag als menschliche Kompetenz verwirklicht. Das menschliche Potential entfaltet sich im Lauf der Entwicklung entsprechend einer Hierarchie der Bedürfnisse: Aufbauend auf den Grundbedürfnissen, deren Befriedigung das Überleben sichert (Nahrung, Geborgenheit, Schutz) und das Dasein bestätigt (Beachtung), werden die sozialen Bedürfnisse (Zugehörigkeit, Geselligkeit, Anerkennung und Achtung) sowie die Selbstbehauptungsbedürfnisse (Territorium, Fortpflanzung, Rang und Status) aktualisiert. Ein unbefangener Umgang mit diesen Grundbedürfnissen ist nach den Beobachtungen Maslows eine gute Basis für die Realisierung der

spezifisch menschlichen Neigungen – der höheren oder Meta-Bedürfnisse: Interesse, Anteilnahme, Freude, Wille, Wahrheitsliebe, Präsenz, Ästhetik und Kreativität, Wertschätzung und Wertbildung, Dienstbereitschaft, Hingabe, Autonomie, Sinnfindung und so weiter, bis hin zum Streben nach Selbsterkenntnis, Selbstbewusstheit und Selbstverwirklichung.

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 liegenden Betrachtungen stellen, betont die Humanistische Psychotherapie die spezifisch menschlichen Faktoren der

bewussten Wahl, des Willens und der persönlichen Entscheidung.

Zentrales Anliegen der Humanistischen Psychotherapie ist der Aufbau einer verlässlichen, unterstützenden und innigen Beziehung, in der die in ihrer Entwicklung gehemmte Persönlichkeit

- sich vom Widerstand gegen beziehungsweise von der Fixierung auf Mangelbedürfnisse lösen,
- auf allen Stufen der Bedürfnispyramide ihre Bedürftigkeit erkennen, Kompetenz zur Befriedigung erarbeiten sowie
- ihr Potential für ein Leben als selbstbewusste Person entfalten

lernen kann.

Humanistische Psychotherapie konzentriert sich jenseits der Unterschiede im technischen Vorgehen unter anderem auf

- die Integration von Körper, Seele und Geist; von Empfinden, Fühlen, Wahrnehmen; Erinnern, Denken, Fantasie; Imagination, Intuition, Staunen; und situationsgemäßem Handeln;
- das gegenwärtige Erleben der Person; sowie
- die Wechselbeziehung zwischen persönlicher Entfaltung und gesellschaftlich verantwortlichem Handeln.

Eine solche Humanistische Psychotherapie nutzt für die Beseitigung von Symptomen und die Wiederherstellung von Funktionsfähigkeit Erkenntnisse und Verfahren der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie wie der Verhaltenstherapie. Sie

- umfasst darüber hinaus ein breites und differenziertes Spektrum von gegenwarts-, körper- und personenbezogenen Verfahren, die auf die Entfaltung des menschlichen Potentials ausgerichtet sind,
- ermöglicht den Begleitung bei der Selbstfindung Suchenden die Lösung von Blockaden gegen die Wahrnehmung von Gefühlen sowie den Ausdruck von Emotionen,
- achtet die persönlichen Neigungen auf dem ganzen Spektrum menschlicher Natur, von den materiellen und seelischen Grund- bis zu den höheren Bedürfnissen,
- fördert insbesondere Wahrnehmung und Ausdruck der Einzigartigkeit und Eigenart der Person und
- unterstützt damit deren Drang nach Selbstverwirklichung als spirituelle, für die Wahrnehmung und Bezeugung des Seins im Dasein offene Person.

In der praktischen therapeutischen Arbeit achtet Humanistische Psychotherapie mehr darauf, wie die Person ihr Potential unterdrückt beziehungsweise entfaltet, als auf Anpassung an eine Konsensusrealität, die in der Regel Ausdruck dessen ist, was wir wahrnehmen oder übersehen gelernt haben. Im Schutzraum der therapeutischen Beziehung kann die Hilfe suchende Person

- freundliche Aufmerksamkeit entwickeln gegenüber den Bewegungen der Seele,

- reaktive Abwehrmuster erkennen und überwinden,
- Erinnerungen, Gefühle und Emotionen zulassen,
- sich von der Identifikation mit dem Kind lösen, das mit zu wenig und zu viel fertig werden musste,
- Raum entfalten sowohl für die Erinnerung an die Zeit, in der die Entwicklung einer Abwehrreaktion sinnvoll war, als auch für ein Erkennen der Sinnwidrigkeit der Übertragung dieser Reaktionen in die Gegenwart,
- Alternativen in Wahrnehmung, Fühlen, Denken und Handeln erkunden und so
- Kompetenz entwickeln für eine ihrem Wesen gemäße Lebensgestaltung.

Humanistische Psychotherapie kann schließlich übergehen in spirituelle Praxis, in der die Person den Raum des Seins pflegt, zum einen durch beharrliches Üben zum Beispiel in der Meditation, zum anderen durch bewusste Anwesenheit in einem teilnahmsvoll gestalteten Alltag.

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.

Zentrales Anliegen der Humanistischen Psychotherapie

Entfaltung des menschlichen Potentials

Fühlen



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.

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.

*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 essenzielle Verkörperung des mentalen, emotionalen, sozialen und spirituellen Lebens verstanden. Dabei wird vom körperlich-seelischen Erleben in der Gegenwart ausgegangen.

*Deutsche Gesellschaft für Körperpsychotherapie (DGK),
www.koerperpsychotherapie-dgk.de*

Gestalttherapie

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 Existenzialismus. Die Methode fördert die Bewusstheit im Hier sowie Jetzt als auch Körperlichkeit und Kreativität.

*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.

*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 wenig 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.

*Deutsche Gesellschaft für Systemaufstellungen (DGfS),
www.familienaufstellung.org*

Lebensintegrationsprozess

Der Lebensintegrationsprozess (LIP) ist ein neues, 2011 von Dr. Wilfried Nelles entwickeltes Aufstellungsverfahren, in dem es, anders als in der klassischen Aufstellungsarbeit, nicht um die Beziehung zu anderen – Familie, Beziehung, Organisation, System – geht, sondern einzig um die Beziehung zu sich selbst, um die volle Zustimmung zum eigenen Sein und – unterstützt durch die dadurch gewonnene Kraft – um die Entfaltung des ureigenen, uns innewohnenden Potentials.

www.nellesinstitut.de

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.

*Somatic Experiencing Deutschland e. V.,
www.somatic-experiencing.de*

TaKeTiNa

TaKeTiNa Rhythmuspädagogik 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.

www.powerofrhythm.com

Diamond Approach

Der Diamond Approach ist die von H. A. Almas 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.

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.

www.feldenkrais.de

MBSR (Mindfulness based stress reduction)

Diese Methode der Stressreduktion durch Achtsamkeit wurde in den 1970er-Jahren von Dr. Jon Kabat-Zinn an der Universitätsklinik in Worcester, Ma (USA), entwickelt. Es ist ein Trainingsprogramm für den Geist und beinhaltet meditative Übungen in Ruhe und Bewegung.

www.mbsr-verband.de



WESEN UND CHARAKTER

Dr. Wolf Büntig

Überarbeitete und gekürzte Fassung eines Vortrags, gehalten im Oktober 1993 bei den Münchener Gestalttagen

Wesen

Der Begriff des Wesens wurde von Meister Eckart in die Philosophie eingeführt als im Deutschen gleichbedeutend mit dem lateinischen *Essentia*. Wesen kommt vom althochdeutschen *Wesan* – das heißt Sein – und bedeutet bei Dingen wie Personen zunächst die Hauptsache gegenüber der Nebensache, das Bleibende gegenüber dem Veränderlichen. Wir können uns der Bedeutung des Wortes nähern über die Begriffe, in denen es sich ausdrückt.

Als anwesend bezeichnen wir etwas, das wahrnehmbar da ist. So ist menschliche Gesundheit nicht nur die Abwesenheit von Krankheit, sondern zeigt sich in der Art und Weise, in der eine Person anwesend ist, in der sie da ist, in Kontakt ist, wahrnimmt, fühlt, denkt und handelt. Ebenso ist Stille nicht lediglich die Abwesenheit von Krach, vielmehr ist Stille überall anwesend. Wenn sie am verkehrsreichsten Platz Ihrer Stadt ganz versammelt auf das Lied der Amsel horchen, tritt Stille ein. Auf dem Gipfel eines Berges, im Dunkel des Waldes, in einer alten Kirche ist Stille anwesend. Zusammen mit der Stille ist etwas spürbar da, das wir mit Sinnen nicht greifen und doch erfahren können.

Dann haben wir das Wort wesentlich. Das ist etwas ganz anderes als wichtig. Wichtig sind die Dinge immer in Bezug auf Wertmaßstäbe, Neigungen, Vorlieben, persönliches Ermessen. Es gibt wichtige Dinge, die sind uns wichtiger als andere, und solche, die sind uns am wichtigsten. Das Wort wesentlich hingegen kennt keine Steigerungsform. Es beschreibt das Ding an sich, das Herz oder den Kern der Dinge. Wir nennen etwas wesentlich, wenn es so ist, wie es ist, jenseits von Wertmaßstäben, Neigungen und so weiter.

Schließlich finden wir das Wort Wesen wieder im Lebewesen. Das Lebewesen stellt die Erscheinung seines Wesens dar. Das Wesen ist also die grundlegende Wirklichkeit des Lebewesens, wo hingegen das Lebewesen der sinnlich wahrnehmbare Ausdruck des Wesens ist. Das Wesen ist nicht von dieser Welt, doch es lebt in dieser Welt als Lebewesen. Das Wesen ist zeitlos, es ist, wie der Zen-Koan sagt, vor Vater und Mutter, es ist unerschaffen und unerschaffbar. Das Wesen überdauert allen individuellen Tod. Das Lebewesen hingegen ist anwesend nur, so lange es lebt und bis es verwest.

Und damit sind wir beim Verwesen, jenem Vorgang, bei dem sich das ungeschaffene Wesen von seiner als Lebewesen geschaffenen Form löst und sich dem großen Sein anheimgibt so wie sich der Fluss ins Meer ergießt, während das Geformte zurücksinkt dorthin, woraus es geschaffen wurde: Staub zu Staub – Asche zu Asche.

So steht es im Brockhaus: Das Wesen ist das tragende, gründende Sein des Seienden, welches das Seiende überhaupt erst ermöglicht und von dem das Seiende nur die Erscheinung ist. Das Wesen ist also die eigentliche, die urbildliche und vernunftgemäße Wirklichkeit – das, was wirkt – der gegenüber die raumzeitliche Realität – das, was Sache ist – lediglich Abbild und Erscheinung ist, dabei allerdings nicht bloß Schein, sondern gerade Verwirklichung des Wesens.

Das Wesen allen Wesens ist das göttliche Sein, die reine Wirklichkeit – das große Geheimnis, wie die Indianer sagen. Es zeigt sich in aller Schöpfung, also auch im menschlichen Wesen. Vom Wesen des Einzelnen – Almas nennt es persönliche Essenz – sagte Meister Eckart, es sei inbildhaft.

Das Wesen in der Humanistischen Psychologie

Der Begriff vom Wesen als Inbild persönlicher Menschlichkeit findet in unserer Zeit wieder Eingang in die Psychologie durch Karlfried Graf Dürckheim. C. G. Jung hatte sich ihm genähert mit seiner Vorstellung vom Selbst als einer das Freudsche Ich umfassenden Instanz. Abraham Maslow, einer der Gründerväter der Humanistischen Psychologie, benutzte für das uns eingeborene Gestaltungsprinzip den von Aldous Huxley geprägten Begriff das menschliche Potential.

Die Humanistische Psychologie etablierte sich in den sechziger Jahren in den USA als sogenannte *Dritte Kraft* neben der Psychoanalyse und dem Behaviorismus. Ihre Vertreter fanden zusammen in der Überzeugung, dass weder Behaviorismus noch Psychoanalyse der Menschlichkeit des Menschen gerecht wurden. Sie untersuchten spezifisch menschliche Qualitäten wie Präsenz, Interesse, Mut, Würde, Liebe und Verantwortung, die Neigung zum Wahren, Schönen und Guten, den Wegcharakter des menschlichen Lebens, die Bedingungen für die Entwicklung von Geistigkeit und Spiritualität und so weiter.

Zu den Wissenschaftlern gesellten sich Kliniker wie Carl Rogers, Viktor Frankl, Fritz Perls, Virginia Satir und viele andere, die die geltenden Therapieziele für zu eng gesteckt hielten. Sie erlebten in ihrer therapeutischen Arbeit, dass ihre Patienten auf mehr hoffen konnten als auf Wiederanpassung an die Norm, besseres Funktionieren und die Reifung des namenlosen Elends zum persönlichen Leid. Sie sahen, dass der Lebensweg nicht nur seinen Ursprung in der Vergangenheit hatte, sondern auch einen gegenwärtigen Prozess und ein zukünftiges Ziel, den zu durchleben und auf das hin zu leben sich lohnte, wenn es einen Sinn hatte.

Abraham Maslow ging ein Leben lang der Frage nach, was menschliche Gesundheit ausmacht. Zu diesem Zweck untersuchte er die Lebensläufe besonders gesunder Menschen und fand eine Hierarchie von Bedürfnissen. Er unterschied zwischen primären und höheren Bedürfnissen, zwischen Bedürfnissen nach ursprünglicher biologischer Befriedigung (Luft, Wasser, Nahrung und Schlaf, aber auch nach Beachtung zur Daseinsbestätigung, Geborgenheit, Schutz und so weiter) und solchen nach menschlicher Zugehörigkeit, nach sinnvollem Tun und schließlich nach Selbstverwirklichung. Zu werden, wer man von Anbeginn immer war, erwies sich als das höchste Ziel.

Zu werden, wer man von Anbeginn immer war,
erwies sich als das höchste Ziel.

Im Gegensatz zu Freud, dem Kulturbildung nur durch Triebunterdrückung möglich schien, sah Maslow die Entfaltung der höheren Bedürfnisse, nicht im Kontrast zu primärer Bedürfnisbefriedigung, sondern als deren Folge. Er beobachtete, dass auch die höheren Bedürfnisse wie das nach sinnvollem Tun, Kreativität, Dienst am Mitmenschen und an der Gemeinschaft, Freude am Wahren, Schönen und Guten und so weiter, den Charakter von Trieben haben, die sich durchsetzen, sobald Primär- oder Mangelbedürfnisse ausreichend befriedigt waren. Er fand zudem heraus, dass die Grundbedürfnisse in ihrer Triebkraft um so weniger bestimmend waren, je mehr sie befriedigt und als befriedigbar erlebt worden waren. Verkürzt ausgedrückt bedeutet das: Wer sich die kleinen Freuden selbstverständlich gönnt und keine Kraft in der Selbstunterdrückung vergeudet, hat Kräfte frei für die Verwirklichung höherer Ziele.

Gesunde Menschen schöpfen, so Maslow, die Kraft zu herausragenden Leistungen aus dem Verzicht auf Befriedigung primärer Bedürfnisse und nicht aus deren Unterdrückung. Das Streben nach dem Höheren, Geistigkeit und die Suche nach Gotteserkenntnis stehen nicht im Widerspruch zum natürlichen Menschen, sondern sind eingeborener, geradezu instinkthaft verankerter Ausdruck menschlicher Natur.

Der verwirklichte Mensch ist der Bürger zweier Welten. Wir kommen aus doppeltem Ursprung, wir sind bedingt und unbedingt (Dürckheim), wir leben in zwei Wirklichkeiten (Castaneda), wir sind in der Welt, doch nicht von der Welt (Jesus). In der einen Welt geben wir dem Kaiser, was des Kaisers ist, zahlen Steuern, ernähren uns ausreichend, putzen uns die Zähne, beachten Verkehrs- und Höflichkeitsregeln und so weiter. In der anderen Welt wissen wir, dass die eine nur ein Traum ist, ein Abbild der Wirklichkeit, die wir in manchen Momenten schmecken. Die eine Wirklichkeit lernen wir durch Mutter und Vater kennen (wir sollen sie verlassen, wenn wir den Weg des Menschen gehen wollen, sagt Jesus). Die andere, die ursprüngliche Wirklichkeit zeigt sich uns durch göttliche Offenbarung (Tradition), durch direkte Erfahrung, durch *Seinsföhlung* (Dürckheim) und im *Gipfelerlebnis* (Maslow).

Wo Freud als Grundlage menschlicher Natur das polymorph perverse Kind sah, entdeckte Maslow – ohne sich Illusionen über die Vielzahl von möglichen Verformungen als Reaktion auf perverse Sozialisierung zu machen – den potentiellen Yogi oder Christen in jedem von uns. Da, wo Freud im religiösen Streben Selbstbetäubung sah, entdeckte Maslow – als Sohn einer bigotten Mutter gegen großen Widerstand – spirituelle Erfahrung in Form von Offenbarung selbstvidenter Wirklichkeit als Merkmal gesunder menschlicher Entwicklung.

Er fand, dass die von ihm untersuchten Selbstverwirklichter häufig berichteten – ich zitiere –, "so etwas wie mystische Erlebnisse gehabt zu haben, Momente von tiefer Ehrfurcht, tiefsten Glücks oder gar der Verzückung, Ekstase oder Seligkeit. ... Jedes Getrenntsein von der Welt und jede Distanz waren verschwunden, als sie sich eins mit der Welt fühlten, mit ihr verschmolzen, ihr wirklich zugehörig, statt außerhalb zu stehen und hineinzuschauen. Aber das Allerwichtigste bei den Berichten über diese Erfahrung war das

Gefühl, dass sie wirklich die höchste Wahrheit gesehen hatten, das Wesen der Dinge – das Geheimnis des Lebens – als ob Schleier beiseite gezogen worden wären".

Maslow gesteht: "Das Wenige, das ich bis dahin über mystische Erfahrungen gelesen hatte, brachte sie mit Religion in Verbindung, mit Visionen des Übernatürlichen. Und wie die meisten Wissenschaftler hatte ich ungläubig die Nase darüber gerümpft und alles als Unsinn abgetan, als Halluzination oder Hysterie vielleicht, als höchstwahrscheinlich pathologisch, ... aber die Menschen, die mir das erzählten oder über solche Erfahrungen schrieben, waren nicht pathologisch. Es waren die gesündesten Menschen, die ich finden konnte ...

"Diese Erfahrungen traten auf in großen Augenblicken von Liebe und Sex, bei großen ästhetischen Eindrücken, besonders in der Musik, bei der Freisetzung von Kreativität und kreativer Begeisterung, in großen Momenten der Eingebung und des Entdeckens; bei Frauen, wenn sie ihre Babys auf natürliche Weise zur Welt brachten, oder einfach, wenn sie sie liebten; in Augenblicken des Verschmelzens mit der Natur, im Wald, am Strand, auf einem Berg und so weiter ... Und so war die zweite große Lektion, dass es sich dabei um eine natürliche und nicht um eine übernatürliche Erfahrung handelte. Ich gab also den Begriff mystische Erfahrung auf und nannte diese Erfahrungen nun Gipfelerlebnis. ..."

Die nächste große Lektion war,
dass Gipfelerlebnisse weit verbreiteter waren,
als ich je angenommen hatte. ... Ich vermute jetzt,
dass sie tatsächlich bei praktisch jedermann
auftreten, auch wenn sie nicht als das erkannt
und akzeptiert werden, was sie sind.

Abraham Maslow

"Die nächste große Lektion war, dass Gipfelerlebnisse weit verbreiteter waren, als ich je angenommen hatte. ... Ich vermute jetzt, dass sie tatsächlich bei praktisch jedermann auftreten, auch wenn sie nicht als das erkannt und akzeptiert werden, was sie sind." ...

"Ein wesentlicher Gewinn, den ich von dieser Erfahrung habe und den wir alle haben können, ist der, dass sie uns hilft, einander besser zu verstehen. In unserem Innern ist viel mehr Übereinstimmung als in den Äußerlichkeiten. In anderen Worten: Das Persönlichste, Lebendigste in uns ist etwas, das wir alle miteinander teilen. Denn während dieser Gipfelerlebnisse sind wir uns sehr klar und intensiv bewusst, dass wir zusammengehören und etwas teilen, das jedem menschlichen Wesen eigen ist. ... In bestimmten



Für Maslow war die Neigung zur Entfaltung der Menschlichkeit einschließlich der Offenheit für geistige Erfahrung eine Eigenschaft menschlicher Natur.

Momenten sprechen (wir) alle eine gemeinsame Sprache, machen eine gemeinsame Erfahrung und leben in derselben Welt. In diesen Momenten sind (wir) am lebendigsten. In unseren lebendigsten Augenblicken sind wir eins miteinander."

Die Schriftstellerin Mary Austin beschreibt ein Gipfelerlebnis aus ihrer Kindheit, in dem die Verbindung zum Religiösen direkt angesprochen ist: "Ich muss zwischen fünf und sechs Jahre alt gewesen sein, als mir diese Erfahrung zustieß. Es war ein Sommermorgen, und das Kind, das ich war, war allein durch den Obstgarten hinuntergegangen und kam am Rand des sanft abfallenden Hügels heraus, wo Gras wuchs und der Wind wehte und ein hoher Baum stand, der sich in die unendliche Weite des blauen Himmels reckte. Nach einer Weile der Stille wurden plötzlich die Erde und der Himmel, der Baum, der wehende Wind, das Gras und das Kind inmitten von alledem miteinander lebendig in einem pulsierenden Licht von Bewusstsein. Ich kann mir die unerwartete, umfassende Bewusstheit alles Einzelnen für das Ganze ins Gedächtnis zurückrufen – ich in allem anderen und alles andere in mir – und wir alle zusammen eingehüllt in eine warme, strahlende Kugel von Lebendigkeit. Ich erinnere mich, wie das Kind überall nach der Quelle dieses Glücks Ausschau hielt. Und endlich fragte es: "Gott?". Denn Gott war das einzige Wort der Ehrfurcht, das es kannte. Tief innen vernahm es, wie das leise Tönen einer Glocke, die Antwort: "Gott – Gott!" Wie lange dieser unsagbare Augenblick dauerte, ich weiß es nicht. Er zersprang wie eine Seifenblase, als plötzlich ein Vogel sang; und der Wind wehte, und die Welt war wie immer und doch nie mehr ganz so wie zuvor."

Aldous Huxley hatte die Fülle der Möglichkeiten zum Menschsein, die sich ihm in seinen Experimenten mit psychotropen Drogen zeigte, das menschliche Potential genannt. Maslow übernahm den Begriff als treffende Bezeichnung für die von ihm an besonders gesunden Menschen beobachtete Neigung zur Entfaltung wahrer Menschlichkeit, für die die Trieblehre Sigmund Freuds zu eng war.

Die etablierten Schulen der Psychologie hatten und haben keine anderen als psychopathologische Kriterien zur Verfügung für Menschen, die ganz und gar transparent waren fürs Wesen, die in dieser Welt waren, aber nicht von dieser Welt – Menschen wie Buddha, Moses, Jesus oder Mohammed. Dementsprechend fehlt ihnen auch die theoretische Basis für ein Verständnis jeglicher höheren Lust, wie zum Beispiel der Bereitschaft eines Liebenden, dem Dienst an der kranken Lebensgefährtin zuliebe auf sexuelle Befriedigung zu verzichten, eines KZ-Insassen, sein Brot mit einem anderen Verhungerten zu teilen, des Waldhüters im Amazonas, sich dem Wald zuliebe mit den Großgrundbesitzern anzulegen, und des Soldaten, dem verwundeten Kameraden zuliebe sein eigenes Leben zu wagen.

Für Maslow war die Neigung zur Entfaltung der Menschlichkeit einschließlich der Offenheit für geistige Erfahrung eine Eigenschaft menschlicher Natur. Hier blieb er zeitlebens ambivalent, ja befangen in seiner Wissenschaftlichkeit. Obwohl er bei seinen wissenschaftlichen Untersuchungen immer wieder menschliche

Zeugnisse für das Wirken einer göttlichen Kraft fand, verwahrte er sich doch stets gegen die Annahme der Existenz eines göttlichen, die menschliche Natur übergreifenden Seins. Anders ausgedrückt: Er bezeugte die Immanenz des Göttlichen in aller Wirklichkeit und scheute davor zurück, sich der Transzendenz Gottes zu beugen. Er lernte von seinen Studienobjekten, das Göttliche in uns zu sehen, doch blieb ihm der Friede des Ruhens in Gott vorenthalten. Er kommt mit seiner Formulierung vom menschlichen Potential dem Wesen zwar nah, ohne jedoch (zumindest in seinen Schriften) zum Wesen durchzustoßen. (Ein für ihn noch zu Lebzeiten peinlicher Nebeneffekt war, dass die, die in Wochenendkursen an Volkshochschulen und ähnlichen Institutionen die Entdeckung ihrer Buddhanatur betreiben, sich beliebig und auszugsweise seiner Ergebnisse zur Legitimation ihres Tuns bedienen.)

Charakter

Maslow beobachtet in seinen Studien – und Dürckheim berichtet das gleiche in seinen Darstellungen der Seinerfahrungen –, dass Menschen mit dem gesteigerten Bedürfnis nach Kontrolle dazu neigen zu leugnen, je Gipfelerlebnisse gehabt zu haben, weil sie nicht normal sind. Während diese Menschen berichten, sie hätten das nie jemand erzählt, weil sie dachten, sie seien vorübergehend verrückt gewesen, gibt Maslow zu bedenken, dass dies nicht etwa eine krankhafte Anwendung, sondern vielleicht der einzige klare Augenblick war, den die Person je hatte.

Die Art und Weise, in der wir alles streng unter Kontrolle halten, um normal zu erscheinen, nennen wir Charakter.

Die Art und Weise, in der wir alles streng unter Kontrolle halten, um normal zu erscheinen, nennen wir Charakter. Das Wort kommt aus dem Griechischen und bedeutet: Das Geprägte. Während unser Wesen bestimmt, wer wir im Prinzip – das heißt von Anbeginn – sind, definiert unser Charakter, wer wir unter dem Einfluss der Welt zu sein glauben.

Der Charakter ist die eingefleischte Geschichte unserer Sozialisierung, die psychosomatische Einheit der Erscheinung, der sichtbare Ausdruck unserer Kompromisse, die wir in früher Not geschlossen haben und die uns heute an die Illusion des Ich (Watts) glauben lassen. Stanley Keleman nannte Charakter die bevorzugte Weise, in der Welt zu sein. Charakter ist die bevorzugte Weise, von der Welt oder Teil der Welt zu sein, in der wir uns dem Wesen verstellen, unser geistiges Potential vergessen und unsere Talente vergraben halten, anstatt mit ihnen zu wuchern.

Wie kommen wir dazu, uns so festzulegen auf ein definiertes Repertoire an gewohnten Wahrnehmungen, Gefühlen, Gedanken und Handlungen? Die Antwort auf diese Frage verdanken wir der

Psychoanalyse und ihren Fortentwicklungen durch Wilhelm Reich, Alexander Lowen, Alice Miller und andere.

Das Neugeborene manipuliert seine Umwelt – das ist zunächst die Mutter – mithilfe seiner eingeborenen und weitgehend ausgereiften Emotionen (das sind Bewegungen aus dem Inneren nach außen), mit dem Ziel der Befriedigung seiner gegebenen Bedürfnisse beziehungsweise Erwartungen. Befriedigung wie Frustration werden wiederum emotional geäußert. Bei Befriedigung der Bedürfnisse gewinnt das Kind mit der Zeit Kompetenz und Selbstvertrauen im emotionalen Ausdruck, der ökonomischer und differenzierter wird.

Werden seine Erwartungen nicht erfüllt und seine entsprechenden Emotionen durch drohende Vernichtung, Vernachlässigung, Überforderung, Manipulation, Verführung, Unterdrückung, Missachtung, Verkennung et cetera beantwortet, dann lernt das Kind zunächst den emotionalen Ausdruck, bald jedoch die Wahrnehmung des Bedürfnisses und schließlich gar den Bedürfnisimpuls selbst durch Anspannung der entsprechenden Muskulatur zu unterdrücken. Der von Freud beschriebene Vorgang der Verdrängung ist demnach mit Muskelkraft geleistete Arbeit. Um zu bekommen, was sie brauchen, lernen Kinder die Luft anhalten, die Zähne zusammenbeißen, die Kehle verschließen, die Schultern hoch- und den Bauch einziehen, die Knie durchdrücken, den Hintern zusammenknöpfen und anderes mehr.

Doch der Mensch lernt wenig vom Halten und viel aus Erfahrung – das heißt, wir entwickeln uns in Bewegung (fahren). Dank der allem Tierreich eigenen Fähigkeit zur Fortbewegung, der Aggression, bewegen wir uns in Beziehung zu Objekten, und zwar auf sie zu, von ihnen weg oder gegen sie. Wir nehmen die damit verbundene innere Bewegung wahr als Empfindung, geben ihr Bedeutung als Gefühl und äußern sie als Emotion. Wer nun viel hält, bewegt sich entsprechend wenig, lernt wenig, fühlt wenig, äußert wenig und entwickelt wenig Selbstgefühl. Je weniger Selbstgefühl ein Mensch entfaltet, umso mehr lernt er, auf ein abstraktes Selbstbild, auch Image genannt, zu bauen, für dessen Bestätigung er auf andere Menschen angewiesen bleibt.

Die soeben beschriebenen Abwehrmechanismen werden – wie das Speicheln des Pawlowschen Hundes beim Klingelzeichen – im Körper eingefleischt als konditionierte Reflexe, die die Entfaltung des Wesens in der Person verhindern.

Wenn Sie, so wie Sie gerade sitzen, ein wenig die Schultern hochziehen, werden Sie die Umgebung automatisch als bedrohlich erleben; mit verbissenen Zähnen sehen die Mitmenschen weniger freundlich aus und mit durchgedrückten Knien verlieren Sie den Kontakt zum Boden wie zur Wirklichkeit. Alle Liebe um uns herum kann so nicht wahrgenommen werden; denn in der Abwehrhaltung, mit deren Hilfe wir vergangene leidvolle Erfahrung verdrängen können, sind wir auch verschlossen gegenüber jeder neuen, heilsamen Begegnung und provozieren die Wiederholung des bekannten Leids.

Diese ständige Wiederholung des Alten hindert uns an der Verwirklichung unseres Potentials, das sich uns offenbart einerseits als Bedürfnis ("Was will ich im Leben?") und andererseits als Auftrag ("Was will mich? Wozu bin ich eigentlich da?"). Der Freud'sche Wiederholungszwang ist, so gesehen, Wiederholungsnotwendigkeit. Die Notlösung von damals wird immer wieder die Not von heute.

Die Gewohnheit, uns zu schützen

vor den Schmerzen, die wir als Kinder erdulden

lernten, verbietet es uns, zu sein wie die Kinder,

und hindert uns so an wesentlicher,

an gegenwärtiger Erfahrung.

Die Gewohnheit, uns zu schützen vor den Schmerzen, die wir als Kinder erdulden lernten, verbietet es uns, zu sein wie die Kinder, und hindert uns so an wesentlicher, an gegenwärtiger Erfahrung.

Wie waren wir als Kinder? Wir waren Ausdruck unseres Wesens. Wir waren zunächst einmal einfach da, sodass wir dem Kasperl, der fragte, "Kinder, seid ihr alle da?", eindeutig zuschreien konnten: "Jaah!" Wir waren offen, wir waren voller Interesse, ganz Wahrnehmung, waren ängstlich und mutig, stark und verletzlich. Wir wussten, was stimmte – solange wir noch nicht auf richtig und falsch festgelegt waren – und sagten unsere Wahrheit. Wir kannten uns schon als ich und du, und ich anders als du, doch wir kannten uns – gemäß der menschlichen Neigung und Fähigkeit, mit dem anderen Menschen und mit aller Welt zu verschmelzen – auch noch als ich und du verbunden im Einen. Wir kannten uns selbst, wir wussten, wer wir waren, wir waren selbstverständlich wir selbst. Wir kannten unseren Wert als Geschöpf und liebten uns selbst und das Leben.

In dem Maße, in dem wir abgelehnt, bestraft, geächtet, fallengelassen oder gar am Leben bedroht waren für das, was wir vom Wesen her waren, lernten wir, uns selbst zu halten und uns so zu verhalten, wie die anderen uns wollten, indem wir uns die Haltungen einprägten, in denen die, die Macht über uns hatten, uns als normal ertragen konnten. So haben wir oft gelernt, uns vor uns selbst so gut zu verstecken, dass das Wesen uns nicht mehr finden kann. Das Selbstgefühl, mit dem das Kind selbstverständlich rief, "Ja, ich bin da!", und der Sinn für Stimmigkeit, mit dem wir die Welt wahrnahmen, wurden – unter dem Einfluss der Gegebenheiten und Bedingungen der Welt – im Lauf der Zeit zum Selbstbild und zur akzeptierten Rechtschaffenheit.

Die Konstruktion eines solchen Selbstbildes ist ein Ersatz für das im Wesen wurzelnde Selbstgefühl. Sie führt immer wieder nur zu einem Selbstbeweis, doch nie zu einer unmittelbaren Selbsterfahrung. Eine einfache Metapher soll das Gesagte deutlich machen: Boris Becker sitzt im Sessel und schaut auf dem Video Boris Becker und Stefan Edberg zu. Solange Boris Becker weiß, dass er es ist, der dort im Sessel sitzt, Coca-Cola schlürft und schaut, ist er bei sich. Wenn er aber anfängt, sich mit den Bildern, die einmal von ihm gemacht wurden und jetzt wiedergegeben werden, zu identifizieren, dann ist er befangen durch seine Identifikation und hat damit ein Problem: Da seine Möglichkeit zur direkten, konkreten Selbsterfahrung im Augenblick blockiert ist durch ein Bild, leidet er noch einmal an der Niederlage, die er längst überstanden hat.

Die Leere

Wo einst das Wesen in unserer selbstverständlichen Wahrnehmung stets präsent war, erlebt die im Charakter fixierte Persönlichkeit ein Loch. Der durch ein Selbstbild verstellte Zugang zum Wesen wird als Mangel erlebt wie das Fehlen von Wasser oder Vitamin C. Dieser Mangel ist verbunden mit dem stets mahnen-



den Grundgefühl, dass etwas Wesentliches fehlt. Ohne ein Wissen um das Wesen bleiben wir in einer undefinierten Sehnsucht hängen, die ungestillt bleibt wie jeder fehlgedeutete Hunger. In dieser Situation versuchen wir dann vergeblich, den Mangel zu kompensieren: Den Mangel an Präsenz durch Provokation von Beachtung, den Verlust des süßen Gefühls, lebendig zu sein, durch Sucht nach Süßem; den der Stille durch Betäubung und den des Selbstwerts durch Geltungssucht; den Mangel an wesentlichem Kontakt durch Beziehungssucht, den Verlust der Lebenslust und der Fähigkeit, mit der Welt zu verschmelzen, durch süchtigen Konsum von Sex; mangelnde Selbstwahrnehmung durch Vorwurf, den Mangel an sinnvollem Tun durch Arbeitswut, kreativen Ausdruck durch zwanghafte Getriebenheit; sinnhaftes Tun durch zwanghafte Leistung und den Verrat der Eigenart durch den Wahn, besonders sein zu müssen.

Fritz Perls sagte, der neurotische,
das ist der normale, konditionierte Mensch,
habe Löcher in seiner Persönlichkeit.

Fritz Perls sagte, der neurotische, das ist der normale, konditionierte Mensch, habe Löcher in seiner Persönlichkeit. In der Tat ist es so, dass, wenn wir unsere Ersatzhandlungen mit freundlicher Aufmerksamkeit beobachten, wir früher oder später bei dem großen schwarzen Loch landen, das gewöhnlich als Zeichen von Depression, das heißt Selbstunterdrückung gedeutet und gefürchtet wird: der Leere.

Hier liegt eine große Chance, die diejenigen immer wieder vertun, die der Angst Macht über sich einräumen – und wer täte das nicht – und vor dem Loch zurückweichen so schnell sie können, zurück zu ihren unwesentlichen Ersatzhandlungen. Wenn sie aber – durchaus mit Angst, aber auch mit Mut – beharrlich und aufmerksam bei diesem Loch verweilen, dann mag es geschehen, dass die Zeit ganz Gegenwart wird und sich ein Raum auf tut, der sich füllt mit dem, woran sie sich selbst wiedererkennen. Auf einmal sind sie dann einfach da, allein aber nicht einsam, sondern auf merkwürdige Weise verbunden. Oder sie empfinden Zuversicht, entschlossen ihren Weg zu gehen, selbst wenn sie noch nicht klar sehen, wohin der führt. Oder sie kommen in Kontakt mit einer Kraft, von der sie nichts wussten und die sie doch als zugehörig annehmen. Oder sie spüren Entschlossenheit, das Notwendige (das ist das, was die Not wendet) zu tun, auch wenn ihnen noch verborgen ist, was sie zu tun haben. Für manche erscheint, nachdem sie sich der Dunkelheit lange genug ausgesetzt und die Angst vor dem Vergehen, die oft mit dem Schmelzen verbunden ist, ertragen haben, die Welt in diesem Moment deutlicher, klarer oder heller, oder aber farbiger und weicher. Vielleicht sagen sie dann einfach nur: "Ach so!" und die Leere wird zum Tor zur Fülle.

Die heilsame Beziehung

Ich sprach am Anfang vom Wesen als Inbild. Zur Verwirklichung dieses Inbildes braucht die Person ein Vorbild oder Leitbild, wie die Jungianer sagen. Das kann die Mutter sein oder der Vater, ein Freund, der oder die Geliebte, der Mann oder die Frau, oder auch ein Therapeut. In der Beziehung zu einer Person, die den Kontakt zum Wesen nie ganz verloren oder aber wiedergefunden hat und

selbst beharrlich bemüht ist, die Tür offen zu halten, kann sich das Wesen in der Person zu wesentlichem Dasein entfalten.

Martin Buber unterschied zwischen Ich-Du- und Ich-Es-Beziehungen. In der Ich-Es-Beziehung sehen wir die Welt sachlich. Die Mutter, die bei der Geburt ihr neugeborenes Kind nicht erkennt, weil sie selbst wesensblind und darüber hinaus narkotisiert war, wird in der Folgezeit alles richtig machen, genug füttern und schmuse und rechtzeitig wickeln, und doch wird dem Kind etwas fehlen. Der Mann, der ein guter Mann ist, seine Frau sicher versorgt und ihr treu dient und vielleicht sogar ein toller Liebhaber ist, sie aber nicht erkennt jenseits von richtig und falsch, gut oder schlecht, frustrierend oder befriedigend, wird immer Zweifel haben, ob er der richtige Mann und sie die richtige Frau ist.

Ebenso ist es mit der Freundschaft zu sich selbst. Für Buber kann der Mensch sich selbst in seinem Wesen nicht finden als Ich-für-sich, also als Subjekt, das sich in einer Ich-Es-Beziehung sich selbst gegenüber wie zu einem Objekt verhält, sich damit selbst erst zur Sache macht und dann – gleichsam nachträglich – sich selbst wie einem anderen Ich gegenübertritt. Vielmehr ist der Mensch sich selbst von vornherein als Ich nur in einer ursprünglichen, unableitbaren Ich-Du-Beziehung gegeben; sein Sein ist bestimmt vom menschlichen Miteinanderdasein in einer gemeinsamen Welt, das sich im Dialog vollzieht.

Als Analytiker, Bioenergetiker, Gestalttherapeut et cetera arbeiten wir am Charakter: Der Patient leidet an einer Fixierung auf dieser oder jener Stufe, da muss man dieses oder jenes tun und so weiter – kausales Vorgehen also, wie in jeder naturwissenschaftlichen Therapie. Das ist Ich-ES-Beziehung. Dabei kann alles, was ich sachlich oder rational weiß, nützlich zum Tragen kommen. Doch ich verfehle so den anderen in seinem Wesen.

Der am Wesen orientierte Psychotherapeut
befindet sich in der Ich-Du-Beziehung
dem Patienten in unmittelbarer
Ausschließlichkeit gegenüber.

Der am Wesen orientierte Psychotherapeut befindet sich in der Ich-Du-Beziehung dem Patienten in unmittelbarer Ausschließlichkeit gegenüber. Es gibt im Moment dieser Beziehung nichts als sich und ihn oder sie in ihrer primären Verbindung im Wesen. Alles Ich-Es ist im Hintergrund verfügbar und wirksam als Handwerkszeug, doch nur dort, wo der Therapeut sich voll mit seinem eigenen Sein dem Sein des Patienten stellt, die Frau dem des Mannes, die Eltern dem des Kindes und so weiter kann es zu einer heilsamen Ich-Du-Beziehung kommen, die die entscheidende Voraussetzung für Menschwerdung ist.

Fazit: Am Charakter kennen, im Wesen erkennen wir einander.



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 beaglich. Sie können zwischen Zimmern mit unterschiedlichem Komfort wählen. Bitte kreuzen Sie die gewünschte Kategorie und eine Alternative auf unserem Anmeldeformular auf der Webseite an.

A5 Mehrbettzimmer	Duschen und WCs im Flur	55 €
A4 Mehrbettwohnung	mit Duschbad/WC	55 €
A3 Dreibettzimmer	Duschen und WCs im Flur	55 €
A2 Zweibettzimmer	Duschen und WCs im Flur	67 €
N2 Zweibettzimmer	mit Duschbad/WC & Telefon	80 €
N1 Einzelzimmer	mit Duschbad/WC & Telefon	98 €
H2 Gartenhaus Doppelbelegung	mit Duschbad/WC	86 €
H1 Gartenhaus Einzelbelegung	mit Duschbad/WC	110 €

Preise inklusive gesetzlicher Mehrwertsteuer. Für Einmietungen gelten gesonderte Preise. Preisänderungen in den Folgejahren behalten wir uns vor.

Alle Gruppengäste, die nicht in ZIST übernachten, zahlen zusätzlich zu den Mahlzeiten eine Tagespauschale von fünfzehn Euro.

Haustiere

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.

Küche

Die hochwertige 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.

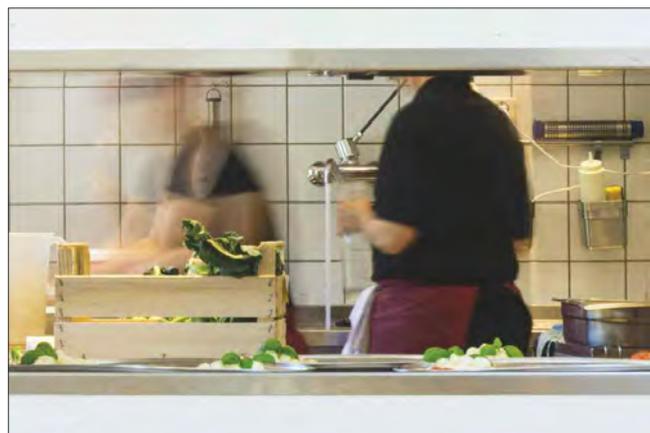
Telefon und Internet

In den Zimmern, die über Telefonanschlüsse verfügen, stehen kostenlos LAN Anschlüsse zur Verfügung. Im Vorraum zum großen Saal ist ein kostenloser WLAN Hotspot eingerichtet. Der Hotspot ist mit einer Zeitschaltuhr zwischen 8.00 h und 22.00 h freigeschaltet; in der Nacht ist der Hotspot nicht zugänglich, um die Nachtruhe nicht zu stören. Außerdem stehen in der Nische vor dem Meditationsraum ein Computer mit Internetzugang sowie zwei Kabelanschlüsse für Ihr eigenes Notebook zur kostenlosen Nutzung zur Verfügung.

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.



WISSENSWERTES



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 Leihfahrräder 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.



NI

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.

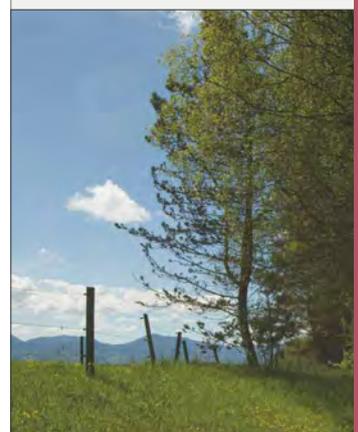
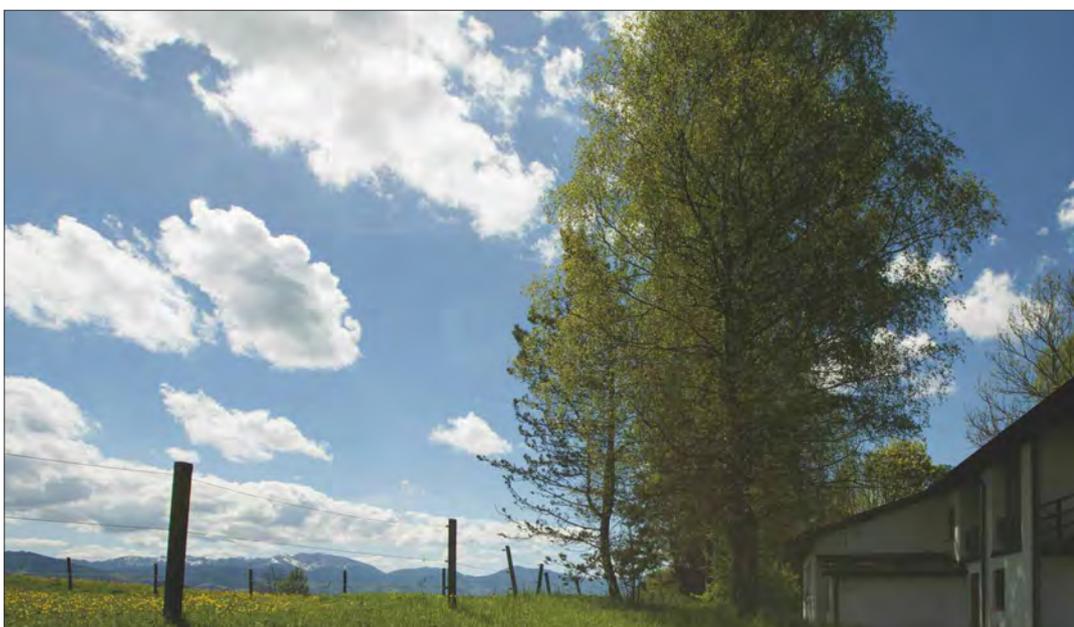
Kleidung

Sie brauchen in ZIST lockere, bequeme Kleidung, Sonnen-, Regen- und Kälteschutz und feste Schuhe sowie in den Zimmern und im Gruppenraum Hausschuhe oder Socken.

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.

Nach vorheriger Absprache ist eine individuelle Kinderbetreuung vor Ort in ZIST möglich. Bitte wenden Sie sich bei Interesse mindestens eine Woche vorher ans ZIST Büro.





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:

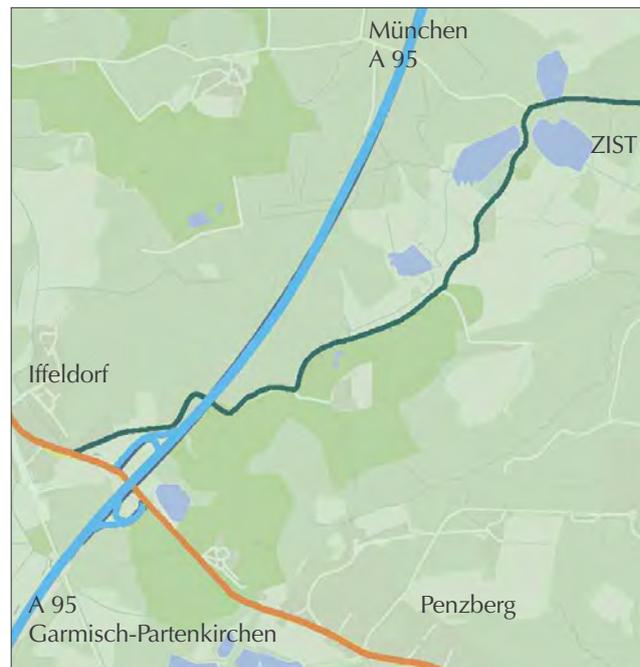
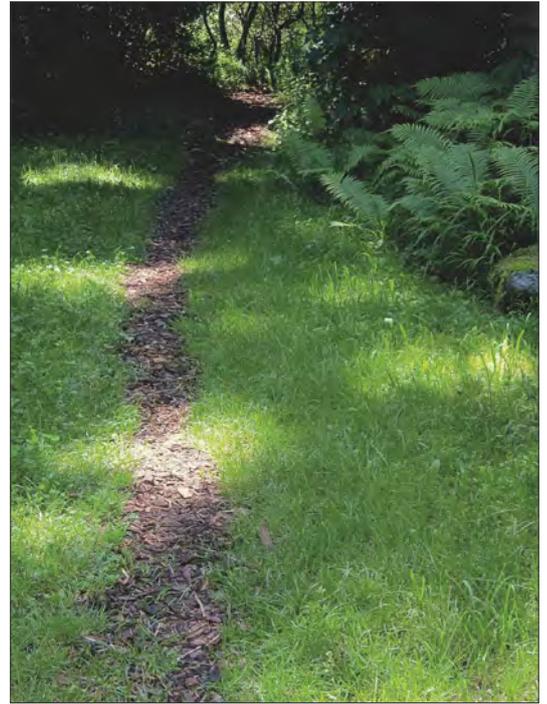
+49-8856-81844 oder +49-8856-2270

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.





WERBUNG

ZIST Programmheft

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 www.zist.de sowie über unseren Newsletter ZIST POST über aktuelle Änderungen.

Für eine kleine Spende als Zuschuss zu den Produktionskosten des Heftes sind wir Ihnen sehr dankbar.

zist.de

Auf unserer Webseite finden Sie unser aktuelles Programm sowie Informationen über Ausstellungen in ZIST und neue Veröffentlichungen und Interviews von und mit unseren Referentinnen und Referenten. Ebenso gelangen Sie an die Seiten der *ZIST Akademie für Psychotherapie*, der *Institutsambulanz* sowie des *ZIST Förderverein e. V.*

Newsletter ZIST POST

Unser Newsletter erscheint regelmäßig monatlich. Ihm können Sie Informationen über aktuelle Highlights und eventuelle Änderungen des Programms, über Aktivitäten von Wolf Büntig und Kunstausstellungen in ZIST sowie andere Neuigkeiten aus ZIST entnehmen. Fordern Sie die ZIST POST einfach über unsere Webseite www.zist.de an.

ZIST auf Facebook

ZIST und die *ZIST Akademie für Psychotherapie* sind mit den jeweiligen aktuellen Informationen auch auf Facebook präsent. Wir freuen uns, wenn Sie uns folgen.

Ihre Empfehlung ist unsere beste Werbung

Natürlich müssen wir unser Angebot bewerben, damit unsere Veranstaltungen gut gebucht werden und wir Ihnen weiterhin das Programmangebot unterbreiten können, das unserem Qualitätsanspruch gerecht wird. Wir freuen uns daher immer besonders über Ihre persönliche Weiterempfehlung in Gesprächen mit Freunden und Bekannten, denn das ist die beste Werbung für uns.



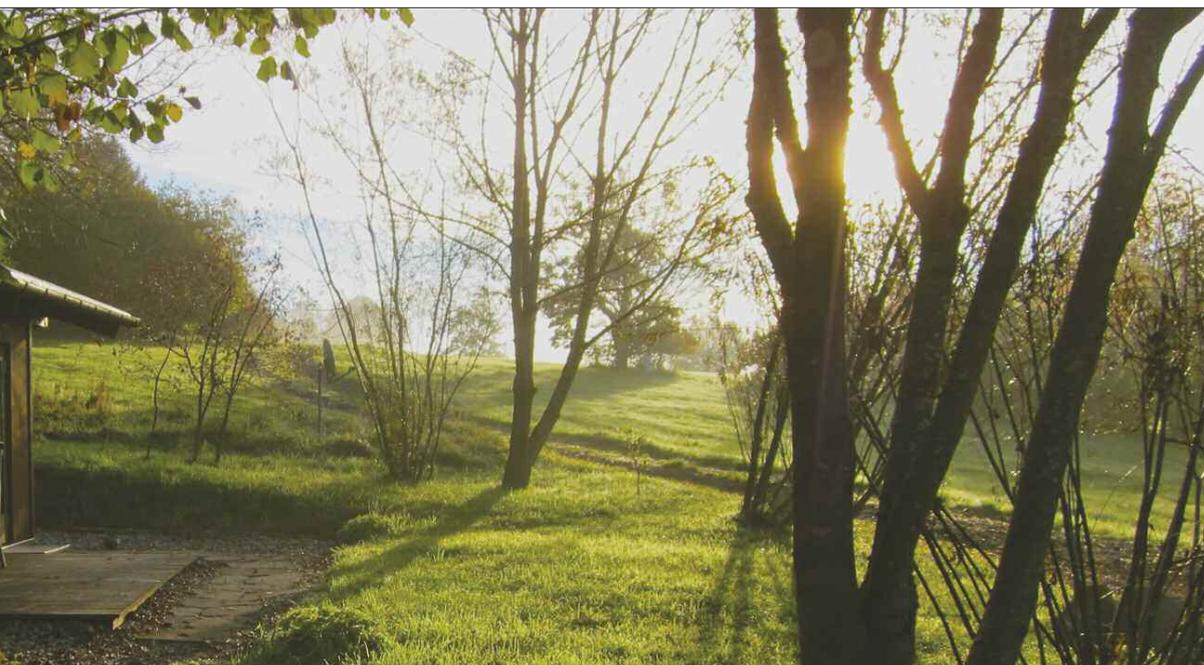
ZIST

<https://www.facebook.com/pages/ZIST-gemeinnutzige-GmbH/810357982353329?ref=hl>



ZIST Akademie

<https://www.facebook.com/ZIST.Akademie/?fref=ts>



Das Gartenhaus, Unterkunft mit Blick auf die Berge – allein oder zu zweit.

Es lohnt sich also immer mal wieder hineinzuschauen, auch wenn Sie nicht unmittelbar nach Veranstaltungen suchen.

zist-akademie.de

Die *ZIST Akademie für Psychotherapie* finden Sie auch unter dieser eigenen Adresse.

Wenn Sie sich verbunden fühlen, können Sie auch 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-Frederiks: E-Mail: heike.brandt-frederiks@zist.de oder Telefon +49-8856-936914. Vielen Dank!





SEMINARHAUS

Einmietungen in ZIST Penzberg

Auch wenn die Auslastung unseres Hauses mit eigenen Gruppen sehr gut ist, vermieten wir gerne – wenn es terminlich möglich ist – unsere Seminarräume. Bitte wenden Sie sich bei Interesse direkt an Irene Hansel:

E-Mail: hansel@zist.de oder

Telefon +49-8194-999638

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.

Wir haben in den vergangenen Jahren vieles investiert, zum Beispiel in unsere neue Webseite www.zist.de, in individuelle Verwaltungssoftware für die *ZIST Akademie für Psychotherapie*, in die Modernisierung der Küche und in Instandhaltungsarbeiten an den Häusern. Solche Kosten decken wir nicht so ohne Weiteres durch den laufenden Betrieb und auch deswegen sind wir dankbar für – kleine und große – Spenden.

Förderung der Teilnahme an unseren Veranstaltungen im Bereich Selbsterfahrung durch den ZIST Förderverein e. V.

Für Menschen in finanzieller Notlage besteht die Möglichkeit zur Kostenübernahme bis zu 50 % der Kursgebühr für Workshops zur Selbsterfahrung durch den *ZIST Förderverein e. V.*

Wenden Sie sich im Bedarfsfall gerne an Heike Brandt-Frederiks im ZIST Büro, Telefon +49-8856-936914. Wir behandeln Ihr Anliegen selbstverständlich vertraulich.



Kunst im Seminarhaus

Wir haben die Dauer unserer Kunstausstellungen in ZIST auf jeweils sechs Monate verlängert. Der erste Tag einer neuen Ausstellung wird jeweils sonntagnachmittags in einer Vernissage im Café mit Live-Musik gefeiert. Die Termine für die Ausstellungen und Vernissagen können Sie unserer Webseite entnehmen und wir informieren Sie in unserem Newsletter darüber. In Penzberg und Umgebung sowie in der Umgebung der ausstellenden Künstler liegen Faltblätter mit Informationen über die Kunst und ihre Künstler aus.

Außerdem gibt es eine ständige Ausstellung im Innenhof von ZIST, auf der wir Skulpturen von Thomas Grünwald und Max Strack präsentieren.





TEAM

Ein herzlicher Dank an unser gesamtes Team

Unsere Arbeit in ZIST wird durch den Einsatz aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter möglich gemacht und getragen.

Unsere Kolleginnen und Kollegen, die sich für die Betreuung der Gäste, der Referentinnen und Referenten, für Planung und Organisation der Veranstaltungen, die gute und achtsame Atmosphäre am Platz, die Gestaltung und Pflege des Gartens und der Wohnbereiche, die gute vegetarische Küche, die flexibel auf Bedürfnisse unserer Gäste eingeht, sowie die Kolleginnen aus der *ZIST Akademie für Psychotherapie*, die mit großem Einsatz für die Psychologinnen und Psychologen da sind, sind neben der jahrzehntelangen Erfahrung und der inhaltlichen Ausrichtung, die Wolf Büntig unermüdlich erschaffen und erneuert hat, unser Kapital.

Wir bedanken uns herzlich für den Einsatz all unserer Kolleginnen und Kollegen und freuen uns auf viele weitere Jahre, in denen wir diesen Weg mit Offenheit, Kompetenz und Herz zusammen weitergehen wollen.

Wolf Büntig

- Geschäftsführung,
- Leitung *ZIST Akademie für Psychotherapie*
- Bunda S. Watermeier
- Leitung Programm, Marketing, Corporate Design
- Heike Brandt-Frederiks
- Leitung Verwaltung und Personal
- Alexander Lippert
- Leitung Controlling

Karin Enz Gerber und Andreas Gerber bei einem musikalischen Ständchen

80 Jahre

Im letzten Jahr haben wir den achtzigsten Geburtstag von Wolf Büntig zusammen mit dem gesamten ZIST Team, Wolfs Familie und Freunden gefeiert.

Es war ein leichtes, ausgelassenes und herzliches Fest, auf dem gelacht und geweint, musiziert, rezipiert, getanzt und gesungen wurde.

Wir wünschen uns noch viele weitere Jahre – und solche Feste – mit Wolf!

Wolf Büntig umgeben vom ZIST Team, Freunden und Familie





1. Anmeldung und Bestätigung

Bitte

- melden Sie sich über unsere Internetseite www.zist.de beziehungsweise per Post, Fax oder persönlich im ZIST Büro mit einem Anmeldeformular an, das wir Ihnen, wenn Sie keinen Zugang zum Internet haben, auf Anfrage gerne zusenden,
- 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 schnellstmöglich – 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
Sparkasse Oberland
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 10 % Ermäßigung auf die Kursgebühr für Workshops zur Selbsterfahrung (blaue Kennzeichnung im Programmheft)

- wenn Sie Mitglied im *ZIST Förderverein e. V.* sind oder
- wenn Sie ein in Lebensgemeinschaft lebendes Paar sind.

(In ausgewiesenen Paargruppen ist die Ermäßigung bereits in der Kursgebühr berücksichtigt).

Für Menschen in finanzieller Notlage besteht die Möglichkeit zur Kostenübernahme bis zu 50 % der Kursgebühr (für Workshops zur Selbsterfahrung oder am Klausurprogramm *Alltag als Übung*) durch den *ZIST Förderverein e. V.*

Wenden Sie sich gerne im Bedarfsfall an Heike Brandt-Frederiks im ZIST Büro, Telefon +49-8856-936914. Wir behandeln Ihr Anliegen selbstverständlich vertraulich.

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 Stornogebühren 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 abzu-

sagen, 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

Die Experten für erfolgreiche Traumatherapie

MARK WOLYNN
Dieser Schmerz ist nicht meiner
Wie wir uns mit dem seelischen Erbe unserer Familie aussöhnen
Kösel

304 S. | € 17,99 [D] | ISBN 978-3-466-34655-4
Auch als E-Book erhältlich

Peter A. Levine
Trauma und Gedächtnis
Die Spuren unserer Erinnerung in Körper und Gehirn
Wie wir traumatische Erfahrungen verstehen und verarbeiten
Kösel

240 S. | € 24,99 [D] | ISBN 978-3-466-34619-6
Auch als E-Book erhältlich

FRANZ RUPPERT
HARALD BANZHAF
**Mein Körper
mein Trauma
mein Ich**
Anliegen aufstellen – aus der Traumabiografie aussteigen
Kösel

368 S. | € 29,99 [D] | ISBN 978-3-466-34644-8
Auch als E-Book erhältlich

Kösel

www.koesel.de



Band 1 – VERHALTENSTHERAPIE-WISSEN So gelangen Sie zu einem tiefen Verständnis des Menschen und seiner Symptome

Können baut auf Wissen auf und Therapie auf Verstehen. Um zu dem notwendigen tiefen Verständnis des Menschen zu gelangen, der zu Ihnen in Psychotherapie kommt, ist ein profundes Wissen unverzichtbar:

- umfangreiche empirische Forschung aus Psychologie und Neurobiologie und andererseits
- aktuelle wissenschaftliche Erkenntnis und Theoriebildung.

Das hilft,

- zu einer stimmigen Fallkonzeption,
- einer klaren Therapiestrategie und
- einer effektiven Behandlung zu gelangen und
- eine sichere und souveräne therapeutische Haltung einzunehmen.

Wissen, das man gern griffbereit hat.

ISBN 978-3-86294-046-2 | Hardcover DIN A 4 | ca. 360 S. | 59,- € | Okt. 2017

Band 2 – VERHALTENSTHERAPIE-PRAXIS Alles, was Sie für eine gute Therapie brauchen

Moderne kognitive Verhaltenstherapie mit ihren

- störungsspezifischen evidenzbasierten Therapien,
- störungsübergreifenden Interventionen und
- der Wirkungskraft des Expositionsprinzips
- auf dem Erkenntnis- und Kompetenzstand der Verhaltenstherapie der dritten Welle,
- fokussiert auf Emotionsregulation,
- korrigierenden Beziehungserfahrungen,
- Metakognition und Entwicklung des Denkens und Fühlens; dazu die Perspektive der evidenzbasierten Strategisch-Behavioralen Therapie
- schemaanalytisch (dysfunktionale Überlebensregel) und
- funktionsanalytisch (Reaktionskette zum Symptom):
- Alle wichtigen Interventionen anschaulich beschrieben
- von der ersten Therapiestunde mit dem ersten Patienten an.

Ein Therapiebuch als ständiger Begleiter.

ISBN 978-3-86294-047-9 | Hardcover DIN A 4 | ca. 330 S. | 59,- € | Okt. 2017

▶ **Spezialangebot** Band 1 – VT-Wissen und Band 2 – VT-Praxis | ISBN 978-3-86294-049-3 | 99,- € ◀



Kurzzeittherapie ist eine Kunst, wenn sie erreichen soll, dass der Patient anschließend keine weitere Therapie mehr braucht. Sie wird effektiv, wenn strategisch vorgegangen wird – nachdem ein tiefes und recht umfassendes Verständnis des Menschen zu einer stimmigen Fallkonzeption geführt hat.

Die Strategie wirksamer Kurzzeittherapie

- gründet auf einem tiefen Verständnis des Patienten,
- entspringt einem ganzheitlichen integrativen Menschenbild,
- konzipiert klar den Therapiefall,
- ist in der Anwendung auf den individuellen Menschen bezogen,
- geht einerseits empathisch mit dessen emotionalem Erleben mit,
- fordert ihn andererseits zu neuen Wagnissen heraus,
- die ihm die Erfahrung vermitteln, dass er einer sein darf und kann,
- der sein Leben und seine Beziehungen selbstbestimmt auf eine neue Weise angeht.

ISBN 978-3-86294-048-6 | Broschur 21 x 25 cm | 332 S. | 49,- €

Für PsychotherapeutInnen, die sich in Kurzzeittherapie einarbeiten wollen.

EINFACH LIEBE

Entspannte Sexualität leben



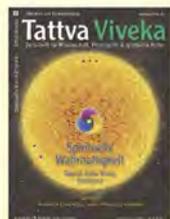
Das Einfach Liebe Retreat mit Ela und Volker Buchwald.

Kommende Termine für den fünftägigen Prozess: www.einfach-liebe.de

Wir unterstützen Paare, ihre Liebe warm, lebendig und herzerfüllend zu erfahren.

Tattva Viveka

Zeitschrift für Wissenschaft, Philosophie & spirituelle Kultur



Unsere Mission:
Die Verbindung von
Wissenschaft und
Spiritualität

»Der erste Trunk aus dem Becher der Naturwissenschaften macht atheistisch, aber auf dem Grund des Bechers wartet Gott.«
(Werner Heisenberg, Physiker und Nobelpreisträger)

»Mehr als von allem anderen hängt die Zukunft der Zivilisation davon ab, inwieweit die beiden kraftvollsten Mächte der Geschichte – Wissenschaft und Religion – es vollbringen, zueinander in Beziehung zu treten.« (Alfred North Whitehead, Mathematiker und Philosophieprofessor in Harvard)

Tattva Viveka ist eine philosophisch-spirituelle Zeitschrift für wissenschaftlich interessierte Leserinnen und Leser. Wir helfen Ihnen bei der Unterscheidung zwischen oberflächlichen Halbwahrheiten und echten spirituellen und wissenschaftlichen Erkenntnissen. Tattva Viveka steht für die Verbindung von Wissenschaft und Spiritualität. Wir kombinieren wissenschaftliche Fakten z.B. aus der Hirnforschung mit weltreligiösen Lehren wie Buddhismus und Meditation. Wir stehen für unabhängigen Journalismus und gehen in die Tiefe! Wir verbinden die Welten!

Das Abo und eAbo

Das Print-Abo: 4 Ausgaben/Jahr für nur 30,00 € (incl. Versand, Ausland 44,00 €, Schweiz 38,00 €)

Das eAbo: 4 Ausgaben/Jahr für nur 20,00 € portofrei (Lieferung als Pdf)
Die Abos sind fortlaufend, Kündigung jederzeit möglich.

Ausführliche Themenübersicht mit Recherchefunktion und Bestellmöglichkeit auf unserer Homepage: www.tattva.de
Kontakt: Tel. 030-2200 2332, redaktion@tattva.de



79.000 Fans!
[facebook.com/tattva.viveka](https://www.facebook.com/tattva.viveka)



Super-Angebot:
Digitales Testabo für 4,00 €/4 Ausgaben:
www.tattva.de/testabo

Mit Abo-Prämie!

Bestellen Sie ein Jahresabo und erhalten Sie biologisch angebauten Urwaldkaffee, Rohkostsnacks oder einen Einkaufsgutschein im Wert von 15 € als Abo-Prämie dazu!

www.tattva.de

40 Jahre
1978 – 2018

Odenwald-Institut
der Karl Kübel Stiftung



Jubiläumsprogramm

ab Oktober 2017 abrufbar
www.odenwaldinstitut.de



Seminare, Aus- und Weiterbildungen für Familie, Beruf und Persönlichkeit

Kompetenz und Persönlichkeit

Beraten, führen, leiten Kommunikation, Konfliktmanagement, Organisationsberatung, Teamarbeit ...

Methodentrainings Coaching, Supervision, systemische Beratung, Mediation, TA, TZI, NLP, Train the Trainer ...

Pädagogische & therapeutische Konzepte Somatic Experiencing®, LernCoach, Paartherapie, Multiplikator/in für Kinder- und Familienzentren ...

Gesundheit & Körper Progressive Muskelentspannung, Feldenkrais, Hypnosystemisches Coaching, Taijiquan ...

Selbsterfahrung & Achtsamkeit MBSR, Meditation, Resilienz, Empowerment, Work-Life-Balance ...

Kreativität Ausdrucksmalen, Stimme, Musik, Gesang ...

Frauen, Männer, Partnerschaft

Karl Kübel Akademie für Führung, Personalentwicklung und Coaching



Werteorientierte und Sinnstiftende Unternehmens- und Mitarbeiterführung, Leadership, Personal- und Organisationsentwicklung, Betriebliches Gesundheitsmanagement, Achtsamkeit ...

Forum Familie

Kurse und Angebote in den Ferien, an Festen und Feiertagen für Familien, Kinder und Jugendliche

Anerkannte Zusatzqualifikationen und akkreditierte Weiterbildungen, Bildungsurlaub, Förderungen.

Eigenes Seminarzentrum mitten im Grünen.



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

Schamanismus der Huichol Indianer



Die heilende Kraft der Natur



Mit dem bekannten
Schamanen und Heiler

Brant Secunda

Patagonien Retreat

18. – 25. Februar 2018, Los Lagos, Chile

Altes Wissen für die Neue Zeit

3. – 8. April 2018 und 26. – 31. Oktober 2018,
ZIST, Penzberg

Das Land der Götter

11. – 20. April 2018, Kreta, Griechenland

Ein Fest des Frühlings

1. – 10. Juni 2018, Mt. Blanc, Italien

Sommertreffen

17. – 22. August 2018, Lychen, Brandenburg



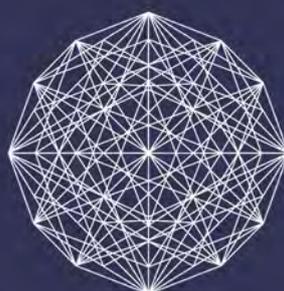
DANCE OF THE DEER FOUNDATION
CENTER FOR SHAMANIC STUDIES

Info + Anmeldung: info@schamanismus.eu
Tel: 0821 – 24 32 330, www.shamanism.com

PSYCHOSOMATISCHE BERATUNGSSTELLE

*für Krebskranke,
psychosomatisch Kranke und Angehörige
– auch Kinder und Jugendliche*

bis 2004
ZIST zugehörig



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.

www.psychosomatische-beratungsstelle.de

Richard-Wagner-Str. 9
80333 München

info@psychosomatische-beratungsstelle.de

T 089 52 64 63
F 089 542 02 65



Landeshauptstadt
München
Referat für Gesundheit
und Umwelt

bezirk  oberbayern



Heidehof
Stiftung



DER PARITÄTISCHE
VERBAND

ZIST


40 Jahre
 1978 – 2018

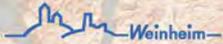

Odenwald-Institut
 der Karl Kübel Stiftung

Jubiläumsprogramm
 ab Oktober 2017 abrufbar
www.odenwaldinstitut.de

Veranstaltungen

2. – 3. November 2017
 Weinheim an der Bergstraße

Symposium
Angst, Scham, Trauma
 Ursachen, Auswirkungen und professionelle Begleitung

In Kooperation mit


Methoden à la carte
Methoden · Kulinarisches · Atmosphäre
 für Personalverantwortliche, Firmeninhaber/innen,
 Führungs- und Leitungskräfte

Themen
 Systemisch um die Ecke gedacht,
 Train the Trainer, Achtsamkeit im Beruf,
 Überzeugend und ausdrucksstark –
 Ihre Stimme im Beruf

Eine Veranstaltung der Karl Kübel Akademie
 24. Oktober 2017 / 17 – 21 Uhr / Weinheim

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

VORANKÜNDIGUNG
 TRAUMATHERAPIE WEITERBILDUNG IN ZIST


SOMATIC EXPERIENCING


 Mit Doris Rothbauer
 Februar 2020 bis Herbst 2022

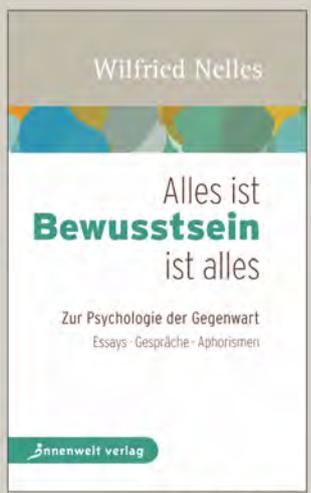
Beginn:
 Mo., 24.2., 18.30 h – So., 1.3.20, 14.00 h
 Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 80.20

Mehr Informationen:
 Seite 51 in diesem Heft
www.zist.de



Wir können nur das sehen
 und erkennen, was erscheint.
 Alles andere ist bloßer Gedanke,
 bloße Theorie und unwirklich.
 Das, was erscheint, ist unendlich –
 unendlich weit, unendlich vielfältig
 und unendlich tief.

W. Nelles



ISBN 978-3-94252-02-52-8
 (D) 18,95 € - (A) 19,50 €

innenwelt-verlag.de

Veronica Fischer  **BEWEGEN**

FORTBILDUNG Somatische Körperarbeit
 Beginn Januar 2018 | 6 Module à 3 Tage
 Mögliche Orientierungstage:
 14./15. Oktober 2017 Tanztendenz München
 28./29. Oktober 2017 Spielraum Finning
 18. November 2017 Haus Maria Thalkirchen

www.veronicafischer.de

„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



Wege

Österreichs größte, unabhängige Zeitschrift für • Lebensart • Gesundheit • Beziehungen

Alle Infos auf www.wege.at

Probexemplar anfordern!
www.wege.at/bestellen

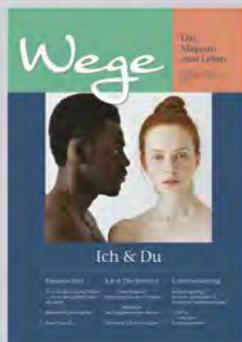
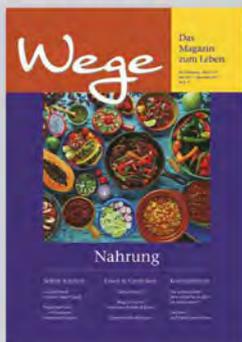
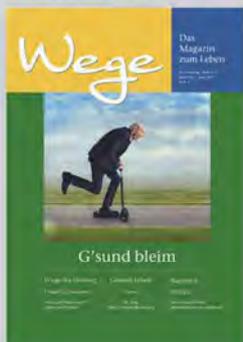
Das
Magazin
zum Leben

27. Jahrgang

1/17 „G’sund bleim“

2/17 „Nahrung“

3/17 „Ich & Du“



Lebenshilfe und Selbstreflexion zum Lesen

Jede WEGE-Ausgabe bietet inspirierende, philosophische, kritische, satirische Beiträge zu verschiedenen Lebensbereichen und aktuellen Themen. **Unabhängig, ganzheitlich, informativ, anregend...**

4x jährlich

Jede Ausgabe hat ein Schwerpunktthema. Jahres-Abo in Österreich: Eur 25,-; BRD: 30,-

Ausgabe 4/17 erscheint im Jänner 2018 zum Thema „ArbeitsLeben“.

Probexemplar, Bestellungen & Infos auf www.wege.at/bestellen
per mail: redaktion@wege.at oder Tel. +49 (0)7676 / 7017



Einfach. Besser. Leben ☺

- WEISHEIT
- WOHLFÜHLEN
- NACHHALTIGKEIT
- INSPIRATION

Besuchen Sie uns auf www.visionen.com

Abos und Einzelhefte über www.visionen-shop.com

info@visionen.com - Tel. 07764/93 970
Visionen, Sägestraße 37, 79737 Herrischried



**AUSBILDUNG ZUM
TAKETINA RHYTHMUSPÄDAGOGEN**
Leitung: Reinhard Flatischler
Co-Leitung: Astrid Bosshard und
Andreas Wittwer

Juni 2019 bis Mai 2021
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 82.19

Mehr Informationen:
Seite 48 in diesem Heft
www.zist.de
www.powerofrhythm.com




DIAMOND APPROACH WORKSHOPS IN ZIST 2018

Byron Brown: SOUL WITHOUT SHAME
May 29 – June 3, 2018 (Tuesday, 6.30 p.m. – Sunday, 2.00 p.m.)

Florentin Krause: SEX UND ESSENZ
Fr., 30.3., 18.30 h – Di., 3.4.18, 14.00 h

Jeanne Rosenblum: ONGOING INQUIRY
May 25 – 29, 2018 (Friday, 6.30 p.m. – Tuesday, 2.00 p.m.)

Kyo Verberk, Robbert Verschuur, Marko Rinck, Gertraud Eder-Büntig:
THE HEART OF LIFE (1) COURAGEOUS HEART
January 19 – 21, 2018 (Friday, 6.30 p.m. – Sunday, 2.00 p.m.)
THE HEART OF LIFE (2) LOVING KINDNESS
August 3 – 5, 2018 (Friday, 6.30 p.m. – Sunday, 2.00 p.m.)
THE HEART OF LIFE (3) HEART'S DESIRE
December 14 – 16, 2018 (Friday, 6.30 p.m. – Sunday, 2.00 p.m.)

Mehr Informationen / more information:
Seite 33 und 34 in diesem Heft / page 33 and 34 in this brochure
www.zist.de





So können Sie uns erreichen

ZIST Büro
info@zist.de
+49-8856-93690

Verwaltung
Heike Brandt-Frederiks
heike.brandt-frederiks@zist.de
+49-8856-936914

Programm
Bunda S. Watermeier
watermeier@zist.de
+49-8856-9367648

**Programmorganisation/
Einmietungen
für Gastgruppen**
Irene Hansel
hansel@zist.de
+49-8194-999638

Haustechnik
Volkmar Tenschert
haustechnik@zist.de

ZIST AKADEMIE

**Organisation
Praxisbüro**
Bettina Rauh
bettina.rauh@zist-akademie.de
+49-8856-936917

Studienbüro
Franziska Borth
franziska.borth@zist-akademie.de
+49-8856-936916

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 E. Bütig
Zist 3, 82377 Penzberg, Deutschland

BANKVERBINDUNGEN

Gläubiger-Identifikationsnummer im
SEPA-Lastschriftverfahren: DE36ZZZ00000461526

Sparkasse Oberland
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

ZIST SEMINARZENTRUM

Geschäftsführung
Dr. med. Wolf E. Bütig

ZIST PROGRAMM

Leitung und Redaktion, Gestaltung
Bunda S. Watermeier

Organisation, Lektorat
Irene Hansel

PROGRAMMHEFT AUSGABE 2018

Bilder
Regina Lord, www.creativekismet.com

Fotos
Stefan Höcherl, Verena Nitschke,
Clemens Bütig

Druck
Papyrus Media GbR, Penzberg
info@papyrus-media.de

V. i. S. d. P. Programmheft Ausgabe 2018
Dr. med. Wolf E. Bütig

SEMINARHAUS ZIST PENZBERG

Leitung Verwaltung, Personal
Heike Brandt-Frederiks

Leitung Marketing, Corporate Design
Bunda S. Watermeier

Leitung Controlling
Alexander Lippert

Buchhaltung
Sigrid Haas

Küche
Wolfgang Stangl

Haustechnik
Volkmar Tenschert

Gästehaus

Sabine Schwarz
Gestaltung Gebäude und Gelände
Verena Nitschke

ZIST BEIRAT

Maja Bütig-Ludwig
Feldenkrais Lehrerin,
Mitarbeitervertretung

Prof. em. Dr. Willi Butollo
Lehrstuhl Klinische Psychologie und
Psychotherapie, LMU München

Prof. Dr. Gerald Hüther
Biologe, Leiter der Zentralstelle für
Neurobiologische Präventionsforschung
der Universitäten Göttingen und
Mannheim/Heidelberg

Dr. Till Uwe Keil
Wissenschaftspublizist, München

Prof. Dr. Luise Reddemann
Honorarprofessorin für Psychotraumatologie (PITT) und psychologische Medizin an der Universität Klagenfurt

ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE

Leitung
Dr. med. Wolf E. Bütig
Dr. med. Dieter R. Horn

Organisation
Bettina Rauh

Studienbüro
Franziska Borth

ZIST AKADEMIE AUSBILDUNGSRAT

Mona Bielitzer
Ärztin, in Ausbildung zur Fachärztin für
Psychiatrie und Psychotherapie

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

Dr. med. Wolf E. Bütig
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

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

Arno Remmers
Arzt/Psychotherapie, Dozent und Lehrtherapeut für tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie

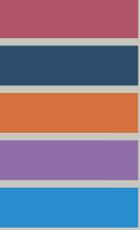
Die Sprecherinnen beziehungsweise Sprecher der Psychologischen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten in Ausbildung (PiA) an der ZIST Akademie.

ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE
WISSEN DURCH ERFAHRUNG

Staatlich anerkannte Approbationsausbildung
in tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie
sowie Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie

Integrative Ausbildung vor dem Hintergrund
der Humanistischen Psychologie –
psychodynamisch, intersubjektiv und potentialorientiert

www.zist-akademie.de



ZIST – MENSCHLICHES POTENTIAL ENTFALTEN

SELBSTERFAHRUNG

FORT-, WEITER- UND AUSBILDUNG

WEITERE ANGEBOTE

ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE

- Persönliches Wachstum
- Männer, Frauen, Kinder – Beziehungen
- Gesundheit, Vorsorge, Selbstheilung
- Kreativität
- Spiritualität
- Spiritualität – Diamond Approach
- Fortlaufende Selbsterfahrungsgruppe
- Klausurprogramm *Alltag als Übung*

■ Fortbildung – Workshops

■ Fortbildung – Serien

■ Längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen

■ Einführungen

■ Vorträge

■ ZIST Akademie für Psychotherapie

ZIST gemeinnützige GmbH

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**

Besuchen Sie uns auch auf Facebook.

www.zist.de
www.zist-akademie.de