

-  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
- Onlineworkshops

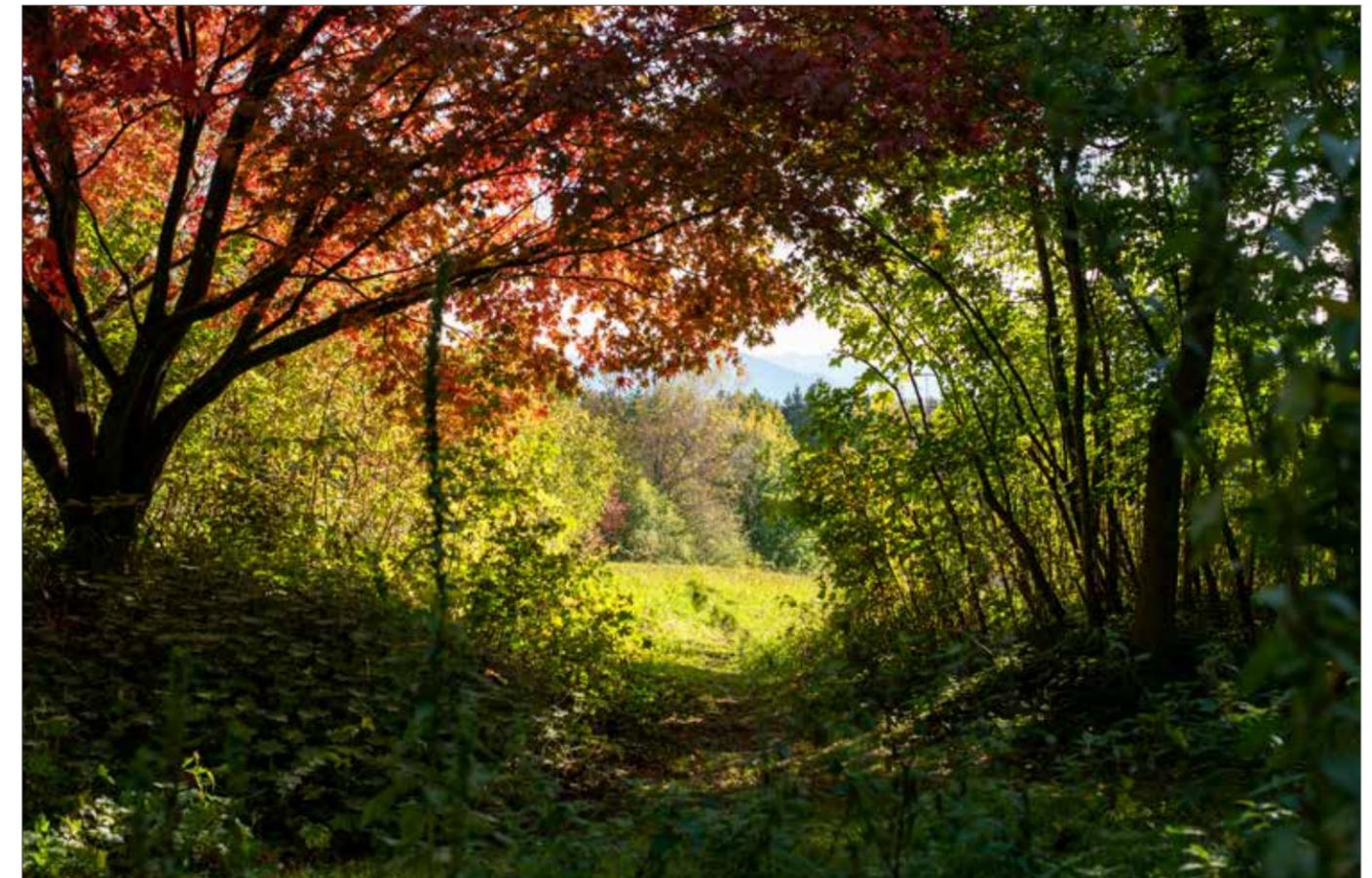
- Fortbildung – Workshops
- Fortbildung – Serien
- Längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen
- Postgraduale Workshops

- Einführungen
- Vorträge

- ZIST Akademie für Psychotherapie
- ZIST Institutsambulanz

PROGRAMM 2023

50 JAHRE ZIST MENSCHLICHES POTENTIAL ENTFALTEN



ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE · ZIST



Wir sollten herausfinden, vom wem wir sprechen, wenn wir *ich* sagen.

Wolf Bütig



Silke Watermeier

50 Jahre ZIST

Liebe Leserinnen und Leser,

2023 wird ZIST 50 Jahre alt ... oder jung. 50 Jahre sind eine lange Zeit für ein Zentrum, ein Seminarhaus, ein Institut, das sich der Entwicklung menschlichen Potentials vor dem Hintergrund der Humanistischen Psychologie verschrieben hat. Unter dem Eindruck der Erlebnisse, die Wolf Bütig und Christa Bütig in Esalen (Kalifornien), der Wiege der Human Potential Bewegung, gemacht hatten und die sie dazu bewogen, ihre Erfahrungen nach Deutschland zu bringen, fanden die beiden 1970 das Anwesen Zist in Penzberg. Es wurde gebaut und entwickelt, der Seminarbetrieb mit Selbsterfahrungsgruppen begann. Was als Verein begann, hat sich im Laufe der Zeit zu einer gemeinnützigen GmbH gewandelt. Die Workshops zur Selbsterfahrung – häufig geleitet von Pionieren der Humanistischen Haltung von Weltrang – hatten einen wunderschönen Platz im bayerischen Voralpenland gefunden.

Und nun nach 50 Jahren und nachdem in den 1990er-Jahren der – immer noch sogenannte – Neubau errichtet worden ist, soll wieder gebaut und entwickelt werden. Die Immobilie, deren Mieter die *ZIST gemeinnützige GmbH* ist (und immer war), hat nach dem Tod Wolf Bütigs einen neuen Eigentümer gefunden. Wir (die gGmbH) werden auch weiterhin Mieter sein, es gibt ein verbrieftes Mietrecht über die nächsten 20 Jahre. Zu den Vereinbarungen mit dem neuen Eigentümer gehört, dass umfangreiche Renovierungs- und Modernisierungsmaßnahmen bis hin zu Neubauten erfolgen sollen. Geplant sind diese Maßnahmen bei laufendem Betrieb beginnend in 2023 – passend zum 50-jährigen Jubiläum. Wir freuen uns darüber, auch wenn es eine logistische Herausforderung sein wird, die Projekte bei laufendem Betrieb durchzuführen. Sie werden ein weiterer Beitrag dazu sein, ZIST zukunftsfähig zu machen und unser Angebot weiter auszubauen.

Wolf Bütig verstarb im August 2021 nach einem Leben, das er der Entwicklung menschlichen Potentials und ZIST gewidmet hat. Seine Haltung kumuliert vielleicht in seinem obigen Zitat: "Wir sollten herausfinden, vom wem wir sprechen, wenn wir *ich* sagen."

Wir möchten in diesem Sinne auch in den kommenden Jahren Menschen mit unserem Programmangebot dazu ermuntern, sich zu erkunden. Wir bieten dazu den schützenden Rahmen und auf der Humanistischen Psychologie fußende Verfahren und Ansätze an. Selbsterfahrung für Jedermann und Selbsterfahrung als maßgebliches Lernmoment in unseren Fort-, Weiter- und Ausbildungen für therapeutisch Tätige ist unser Weg*. In der *ZIST Akademie für Psychotherapie* ist Wissen durch Erfahrung zur Devise geworden.

Wir schauen – auch in einer Zeit, in der es im Außen sehr viel Bedrohliches gibt – zuversichtlich in die Zukunft.

Vor allem aber bedanken wir uns an dieser Stelle noch einmal von ganzem Herzen bei Wolf dafür, dass er sich, seiner Idee, seinem Lebenswerk, immer treu geblieben ist, er sich getraut hat, eigene Wege zu gehen, dabei auch Fehler zu machen und in all den Jahren ZIST durch seine humor- und liebevolle Präsenz, seine Beharrlichkeit und Intelligenz, seine außergewöhnlichen Begabungen und seine Gelassenheit geprägt hat.

Mit herzlichen Grüßen
im Namen des ZIST Teams
Silke Watermeier

*Siehe hierzu auch den Artikel auf Seite 88: Potentialorientierte Selbsterfahrung – wozu? Ein Vortrag von Wolf Bütig aus 2007



Es gibt zweierlei Wissen, Wissen durch Beweisführung und Wissen aus Erfahrung. Die Beweisführung führt zu Schlussfolgerungen und zwingt uns, dieselben anzuerkennen. Sie beseitigt aber weder den Zweifel noch führt sie zu jener Gewissheit, in der der Geist in Frieden ruhen könnte, es sei denn, diese (Gewissheit) käme durch Erfahrung zustande. Roger Bacon, ca. 1214–1292

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

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

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

ERFAHRUNG

50 Jahre ZIST

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

Inspiration und Tradition

Methoden wie Gestalttherapie, Körperpsychotherapie, Feldenkrais, Hypnotherapie, Psychoonkologie, Systemisches Familienstellen, Traumatherapie und TaKeTiNa sind heute in der Psychotherapie- und Selbsterfahrungszone weit verbreitet. Wolf Büntig und seine Teams holten Persönlichkeiten wie Gerda Boyesen, Willi Butollo, Fritjof Capra, Ruth Cohn, Moshé Feldenkrais, Reinhard Flatischler, Stanislav Grof, Laurence Heller, Bert Hellinger, Stanley Keleman, Frédéric Leboyer, Lawrence LeShan, Peter Levine, Alexander Lowen, Erving und Miriam Polster, Luise Reddemann, Ernest Rossi, 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, Psychotherapeuten und Heilpraktikern (jeweils m/w/d) vorbehalten ist.

In den **Selbsterfahrungsgruppen** von ZIST werden Methoden eingesetzt, die die Teilnehmer (m/w/d) darin unterstützen, sich in ihrer Eigenart selbst zu akzeptieren und zu reflektieren, bei der Entwicklung von ganzheitlicher Gesundheit wertvolle Erfahrungen zu machen und ihr Bedürfnis nach erfülltem Sein und nach sinnvollem Tun im Dienst an der Gemeinschaft wahrzunehmen.

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



In der **ZIST Akademie für Psychotherapie** werden Psychologen (m/w/d) zu Psychologischen Psychotherapeuten (m/w/d) 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.

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

ZIST hat nahezu 50 Jahre Erfahrung in der Organisation und Durchführung von Fort-, Weiter- und Ausbildungen für Fachleute aus den Heil-, Sozial-, Lehr-, Seelsorge- und Führungsberufen sowie von Selbsterfahrungsgruppen für jedermann. Selbsterfahrung ist in unseren Augen insofern auch als politisch anzusehen, als das kleine Moment an Bewusstheit, das durch Selbsterfahrung erlangt werden kann, es uns ein Stückchen leichter oder möglicher macht, offen zu sein für andere Wahrnehmungen und für andere Lebensläufe und Bedürfnisse. Und damit auch für Solidarität und Frieden.

ZIST ist durch seine wunderbare Lage im oberbayerischen Voralpenland, seinen hochqualifizierten Referenten (m/w/d) sowie dem geschulten Personal ein idealer Ort, der für Veranstaltungen, deren Inhalt im weitesten Sinne das persönliche sowie das berufliche Wachstum ist, einen ruhigen, respektvollen und geschützten Rahmen bietet, innerhalb dessen Teilnehmende für sie wertvolle Erfahrungen machen können.

ZIST bietet vieles, was für das Selbsterkunden, Lernen und Arbeiten sowie zur Integration des Erlernten und Erfahrenen und Erholung nach intensiven Ausbildungsstunden notwendig, wichtig und erfreulich ist.

ZIST Akademie für Psychotherapie
www.zist-akademie.de

Geschlechtergerechte Sprache, die allen Geschlechtern gerecht wird, ist selbstverständlich auch für uns ein Thema, auch wir wollen richtig gendern. Da das häufig zu umständlichen und nicht gut lesbaren Texten führt, haben wir uns einstweilen für den Zusatz m/w/d entschieden. Das ist auch nicht wirklich schön, erscheint uns aber als ein gangbarer Kompromiss.





BIOGRAFISCHE MEILENSTEINE

Gründung

1970 kaufte das Arztehepaar Dr. Wolf und Christa 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 (m/w/d) den Verein *ZIST, Zentrum für Individual- und Sozialtherapie, e. V.*, dem die Gemeinnützigkeit zuerkannt wurde. Der Seminarbetrieb konnte beginnen.

2005 wurde dann die *ZIST gemeinnützige GmbH* gegründet. Diese übernahm die unternehmerische Verantwortung mit allen Rechten und Pflichten vom Trägerverein *ZIST, Zentrum für Individual- und Sozialtherapie, e. V.*, der sich als *gemeinnütziger Förderverein ZIST e. V.* neu definierte und bis heute die Arbeit in ZIST sowie andere Projekte im Umfeld der humanistischen Haltung unterstützt.

2010 wurde die *ZIST Akademie für Psychotherapie* gegründet, in der seitdem jedes Jahr mindestens zwei Ausbildungsgruppen für Psychologen (m/w/d) zu Psychologischen Psychotherapeuten (m/w/d) nach dem Psychotherapeutengesetz mit dem Schwerpunkt tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie stattfinden (siehe ab Seite 66).

Beratungsstellen

ZIST gründete im Laufe seines Bestehens verschiedene Beratungsstellen in München: 1979 die *Beratungsstelle für Natürliche Geburt*, seit 1986 selbstständig als gemeinnütziger Verein *Beratungsstelle für Natürliche Geburt und Elternsein, e. V.*, 1982 die *Beratungsstelle Psycho-Somatische Initiative* in München, seit 2005 selbstständig als gemeinnütziger Verein *Psychosomatische Beratungsstelle, e. V.*, 1988 die *Sexualberatungsstelle SBS* in München, inzwischen auch ein selbstständiger Verein.

Kongresse

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



TRADITION UND AUFTRAG

Dr. med. Wolf E. Büntig († 14. August 2021)

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

Wolf Büntig hat für ZIST gelebt und so hinterlässt er große Lücken auf verschiedenen Feldern und Ebenen. Diese Lücken zu fühlen und zu würdigen, dass er als Person nicht zu ersetzen ist, ist uns wichtig.

Wolf Büntig verfügte über viele besondere Talente und Qualitäten. Er hat mit seiner Aufmerksamkeit und Zugewandtheit und seiner tiefen Kenntnis vom Sein viele Menschen berührt und ihnen bei großen und kleinen Problemen mit sich selbst und im Alltag helfen können. Darüber hinaus unterstützte er viele Menschen bei der Entwicklung ihres eigenen individuellen Potentials.

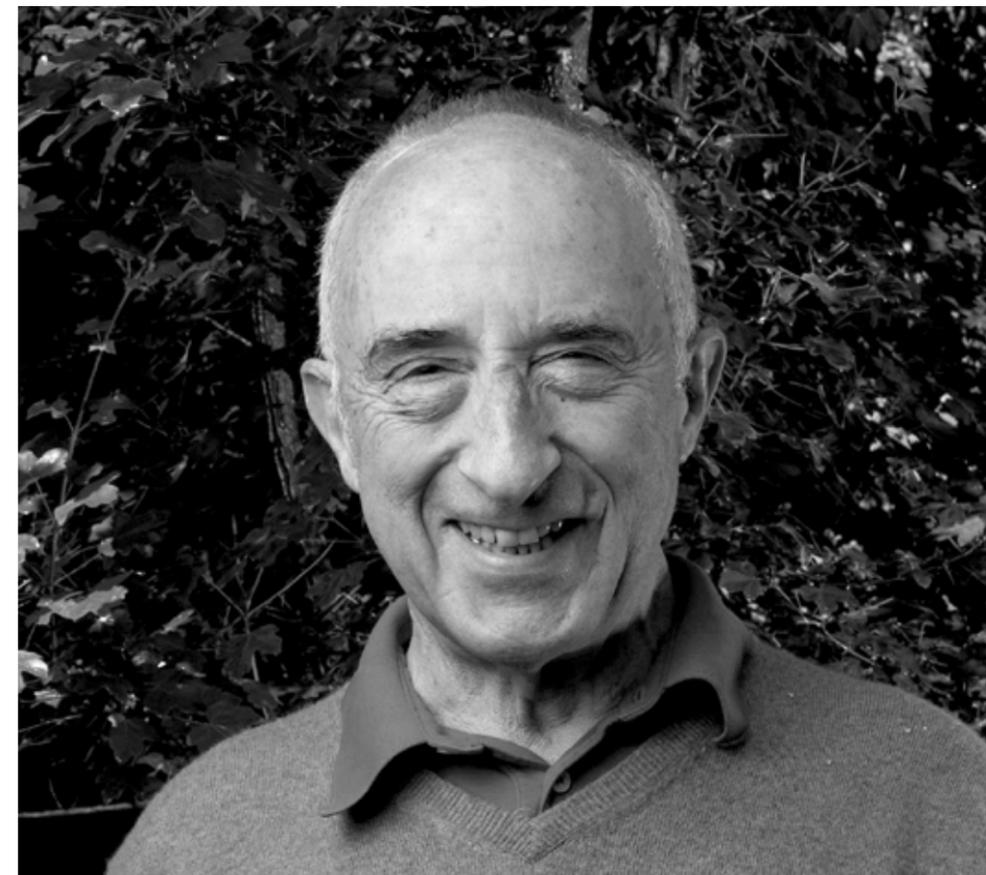
Wolf Büntig besaß zudem ein besonderes sprachliches Talent, mit dem er mit großer Akribie schwierige Zusammenhänge verständlich, aber keineswegs abgeflacht ausdrücken konnte. Viele seiner Texte sind kleine Diamanten, die uns wertvolle Wegbegleiter – auch auf dem Weg hin zu einem besseren Verständnis von uns selbst und den anderen und somit hin zu gelungener Kommunikation und friedlichem Miteinander – sein können. Wolfs Schaffen, das durch das Mittun zahlreicher Menschen – Mitarbeitern, Förderern, Wegbeglei-

tern und Freunden (jeweils m/w/d) – in ZIST lebendig wurde, ist uns Auftrag für die kommenden Jahre. Inspiriert von seinem Tun machen wir es uns zur Aufgabe, diesen wertvollen Schatz ZIST in die Zukunft zu führen. *Menschliches Potential entwickeln* sowie *Wissen durch Erfahrung*, die Mottos des offenen Programms in ZIST sowie der *ZIST Akademie für Psychotherapie*, stehen kurz und prägnant für diese Aufgabe. Die Erinnerung an Wolfs Gelassenheit und Freundlichkeit hilft uns dabei durch so manche kleinere Unebenheit.

Wolfs Tod sowie die Pandemie mit ihren Veranstaltungsverbots- und -einschränkungen haben uns im Leitungsteam in den vergangenen Monaten und Jahren Krisenmanagement üben lassen. Das war oft herausfordernd. Aber wir haben auch viel Unterstützendes, Solidarisches erfahren. Und wir haben, auch wenn es an manchen Tagen wirklich schwierig war, im gesamten Team mit großem Einsatz miteinander dafür weitergearbeitet, dass es für ZIST gut weitergeht. Hierfür bedanken wir uns vor allem bei unseren Mitarbeitern (m/w/d). Und wir bedanken uns für die gute Kooperation beim *ZIST Förderverein e. V.* sowie beim Akademierat der *ZIST Akademie für Psychotherapie*.

Wer sich dem größeren Ganzen beugen, die Gaben des Lebens nehmen und dafür danken kann, ist frei.

Wolf Büntig





- Selbsterfahrung
- Fort-, Weiter- und Ausbildung
- Weitere Angebote
- ZIST Akademie für Psychotherapie

JANUAR

●	03.01. – 08.01.	Welche Form(en) der Psychotherapie können konsistente Erkenntnisse unterstützen?	H. Beaumont	36, 54
● ●	14.01., 09.30 h	Informationstag zur <i>Approbationsausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten (m/w/d)</i>	S. Hagen	63, 71
●	16.01. – 06.02.	Meditationen für zwei: Austausch, Stille und intime Begegnungen für Paare – online	J. Feuerbach	22, 31
●	26.01., 20.00 h	Fragestunde: "Schreikind", "High Need"-Kind oder hochsensibel? – online	K. Ortner-Willnecker	18, 32
●	27.01. – 29.01.	NIG Practitioner: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten (NIG) Modul 1	B. Innecken, S. Humez	38, 47

FEBRUAR

●	03.02. – 06.02.	The Embodied Life Retreat: Awareness through Meditation, Guided Inquiry and the Teachings of Moshé Feldenkrais	R. Delman and L. Evans Delman	24, 28
●	06.02. – 09.02.	Brainspotting (BSP), Phase 1	G. Wolfrum	44, 57
●	10.02. – 13.02.	Werden, was ich bin.	T. Geßner	14
● ●	10.02. – 12.02.	Einführung in <i>Das Neuroaffektive Beziehungsmodell (NARM)</i>	M. Mokrus	52, 62
●	16.02., 19.30 h	Vortrag: Einführung in moderne bewusstseinszentrierte Körperpsychotherapie (in München)	C. Gottwald	63
●	17.02. – 19.02.	Familienaufstellungen – als Selbsterfahrung und zur teilnehmenden Beobachtung	B. Innecken	23
●	17.02. – 19.02.	Ongoing Inquiry – online	J. Rosenblum	29, 33
● ●	24.02. – 26.02.	Come To Life – von Scham und Schuld zu Integration und Verbundenheit	S. Löffler und U. Minde	17, 40

MÄRZ

●	02.03., 20.00 h	Fragestunde: Hochsensibel – schön anstrengend – online	K. Ortner-Willnecker	18, 32
● ●	03.03. – 05.03.	Einführung in die Bodydynamic Arbeit mit Entwicklungstrauma	M. Rupp	19, 42
●	03.03. – 05.03.	Öfter wohl, zufriedener oder glücklich sein können	C. Gottwald	15
● ●	10.03. – 12.03.	Zapchen somatics – Oder: Wie man sich mit alledem schneller wieder wohl fühlen kann	U. Wichtmann	20, 44
●	10.03. – 12.03.	BodyWareness: Körperbewusstsein als Schlüssel zur Veränderung in Therapie und Coaching – online	K. Jonas	31, 39
●	15.03. – 19.04.	Gefühle zum Weglaufen – online	E. Kruithoff	16, 32
●	19.03. – 24.03.	Gruppenpsychotherapie: Leitung ambulanter Gruppen	R. Hauser	38, 55
●	24.03. – 27.03.	Singing Pool	A. Gerber und K. Enz Gerber	26
●	24.03. – 26.03.	NIG Practitioner: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten (NIG) Modul 2	B. Innecken, S. Humez	38, 47
●	31.03. – 02.04.	Dem Leben mehr Farbe geben	R. Lord	27



APRIL

● ●	15.04., 09.30 h	Informationstag zur <i>Approbationsausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten (m/w/d)</i>	S. Hagen	63, 71
●	16.04., 10.00 h	TaKeTiNa – Schnuppertag (in München)	S. Bundschu und M. Höhn	62
●	20.04., 20.00 h	Fragestunde: Hochsensibel – Bereicherung und Herausforderung zugleich für Partnerschaft und Familie – online	K. Ortner-Willnecker	18, 33
●	28.04. – 01.05.	Frauen meditieren anders	K. Jonas	28
● ●	28.04. – 01.05.	Das Enneagramm der Persönlichkeit und der Gesellschaft – ein erfahrungsorientierter Workshop	K. Reuter	48, 62
● ●	30.04., 20.00 h	Das SAT Programm als psycho-spiritueller Entwicklungsweg – seine Methoden und Besonderheiten – online	K. Reuter	33, 49, 62

MAI

●	12.05. – 17.05.	Making and Unmaking of the World	H. Beaumont	36, 54
●	17.05. – 20.05.	When The Drummers Were Women	S. Bundschu	21, 25
● ●	18.05. – 21.05.	Erforschung der Innenwelt	I. Schmelcher-Haimerl	19, 43
●	25.05. – 28.05.	Hochsensibilität – Ich darf sein	K. Ortner-Willnecker	19, 24
●	26.05. – 28.05.	TaKeTiNa – Durch Rhythmus zu Bewusstsein	A. Bosshard und A. Wittwer	25
●	28.05. – 02.06.	Das Neuroaffektive Beziehungsmodell (NARM)	M. Mokrus	50

JUNI

● ●	09.06. – 12.06.	Emotionales Lernen – Körper und Seele im Dialog	G. Zimmermann	20, 46
●	09.06. – 11.06.	NIG Practitioner: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten (NIG) Modul 3	B. Innecken, S. Humez	38, 47
●	15.06., 20.00 h	Fragestunde: "Schreikind", "High Need"-Kind oder hochsensibel? – online	K. Ortner-Willnecker	18, 32
●	16.06. – 18.06.	Der Fluss eines jeden hat seinen eigenen Lauf	C. Büntig	26
●	18.06. – 21.06.	Mitgefühl – im Umgang mit sich selbst und anderen angesichts aktueller Herausforderungen	L. Reddemann	33, 41
●	23.06. – 25.06.	Klavierspüren, Kalligrafie und Tai Chi	M. Ohta	27
●	27.06. – 02.07.	Existenzielle und Transpersonale Psychologie	G. Marlock	40, 56
●	30.06. – 04.07.	Stimmiger Körper – verkörperte Stimme	L. Sokolov	27

JULI

●	13.07. – 16.07.	The Embodied Life Retreat: Awareness through Meditation, Guided Inquiry and the Teachings of Moshé Feldenkrais	R. Delman and L. Evans Delman	24, 28
● ●	21.07 – 23.07.	Selbstaussdruck und Durchsetzungsvermögen	M. Rupp	19, 42
● ●	22.07., 09.30 h	Informationstag zur <i>Approbationsausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten (m/w/d)</i>	S. Hagen	63, 71
● ●	28.07. – 30.07.	Der allein geliebene Zwilling	P. Bourquin	14, 37
● ●	28.07. – 30.07.	Freier Fluss für einen freien Kopf – mit indischer Kopfmassage	D. Gokani	24, 38
●	30.07. – 04.08.	Point Zero Painting – Die Kraft der kreativen Freiheit erleben	K. Franckenberg	26

AUGUST

●	08.08. – 13.08.	Das Einfach Liebe Retreat für Paare	E. Buchwald und V. Buchwald	21
●	29.08. – 03.09.	Die Notwendigkeit einer erneuerten Ethik	H. Beaumont	37, 54



SEPTEMBER

●	01.09. – 03.09.	NIG Practitioner: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten (NIG) Modul 4	B. Innecken, S. Humez	38, 47
●	08.09. – 10.09.	Beziehung, die man tanzen kann	J. Feuerbach	22
●	14.09., 20.00 h	Fragestunde: Hochsensibel – schön anstrengend – online	K. Ortner-Willnecker	18, 32
●	14.09., 09.30 h	Informationstag zur Approbationsausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten (m/w/d)	S. Hagen	63, 71
●	15.09. – 17.09.	Einführung in die Traumatherapie Somatic Experiencing	D. Rothbauer	53, 62
●	24.09., 10.00 h	TaKeTiNa – Schnuppertag (in München)	S. Bundschu und M. Höhn	62
●	29.09. – 02.10.	Brainspotting (BSP), Phase 2	G. Wolfrum	45, 58

OKTOBER

●	19.10. – 22.10.	Wozu bin ich krank? Symptome und unbewusste Liebe	T. Geßner	24, 37
●	20.10. – 22.10.	Dem Tod neu begegnen – Abschied und Bestatten als Tor zum Leben	S. Kraft und M. Kraft	15, 28
●	25.10. – 22.11.	Gefühle zum Weglaufen – online	E. Kruithoff	16, 32
●	26.10., 20.00 h	Fragestunde: Hochsensibel – Bereicherung und Herausforderung zugleich für Partnerschaft und Familie – online	K. Ortner-Willnecker	18, 33
●	27.10. – 05.11.	Selbsterkenntnis und Lebendigkeit (SAT Modul I)	K. Reuter und Team der internationalen SAT Schule	19, 48

NOVEMBER

●	17.11. – 22.11.	Schamanismus der Huichol Indianer	B. Secunda	28
●	17.11. – 19.11.	Weil ich euch beide liebe	B. Innecken	23

DEZEMBER

●	08.12. – 11.12.	Reise zu dir selbst	M. Nelles	17
---	-----------------	----------------------------	-----------	----

HERZLICH WILLKOMMEN BEIM ZIST FÖRDERVEREIN E. V.

Über die Workshops in ZIST werden bei den Menschen tiefgreifende Heilungs- und Transformationsprozesse initiiert und es wird ein wichtiger Beitrag geleistet zu mehr Menschsein und Menschlichkeit in unserem Miteinander und in unserer Gesellschaft.

Als Mitglieder des *ZIST Förderverein e. V.* setzen wir uns dafür ein, die von ZIST ausgehenden Impulse möglichst vielen Menschen zugänglich zu machen:

- Wir ermöglichen Menschen in persönlicher Krise und wirtschaftlicher Not eine Teilnahme an ZIST Selbsterfahrungsworkshops, denn Gesundheit soll nicht am Geld scheitern.
- Wir unterstützen wichtige ZIST Projekte und Veranstaltungen.
- Wir fördern die Psychologen (m/w/d) in Ausbildung der ZIST Akademie für Psychotherapie.

Werden Sie Mitglied. Wir freuen uns auf Sie!

Dokumentieren Sie Ihr Engagement für ein erfülltes Leben in Verantwortung für sich selbst, für die Gesellschaft, in der Sie leben, und für die Schöpfung, die uns umgibt. Sie können unsere Arbeit mit einer einmaligen Spende unterstützen oder Mitglied werden.

Als Mitglied des ZIST Fördervereins

- legen Sie Ihren Jahresbeitrag ab 100 Euro pro Jahr (für Studenten/PiA (m/w/d) 50 Euro pro Jahr) selbst fest,
- erhalten Sie 10 % Ermäßigung auf die Kursgebühr einzelner offener Workshops zur Selbsterfahrung in ZIST,
- können in der jährlichen Mitgliederversammlung die Arbeit des Fördervereins aktiv mitgestalten und
- bekommen selbstverständlich für Ihren Beitrag eine steuerwirksame Spendenquittung.

ZIST FÖRDERVEREIN: WIR HELFEN IHNEN!

Wenn Sie zu jenen gehören, die Interesse an den Workshops zur Selbsterfahrung in ZIST haben und sich jedoch in einer finanziellen Notlage befinden, dann melden Sie sich bei uns. Wir unterstützen einen Selbsterfahrungsworkshop mit bis zu 50 % Zuschuss. Bei Interesse schreiben Sie uns an: verein@zist.de. Wir helfen Ihnen! Und Ihr Anliegen bleibt vertraulich.

Mit herzlichen Grüßen
der Vorstand des *ZIST Förderverein e. V.*

Carmen Schickinger (Vorsitz)
Eva Ackermann
Mischka Solonevich

Interessiert an der Arbeit des ZIST Förderverein e. V.?

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

ZIST Förderverein e. V.
Zist 1 | 82377 Penzberg
Tel.: +49-8856-93690
Fax: +49-8856-936970
E-Mail:
verein@zist.de
Internet:
www.zist.de/verein



SELBSTERFAHRUNG

- Persönliches Wachstum
- Männer, Frauen, Kinder – Beziehungen
- Gesundheit, Vorsorge, Selbstheilung
- Kreativität
- Spiritualität
- Spiritualität – Diamond Approach
- Onlineworkshops

14
21
24
25
28
29
30

Es tut gut, sich ab und zu in
der Gegenwart aufzuhalten.

Wolf Büntig

DATEN & PREISE

Der allein gebliebene Zwilling
Fr., 28.7., 18.30 h –
So., 30.7.23, 14.00 h
Kursgebühr 335 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230733

Werden, was ich bin.
Fr., 10.2., 18.30 h –
Mo., 13.2.23, 14.00 h
Kursgebühr 370 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230232

Maximal 20 Teilnehmende

● DER ALLEIN GEBLIEBENE ZWILLING

Peter Bourquin

Diese Selbsterfahrungsgruppe ist für alle, die wissen oder vermuten, dass sie zu Beginn ihres Lebens von einem frühzeitig gestorbenen Zwilling oder Drilling begleitet wurden und Heilung suchen.

Was für Folgen kann es für einen Menschen haben, die ersten Wochen oder Monate seiner Existenz von einem Zwilling begleitet zu sein, dann dessen Tod mitzuerleben und schließlich alleine zur Welt zu kommen? Wie kann er diese Erfahrung verarbeiten und integrieren, wenn sie ihm obendrein oftmals nicht bekannt ist und allein in den unbewussten Seiten seines Seins gespeichert bleibt?

Viele allein gebliebene Zwillinge stehen nicht ganz im Leben, da alte verwurzelte Grundgefühle wie Einsamkeit, Melancholie, Schuld, Anderssein oder Sehnsucht, die gleichsam die Hintergrundmusik ihres Gefühlslebens bilden, die Freude am Leben trüben.

Gerade am Thema Partnerschaft macht sich dies besonders bemerkbar: Oftmals fällt es einem allein gebliebenen Zwilling schwer, sich wirklich einzulassen, aus der tiefen Angst heraus, eine erneute Trennung von einem ihm lieben Menschen zu erleiden, welche ihm das Herz brechen würde. Oder er sucht in der Beziehung eine Nähe und Innigkeit, die seinen Partner überfordert. Doch auch im Arbeitsleben kann es zu dem Muster kommen, für zwei zu arbeiten, immer wieder neu anzufangen oder sich keinen Erfolg zu gönnen.

Auf ihrer Suche nach Heilung haben viele allein gebliebene Zwillinge ohne wirklichen Erfolg verschiedene Therapien ausprobiert. Um sich wieder ganz zu fühlen und alte Muster und Gefühle hinter sich zu lassen, braucht es einen heilenden Prozess auf den Ebenen des Verstehens, des Fühlens, des Körpers und der Seele. In einem geschützten und achtsamen Gruppenrahmen arbeiten wir dazu mit Körperübungen, Ritualen, geleiteten Meditationen und Aufstellungen.

● WERDEN, WAS ICH BIN.

*Lebensintegrationsprozess (LIP nach Nelles),
Aufstellungsarbeit und Bewusstsein*
Thomas Geßner

Dieser Workshop bietet die Möglichkeit, in Praxis und Theorie den *Lebensintegrationsprozess* (LIP nach Nelles) kennenzulernen. Im Unterschied zum Familienstellen geht es im LIP nicht um *die anderen* und unsere Schwierigkeiten mit ihnen, sondern um eine offene Begegnung mit uns selbst. Wir sehen dabei, wie wir so geworden sind, wie wir eben sind, und welche Möglichkeiten wir tatsächlich haben. Damit verbunden ist eine Haltung, die sich ganz mit der Gegenwart verbindet, die also aktuelle Schwierigkeiten nicht mehr der Vergangenheit anlastet.

Dr. Wilfried Nelles hat den LIP aus seinem Bewusstseinsmodell heraus entwickelt. Vom Platz der sicheren Gegenwart aus wendet man sich den Stellvertretern für die eigene Zeit im Mutterleib, die Kindheit und die Jugend zu. In ihnen erscheint, was aus den damaligen Lebensphasen und der jeweils damit verbundenen Bewusstseinsstufe heute gesehen werden will.

Man würdigt dabei alles, was man unbewusst getan hat, um bei den Menschen und den Umständen sein zu können, wo man geboren wurde und aufgewachsen war. Dies kann für erwachsene Menschen eine machtvoll unterstützende dabei sein, ihre Kindheit und Jugend hinter sich zu lassen, und zwar nicht, indem sie sie abschneiden, sondern sie in sich aufnehmen, genau so, wie sie war. Dadurch kommt man in einen tiefen Kontakt mit sich selber: man kommt zu sich, in die eigene Kraft, zu dem Leben, für das man auf der Welt ist.

Der LIP ist ein lebendiger Spiegel. Er liefert eine präzise Momentaufnahme des eigenen Seins. Er wirkt langfristig, im Laufe von Monaten und Jahren. Er hilft dabei, Identifizierungen mit vergangenen Überlebensmustern zu lösen, mit blinden Flecken vertraut zu werden und frühere Traumata zu transformieren. Zudem kann die innere Vision des eigenen Lebens erscheinen, also das, wozu man da ist. Sie verlangt danach, im eigenen Leben die erste Geige zu spielen.

Literatur

Wilfried Nelles, Thomas Geßner: *Die Sehnsucht des Lebens nach sich selbst*, Innenwelt Verlag Köln, 2014

Wilfried Nelles: *Alles ist Bewusstsein – Bewusstsein ist alles*, Innenwelt Verlag Köln, 2016

Thomas Geßners Blog zu Aufstellungsarbeit und Lebensintegration:
<http://gessner-aufstellungen.de/blog/>

DATEN & PREISE

Öfter wohl, zufriedener oder glücklich sein können
Fr., 3.3., 18.30 h –
So., 5.3.23, 14.00 h
Kursgebühr 270 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230331

Dem Tod neu begegnen – Abschied und Bestatten als Tor zum Leben
Fr., 20.10., 18.30 h –
So., 22.10.23, 14.00 h
Kursgebühr 245 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 231032

● ÖFTER WOHL, ZUFRIEDENER ODER GLÜCKLICH SEIN KÖNNEN

Christian Gottwald

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

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

Im Workshop werden theoretische Hintergründe aufgezeigt und praktisch umgesetzt. Wir können

- für das Hier und Jetzt erwachen,
- die Aufmerksamkeit lenken und
- jeden Moment kreativ beeinflussen,
- dafür besonders den eigenen Körper und Kontakt mit anderen nutzen,
- die verkörperten und sinnlichen und seelischen oder die gedanklichen Signale des gegenwärtigen Erlebens bewusster wahrnehmen und differenzierend unterscheiden,
- diese Signale als Orientierung und Richtungshinweise nutzen,
- die Fülle und den Reichtum von Potentialen realisieren und
- sich wertschätzen, akzeptieren und begleiten.

Achtsamkeit und eine sinnvollere Selbstbegleitung sind im alltäglichen Leben anwendbar.

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

Susanne Kraft und Michael Kraft

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

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

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

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

Im Praktischen

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

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

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

Im Gestalten einer spirituellen Dimension

- Rituale, die befreien und Halt geben.
- Das Segnen, Beten, auch in eigenen freien Worten.
- Der Verstorbene (m/w/d) selbst: wie kann ich weiter mit ihm verbunden bleiben?

Ein Kurs für Freunde, Angehörige und Begleiter (jeweils m/w/d). Ein Kurs, um uns auch auf den eigenen Tod vorzubereiten.

Wir wollen gemeinsam weinen und lachen – fragen, spielerisch üben und künstlerisch gestalten. Gerade wenn wir uns dem tiefen Schmerz öffnen, werden dann auch berührende Begegnungen und eine echte Lebensfreude möglich.

Die Kultur eines Volkes erkennt man daran, wie sie mit ihren Toten umgeht.

Perikles von Athen

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

DATEN & PREISE

Gefühle zum Weglaufen* – online**Termine****jeweils mittwochs****von 18.00 h bis 20.00 h**

15.3.23

22.3.23

29.3.23

12.4.23

19.4.23

Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 230322

Termine**jeweils mittwochs****von 18.00 h bis 20.00 h**

25.10.23

1.11.23

8.11.23

15.11.23

22.11.23

Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 231021

Kursgebühr jeweils 270 €

● GEFÜHLE ZUM WEGLAUFEN* – ONLINE*Eine besondere Einführung ins Focusing (online an fortlaufenden Abendterminen)*

Elmar Kruithoff

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

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

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

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

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

Die Erfahrung zeigt: So entsteht Sicherheit und Vertrauen im Innern, die zu Vielfalt und Leben-

digkeit im Erleben führt. Durch die behutsame Annahme von Gefühlen, genauso wie sie sind, entsteht nicht Stillstand, sondern Möglichkeit und Wandel – ohne Zwang und Kampf.

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

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

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

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

Technische Voraussetzungen
Der Onlineworkshop findet über die Plattform Zoom statt, wir achten bei der Einrichtung der Meetings auf datenschutzrechtlich relevante Einstellungen. Für die Teilnahme ist lediglich ein PC, Notebook oder Tablet sowie eine stabile Internetverbindung notwendig. Technik-Neulinge erhalten von uns eine ausführliche Anleitung und die Möglichkeit zum Test-Meeting einen Tag vor Workshopbeginn.

DATEN & PREISE

Come To Life – von Scham und Schuld zu Integration und Verbundenheit***Fr., 24.2., 18.30 h – So., 26.2.23, 14.00 h**

Kursgebühr 300 €

zuzüglich Vollpension**

Ort/Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 230233

ZIST Penzberg Nr. 230233

Reise zu dir selbst Fr., 8.12., 18.30 h – Mo., 11.12.23, 14.00 h

Kursgebühr 410 €,

für beobachtende

Teilnehmende 350 €,

zuzüglich Vollpension**

Ort/Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 231230

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

Sabine Löffler und Uwe Minde

Beschreibung siehe Seite 40.

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

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

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

Maximale Teilnehmerzahl mit eigenem LIP:
18 plus beobachtende Teilnehmende**Literatur**Malte Nelles: *Finden, erfinden oder gefunden werden. Zum Wahrheitsverständnis des Familienstellens*, in: K. Nazarkiewicz, K. Kuschik (Hrsg): *Handbuch Qualität in der Aufstellungsleitung*, Vandenhoeck & RuprechtInterview mit Wilfried Nelles und Malte Nelles: *Das Eintreten in das eigene geistige Sein*, <https://www.zist.de/de/veroeffentlichung/das-eintreten-das-eigene-geistige-sein-interview-mit-dr-wilfried-nelles-und-malte>Aufsatz von Malte Nelles: *Der Beziehungsintegrationsprozess*, <https://www.zist.de/de/veroeffentlichung/der-beziehungsintegrationsprozess>
Interview mit Malte Nelles: *Lebenskräfte in Beziehung: Der Beziehungsintegrationsprozess (BIP) als theoretisches Modell und Aufstellungsformat*,<https://www.zist.de/de/veroeffentlichung/lebenskraefte-beziehung-der-beziehungsintegrationsprozess-bip-als-theoretisches>
Wilfried Nelles und Thomas Geßner: *Die Sehnsucht des Lebens nach sich selbst*, Innenwelt Verlag, Köln

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

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

DATEN & PREISE

**Fragestunde: "Schreikind",
"High Need"-Kind oder
hochsensibel?* – online****Do., 26.1.23,
20.00 h – 22.00 h**Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230121**Do., 15.6.23,
20.00 h – 22.00 h**Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230620

Kursgebühr jeweils 40 €

**Fragestunde:
Hochsensibel – schön
anstrengend* – online****Do., 2.3.23,
20.00 h – 22.00 h**Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230320**Do., 14.9.23,
20.00 h – 22.00 h**Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230920

Kursgebühr jeweils 40 €

**Fragestunde:
Hochsensibel –
Bereicherung und
Herausforderung
zugleich für Partnerschaft
und Familie* – online****Do., 20.4.23,
20.00 h – 22.00 h**Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230420**Do., 26.10.23,
20.00 h – 22.00 h**Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 231020

Kursgebühr jeweils 40 €

**● FRAGESTUNDE: "SCHREIKIND",
"HIGH NEED"-KIND ODER
HOCHSENSIBEL?* – ONLINE**
Karin Ortner-Willnecker

Seine besondere Offenheit für die Welt ermöglicht es dem Säugling und Kleinkind, mit Siebenmeilenstiefeln zu lernen. Und dennoch braucht die Offenheit ihren Gegenpol – die Fähigkeit, seine Sinne aus dieser Welt zurückzuziehen.

In den beiden Stunden geht die Referentin auf Fragen ein, wie Sie als Eltern diesen Entwicklungsprozess des Hin-und-Herschwingens zwischen Offenheit und Rückzug einfühlsam begleiten und gleichzeitig ihre eigenen Bedürfnisse erfüllen können. Darüber hinaus werden Sie im Austausch mit anderen Teilnehmern (m/w/d) erfahren: Sie sind nicht allein mit den vielen Hochs und Tiefs, die wir als Eltern dieser Kinder durchleben.

Technische Voraussetzungen
Der Onlineworkshop findet über die Plattform Zoom statt, wir achten bei der Einrichtung der Meetings auf datenschutzrechtlich relevante Einstellungen. Für die Teilnahme ist lediglich ein PC, Notebook oder Tablet sowie eine stabile Internetverbindung notwendig. Technik-Neulinge erhalten von uns eine ausführliche Anleitung und die Möglichkeit zum Test-Meeting einen Tag vor Workshopbeginn.**● FRAGESTUNDE: HOCHSENSIBEL –
SCHÖN ANSTRENGEND* – ONLINE**
Karin Ortner-Willnecker

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

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

Technische Voraussetzungen
Der Onlineworkshop findet über die Plattform Zoom statt, wir achten bei der Einrichtung der Meetings auf datenschutzrechtlich relevante Einstellungen. Für die Teilnahme ist lediglich ein PC, Notebook oder Tablet sowie eine stabile Internetverbindung notwendig. Technik-Neulinge erhalten von uns eine ausführliche Anleitung und die Möglichkeit zum Test-Meeting einen Tag vor Workshopbeginn.**● FRAGESTUNDE: HOCHSENSIBEL –
BEREICHERUNG UND
HERAUSFORDERUNG ZUGLEICH FÜR
PARTNERSCHAFT UND FAMILIE* – ONLINE**
Karin Ortner-Willnecker

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

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

Technische Voraussetzungen
Der Onlineworkshop findet über die Plattform Zoom statt, wir achten bei der Einrichtung der Meetings auf datenschutzrechtlich relevante Einstellungen. Für die Teilnahme ist lediglich ein PC, Notebook oder Tablet sowie eine stabile Internetverbindung notwendig. Technik-Neulinge erhalten von uns eine ausführliche Anleitung und die Möglichkeit zum Test-Meeting einen Tag vor Workshopbeginn.

DATEN & PREISE

**Hochsensibilität –
Ich darf sein*****Do., 25.5., 18.30 h –
So., 28.5.23, 14.00 h**Kursgebühr 365 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230533**Selbsterkenntnis
und Lebendigkeit
(SAT Modul I)****Fr., 27.10., 18.30 h –
So., 5.11.23, 14.00 h**Kursgebühr 1240 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 231031**Einführung in die
Bodydynamic Arbeit
mit Entwicklungstrauma****Fr., 3.3., 18.30 h –
So., 5.3.23, 14.00 h**Kursgebühr 280 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230330**Selbsta Ausdruck und
Durchsetzungsvermögen****Fr., 21.7., 18.30 h –
So., 23.7.23, 14.00 h**Kursgebühr 280 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230731**Erforschung der
Innenwelt****Do., 18.5., 18.30 h –
So., 21.5.23, 14.00 h**Kursgebühr 400 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230532*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.**www.zist.de/de/seminar-
haus/unterkunft-und-
verpflegung**● HOCHSENSIBILITÄT – ICH DARF SEIN***
Karin Ortner-Willnecker

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

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

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

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

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

**● SELBSTERKENNTNIS UND
LEBENDIGKEIT (SAT MODUL I)**
Katrin Reuter und Team der internationalen
SAT Schule

Beschreibung siehe Seite 48.

**● EINFÜHRUNG IN DIE
BODYDYNAMIC ARBEIT
MIT ENTWICKLUNGSTRAUMA**
Michael Rupp

Beschreibung siehe Seite 42.

**neu SELBSTAUSDRUCK UND
DURCHSETZUNGSVERMÖGEN**
Michael Rupp

Beschreibung siehe Seite 42.

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

Beschreibung siehe Seite 43.

DATEN & PREISE

Zapchen somatics*
Fr., 10.3., 18.30 h –
So., 12.3.23, 14.00 h
Kursgebühr 245 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230332

**Emotionales Lernen –
Körper und Seele
im Dialog***
Fr., 9.6., 18.30 h –
Mo., 12.6.23, 14.00 h
Kursgebühr 380 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230630

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

Ulrike Wichtmann

Beschreibung siehe Seite 44.

● **EMOTIONALES LERNEN –
KÖRPER UND SEELE IM DIALOG***

*Transformation von im Körpergedächtnis
gespeicherter somatisch-emotionaler
Stressmuster*

Gerhard Zimmermann

Beschreibung siehe Seite 46.



DATEN & PREISE

**Das Einfach Liebe
Retreat für Paare**
Di., 8.8., 18.30 h –
So., 13.8.23, 14.00 h

Kursgebühr 730 €***
pro Person
zuzüglich Vollpension 480 €
pro Person im Doppelzimmer
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230830

**When The Drummers
Were Women**

Mi., 17.5., 18.30 h –
Sa., 20.5.23, 14.00 h

Kursgebühr 330 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230530

● **DAS EINFACH LIEBE RETREAT
FÜR PAARE**

Entspannte Sexualität leben
Ela Buchwald und Volker Buchwald

Ein Liebespaar sind zwei Menschen, die sich lieben. So einfach ist das. Doch wie geht sie, diese Liebe? Was bestimmt, ob man sich in seiner Partnerschaft zu Hause fühlt?

Sexualität spielt dabei eine viel größere Rolle, als die meisten denken ... und genau hier schlummern entscheidende Fragen. Wie gehen wir als Paar mit Erwartungen, Routine oder scheinbar unterschiedlichen Bedürfnissen im Sex um? Wo ist Platz für echte Verbundenheit?

Sex ist das körperliche Fundament der Liebe. Er ist der Raum, in dem wohlige Nähe entstehen kann, Momente voll warmer Lebendigkeit und kribbelnd-freudigem Wir. Diese ganz besondere Intimität gelingt, wenn Körper, Herz und Seele zueinander finden. Auf diese Reise nehmen Sie Ela und Volker Buchwald in diesem Retreat mit. Fünf Tage lang erfahren Sie sich als Paar völlig neu. Sie lernen, einander leicht, ohne Druck und Stress zu begegnen ... im wahrsten Sinne des Wortes mit Leib und Seele. Schritt für Schritt installieren Sie die körperliche Ebene als wohltuende Selbstverständlichkeit in der Beziehung. So wird Sex zur schönsten Sache der Welt, zum erfüllenden Ausdruck Ihrer Liebe.

Das Retreat richtet sich an Paare, die miteinander diesen großen Schatz entdecken wollen. Wach und achtsam entwickeln sie ein Gefühl dafür, welch großes Geschenk solche Momente der tiefen Verbundenheit sind. Und was gibt es Schöneres?

Retreat-Inhalte

- Theorie: Wissen über Körperphänomene, Modelle von Stress- und Selbstregulation, Phänomenologie der Wahrnehmung.
- Körperarbeit: Bewegungsübungen zum Entspannen und Entstressen, Erforschung von Spürebene, Übungen zu bewusstem Im-Körper-Sein.
- Entspannung: Leichtigkeit in der Sexualität leben ohne Stress und Leistungsdruck.
- Kommunikation: Als Paar ohne Emotionen im Gespräch miteinander sein.

Ela und Volker Buchwald sind seit 1992 verheiratet und Eltern von drei erwachsenen Kindern. Sie sind ausgebildet in Bewusstseins- und Körperarbeit. Geprägt durch den Ansatz Slow Sex nach Diana Richardson haben sie aus der Essenz ihrer Erfahrungen einen eigenen Prozess entwickelt: Einfach Liebe.

Literatur

Ela und Volker Buchwald: *Das Einfach Liebe Prinzip*, Verlag lübbe-life

● **WHEN THE DRUMMERS WERE WOMEN**

*Rahmentrommel- und Stimmworkshop
für Frauen*

Sabine Bundschu

Beschreibung siehe Seite 25.

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

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

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

DATEN & PREISE

**Meditationen für zwei:
Austausch, Stille und
intime Begegnungen
für Paare – online**
Termine
jeweils montags zwischen
18.00 h – 19.30 h

16.1.23
23.1.23
30.1.23
6.2.23

Kursgebühr 115 €
Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 230120

**Beziehung, die man
tanzen kann**
Fr., 8.9., 18.30 h –
So., 10.9.23, 14.00 h

Kursgebühr 260 €***
zuzüglich Vollpension**

Ort/Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 230930

neu **MEDITATIONEN FÜR ZWEI:
AUSTAUSCH, STILLE UND INTIME
BEGEGNUNGEN FÜR PAARE – ONLINE**

Johannes Feuerbach

An diesen Onlineabenden können Sie lernen, miteinander intime und wohlthuende Begegnungen zu gestalten. Die Meditationen für zwei sind kurze und heilsame Rituale jenseits von Argumentation und Diskussion; sie machen wach und klar und bestätigen den einzelnen ebenso wie die Partnerschaft. Dabei kräftigen sie sowohl die Autonomie als auch die Selbstvergessenheit.

Viele Partner (m/w/d) verbindet das Interesse an wesentlicher Begegnung – und leider auch den Mangel daran. Die Annahme, es läge an einem zu vollen und reizintensiven Alltag, liegt ebenso nahe wie der Wunsch, gemeinsam zu entspannen und zu Hause nicht nochmals aktiv und aufmerksam für den anderen sein zu müssen. Die Meditationen für zwei bieten in dieser Gemengelage eine Lösung an. In den Meditationen verbinden Sie aufmerksames Beieinandersein und die Reflexion herausfordernder, liebevoller und verstörender Themen in einer erfüllenden Begegnung. Die Partner schöpfen aus der Kraft geteilter Stille, die ein vom Thema unabhängiges Empfinden von *Zuhause-Sein* ermöglicht. Die Meditationen klären, verbinden und lösen; sie führen zu dem zurück, was die meisten Paare ursprünglich zueinander geführt hat: waches, teilnahme- und liebevolles Interesse an der Eigenart des anderen.

Ein Onlinetreffen dauert eineinhalb Stunden, besteht aus Meditation, der Wahl eines Themas für die gemeinsame Kontemplation, Sharing und gegebenenfalls einer kurztherapeutischen Intervention.

Maximal 4 Paare

Technische Voraussetzungen

Der Onlineworkshop findet über die Plattform Zoom statt, wir achten bei der Einrichtung der Meetings auf datenschutzrechtlich relevante Einstellungen. Für die Teilnahme ist lediglich ein PC, Notebook oder Tablet sowie eine stabile Internetverbindung notwendig. Technik-Neulinge erhalten von uns eine ausführliche Anleitung und die Möglichkeit zum Test-Meeting einen Tag vor Workshopbeginn.

● **BEZIEHUNG, DIE MAN TANZEN KANN**

Johannes Feuerbach

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

Historisch kann man den Tango auch als den Versuch der Einwanderer Uruguays und Argentiniens betrachten, ihre Einsamkeit und Entwurzelung zu überwinden und Verbundenheit zumindest für die Dauer des Tanzens zu finden. Dies sind, ebenso wie Autonomie (eigene Achse), Veränderung (keine festgelegten Schrittfolgen) und Beständigkeit (zuerst die Beziehung, dann der Tanz), auch heute seine existenziellen und psychologischen Herausforderungen.

Die Themen und Inhalte des Workshops

- Basisbewegungen und Schritte des Tango Argentino.
- Alignement (den inneren vertikalen Raum ausfüllen).
- Präsenzerfahrungen im Kontakt: Bindung als energetische Erfahrung.
- Still-Sitzen und die Gunst des Augenblicks.
- Impuls und Antwort im Tanz, im Gespräch und in der Partnerschaft.
- Meditationen für zwei (Paar-Kontemplation).
- Partnerschaft braucht Gemeinschaft: Tanzen mit anderen.

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

Am Samstag wird es einen Festabend geben – gerne mit entsprechender Kleidung. Wegen des Parketts bitte keine Pfennigabsätze. Gäste (m/w/d) sind willkommen!

Veröffentlichungen

(2010): *Beziehung, die man tanzen kann: Selbsterfahrung für Paare*. In: Musik-, Tanz- und Kunsttherapie. 21. Jg., H. 3, S. 113–122

(2017): *Beziehung, die man tanzen kann: Partnerschaft und Tango*. In: Ralf Sartori (Hg.): *Tango Global* Bd. 3 – Tango in Berlin. Allitera: München, S. 122–144

(2019): *Das Selbst als Tor und Brücke in den Basisbewegungen des Tango Argentino*. In: Musik-, Tanz und Kunsttherapie. 29. Jg., H. 1, S. 29–34 (Die beiden letzten Essays sind als Sonderdruck in ZIST erhältlich.)

DATEN & PREISE

**Familienaufstellungen –
als Selbsterfahrung
und zur teilnehmenden
Beobachtung**

Fr., 17.2., 18.30 h –
So., 19.2.23, 14.00 h

Kursgebühr 305 €
für beobachtende
Teilnehmende 275 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230234

Weil ich euch beide liebe
Fr., 17.11., 18.30 h –
So., 19.11.23, 14.00 h

Kursgebühr 305 €
für beobachtende
Teilnehmende 275 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 231131

● **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 abstaten 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 (jeweils m/w/d) können mit Gewinn – und zu verminderter Kursgebühr – als Beobachter und Stellvertreter (jeweils m/w/d) am Workshop teilnehmen, denn durch das Miterleben findet ein ständiger Erfahrungs- und Lernprozess statt, bei dem sich oft neue Perspektiven für das eigene Leben ergeben.

Teilnehmerzahl: 10 aufstellende Teilnehmer plus Beobachter (jeweils m/w/d)

● **WEIL ICH EUCH BEIDE LIEBE**

Familienaufstellungen zum Thema Kinder und Eltern

Barbara Innecken

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

Eltern machen sich Sorgen, wenn ihr Kind unerklärliche Wutanfälle, übermäßige Anhänglichkeit, Hyperaktivität oder anderes auffälliges Verhalten zeigt, wenn es Ängste oder Schlafstörungen entwickelt, sich nicht konzentrieren kann, nicht lernen möchte, ins Bett nässt oder Krankheiten wie zum Beispiel Asthma oder Allergien bekommt. Familienaufstellungen ermöglichen eine neue Sichtweise auf solche und ähnliche Symptome von Kindern: sie helfen Eltern zu erkennen, worauf das Kind mit seinen Schwierigkeiten aufmerksam machen will. Väter und Mütter können mithilfe der Aufstellungsarbeit Lösungen zum Wohle ihrer Kinder entwickeln und den Familienalltag dadurch spürbar entlasten.

Auch wenn wir erwachsen sind, lebt das Kind in uns weiter. Das Kind, das in der Regel viel Gutes von seinen Eltern bekommen hat, aber auch Verletzungen, Nöte und Defizite im Zusammenhang mit ihnen erleben musste. Die Bindung an die Eltern ist die Grundlage für die weiteren Beziehungen, die wir in unserem Leben eingehen, seien es Partner, Freunde, Kollegen (jeweils m/w/d) oder unsere eigenen Kinder. Die Bindung an die Eltern beeinflusst das Grundgefühl, mit dem wir im Leben stehen, sie gestaltet unser Leben im Inneren 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 (jeweils m/w/d) können mit Gewinn – und zu verminderter Kursgebühr – als Beobachter und Stellvertreter (jeweils m/w/d) am Workshop teilnehmen, denn durch das Miterleben findet ein ständiger Erfahrungs- und Lernprozess statt, bei dem sich oft neue Perspektiven für das eigene Leben ergeben.

Teilnehmerzahl: 10 aufstellende Teilnehmer plus Beobachter (jeweils m/w/d)

Empfohlene Lektüre

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

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

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

DATEN & PREISE

The Embodied Life Retreat
February 3 – 6, 2023Friday, 6.30 p.m. –
Monday, 2.00 p.m.Place, registration:
ZIST Penzberg No. 230230July 13 – 16, 2023
Thursday, 6.30 p.m. –
Sunday, 2.00 p.m.Place, registration:
ZIST Penzberg No. 230730Fee per workshop 450 €,
plus room and board**.**Wozu bin ich krank?**
Symptome und
unbewusste LiebeDo., 19.10., 18.30 h –
So., 22.10.23, 14.00 hKursgebühr 370 €
zuzüglich Vollpension**Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 231030**Freier Fluss für
einen freien Kopf – mit
indischer Kopfmassage**Fr., 28.7., 18.30 h –
So., 30.7.23, 14.00 hKursgebühr 260 €
zuzüglich Vollpension**Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230734**Hochsensibilität –
Ich darf sein***Do., 25.5., 18.30 h –
So., 28.5.23, 14.00 hKursgebühr 365 €
zuzüglich Vollpension**Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230533**THE EMBODIED LIFE RETREAT:
AWARENESS THROUGH MEDITATION,
GUIDED INQUIRY AND THE TEACHINGS
OF MOSHÉ FELDENKRAIS**

Russell Delman and Linda Evans Delman

Course language English

All methods devoted to human potential emphasize the importance of awakening to the present moment. All that we long for – love, joy, peace, harmony, truth – require the fundamental capacity for PRESENCE. This seminar uses ancient and modern methods for directly and simply uncovering this natural capacity.

Simply said, we need the capacity to:

- 1) Sit quietly with our own thoughts,
- 2) mindfully welcome our feelings/emotions and
- 3) find comfort in our own bodies.

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

Guided Inquiry includes a variety of awareness experiments based in the Focusing method of Eugene Gendlin. Learning to bring a warm, caring, curious presence to our feelings/emotions is truly transformative.

The movement lessons of Moshé Feldenkrais are perhaps the most neurologically sophisticated and effective ways of transforming our motor patterns and self-image; these lessons are also interesting and fun.

Through meditations, awareness practices, movement lessons and conversation, we anticipate a meaningful and joyful time of learning together. This retreat is open to all people who are interested in living an awakening life.

**WOZU BIN ICH KRANK?
SYMPTOME UND UNBEWUSSTE LIEBE**

*Aufstellungsarbeit bei Krankheit mit
Symptomaufstellungen und dem
Lebensintegrationsprozess (LIP nach Nelles)*
Thomas Geßner

Beschreibung siehe Seite 37.

**FREIER FLUSS FÜR EINEN FREIEN KOPF –
MIT INDISCHER KOPFMASSEGE**

*Eine einfache Ausbildung für Mütter, Väter,
Liebende, Kollegen (m/w/d), Bodyworker ...*
Devapria Gokani

Beschreibung siehe Seite 38.

HOCHSENSIBILITÄT – ICH DARF SEIN*

Karin Ortner-Willnecker

Beschreibung siehe Seite 19.



DATEN & PREISE

**TaKeTiNa –
Durch Rhythmus
zu Bewusstsein**Fr., 26.5., 18.30 h –
So., 28.5.23, 14.00 hKursgebühr 340 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230531**When The Drummers
Were Women**Mi., 17.5., 18.30 h –
Sa., 20.5.23, 14.00 hKursgebühr 330 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230530**neu TAKETINA – DURCH RHYTHMUS
ZU BEWUSSTSEIN**

Astrid Bosshard und Andreas Wittwer

In TaKeTiNa ist der Körper das Instrument. Durch spielerisches Tun mit Händen, Füßen und der Stimme werden die Teilnehmer (m/w/d) in ein Netzwerk aus Hören, Spüren, Sprechen, Singen, Bewegen und innerem Visualisieren geführt. Das körperliche Erleben und die gleichzeitige Achtsamkeit, inneres und äußeres Gewahrsein, führen zu mehr Körperbewusstsein im Hier und Jetzt!

Dabei verstärkt sich die Sinneswahrnehmung, große Wachheit bei gleichzeitiger Entspannung kann sich ausbreiten – ein Zustand, in dem das Tor zur Intuition aufgeht. Der Energiefluss im Körper und die Lebendigkeit intensiviert sich. Das Bewusstsein kann sich in eine Mehrdimensionalität weiten.

Die Teilnehmer werden durch Rhythmusreisen, Ruhe- und Bewegungsphasen geführt, werden eingeladen zum Eintauchen ins Hören von Klängen mit dem ganzen Körper. Dyaden ermöglichen die Erforschung des Themas in der Präsenz.

In diesem lebendigen, musikalisch energetischen Feld ist es möglich, ganz mit sich und gleichzeitig mit der Gruppe verbunden zu sein. Durch das Wechselspiel von Stabilisieren, Konfrontieren und Integrieren gestaltet sich der Prozess.

TaKeTiNa nutzt die transformierende Wirkung von Rhythmus, indem sich zur Gewohnheit gewordene Verhaltensweisen, welche die Lebendigkeit einengen und Entwicklungsprozesse behindern, im Prozess widerspiegeln und ins Bewusstsein gelangen. So können diese erkannt und transformiert werden.

TaKeTiNa®, entwickelt vom Musiker und Komponisten Reinhard Flatischler, ist heiteres und spielerisches Lernen im Angesicht des Ernsts des Lebens.

Rhythmisch und stimmlich Begabte und Unbegabte, Laien wie Musiker (jeweils m/w/d), sind herzlich willkommen.

WHEN THE DRUMMERS WERE WOMEN

*Rahmentrommel- und Stimmworkshop
für Frauen*
Sabine Bundschu

Der Titel des Workshops ist ein Zitat des gleichnamigen Buchs der amerikanischen Rahmentrommel Spezialistin Layne Redmond. In dieser *spirituellen Geschichte des Rhythmus* entdeckte sie, dass Trommeln ursprünglich die Domain der Frauen war.

Bereits 4300 v. Chr. gibt es zahlreiche Abbildungen von Priestern und Gottheiten mit Rahmentrommeln. Sie ist eines der ältesten überlieferten Instrumente und wird auf der ganzen Welt gespielt. Pulsierend als schamanische Trommel mit Stick oder mit der feinen Fingertechnik bietet sie ein breites Klangspektrum und eignet sich besonders zum Begleiten der Stimme.

Dieser Workshop richtet sich an Frauen, die gerne an diese alte Tradition des gemeinsamen Trommelns und Singens anknüpfen und Neues entdecken wollen. Die Rhythmen und Lieder aus verschiedenen Kulturen entfalten einen besonderen Zauber. Das tiefe Eintauchen in den Rhythmus öffnet den Raum der gleichzeitigen Wahrnehmung und ist ein Weg zu sich selbst.

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

**www.zist.de/de/seminar-
haus/unterkunft-und-
verpflegung

DATEN & PREISE

Der Fluss eines jeden hat seinen eigenen Lauf**Fr., 16.6., 18.30 h – So., 18.6.23, 14.00 h**

Kursgebühr 225 €
 zuzüglich Vollpension**
 Ort/Anmeldung:
 ZIST Penzberg Nr. 230632

Point Zero Painting – Die Kraft der kreativen Freiheit erleben**So., 30.7., 18.30 h – Fr., 4.8.23, 14.00 h**

Kursgebühr 700 €
 zuzüglich Vollpension**
 Ort/Anmeldung:
 ZIST Penzberg Nr. 230732

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

Singing Pool**Fr., 24.3., 18.30 h – Mo., 27.3.23, 14.00 h**

Kursgebühr 410 €
 zuzüglich Vollpension**
 Ort/Anmeldung:
 ZIST Penzberg Nr. 230333

neu DER FLUSS EINES JEDEN HAT SEINEN EIGENEN LAUF

Natur, Kunst und Wahrnehmung
 Clemens Büntig

*Es fließt dein Leben in dir.
 Ob Du mit diesem Strom in Kontakt bist
 oder nicht.*

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

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

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

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

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

POINT ZERO PAINTING – DIE KRAFT DER KREATIVEN FREIHEIT ERLEBEN

Kathrin Franckenberg

Die Point Zero Methode ist eine einzigartige Methode der Selbsterkundung, die uns in jenen wilden, ungezähmten Raum in uns führt, wo es weder Regeln 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, Improvisationschor, 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 ...

DATEN & PREISE

Dem Leben mehr Farbe geben**Fr., 31.3., 18.30 h – So., 2.4.23, 14.00 h**

Kursgebühr 240 €
 zuzüglich Vollpension**
 Ort/Anmeldung:
 ZIST Penzberg Nr. 230334

Klavierspüren, Kalligrafie und Tai Chi**Fr., 23.6., 18.30 h – So., 25.6.23, 14.00 h**

Kursgebühr 240 €
 zuzüglich Vollpension**
 Ort/Anmeldung:
 ZIST Penzberg Nr. 230634

Stimmiger Körper – verkörperte Stimme**Fr., 30.6., 18.30 h – Di., 4.7.23, 14.00 h**

Kursgebühr 690 €
 zuzüglich Vollpension**
 Ort/Anmeldung:
 ZIST Penzberg Nr. 230631

DEM LEBEN MEHR FARBE GEBEN

Regina Lord

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

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

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

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

Malkenntnisse sind nicht erforderlich.

Je ursprünglicher unser Ausdruck ist, desto mehr zeigt er uns unsere innere Welt.

Material wird gestellt.

KLAVIERSPÜREN, KALLIGRAFIE UND TAI CHI

Eine spielerische Entdeckung von Klang, Bewegung und Stille
 Masako Ohta

Masako Ohtas Idee für das Klavierspüren – ein ganzheitliches Klavierspiel – gründet auf der Einsicht, dass Klavierspiel mehr sein kann als Begabung, Technik und Fleiß. Als Klavierlehrerin benutzt sie des Öfteren einen japanischen Kalligraphiepinsel, um einen Ton zu beschreiben, oder sie zeigt eine Tai Chi Übung dazu.

In einer dieser Situationen entstand die Idee zu diesem Workshop, in dem auch Anfänger willkommen sind, denn es geht um's *Spüren*, um's *Entfalten*.

*Wir alle haben in unserem Innen und Außen wunderschöne Flügel. Lassen wir unsere Flügel sich behutsam öffnen und unsere Ent-Faltungsspielen, malen und spüren.
 Spread your wings!*

Tai chi, japanische Kalligrafie, Wahrnehmungsübungen und Haikus helfen bei der Zentrierung von Körper und Geist und führen in die Stille. Sie wecken unsere musikalischen Fähigkeiten von einer ganz neuen Seite her.

STIMMIGER KÖRPER – VERKÖRPERTE STIMME

Durch die Stimme über den Körper zum Selbst vordringen
 Lisa Sokolov

Kursprache Englisch mit Übersetzung

Gerade wer keine Vorbildung und Erfahrung im Singen hat, kann sich über Atem, Ton, Berührung, Imagination und Improvisation in einen Prozess von Erkunden, Erkennen, Lösen, Kräftigen und Integrieren von Körper, Stimme und Selbst begeben. Improvisierend erforschen wir in diesem Sing-Workshop die Quellen und die Kraft des Prozesses, in dem wir unsere Stimme und Musik finden und freisetzen.

Einzel, im Duett und als ganze Gruppe arbeiten wir daran, dass die Teilnehmer (m/w/d)

- sich besser in ihrem körperlichen Sein verwurzeln,
- freier und ausdrucksstärker singen,
- ihr Gehör nach außen und innen verfeinern,
- flüssiger werden in der Sprache der Musik,
- eine neue Beziehung zu ihrem eigenen Entwicklungsprozess und ihrem Ausdruck entwickeln und
- zu einer neuen Stärke in energetischer, emotionaler und ausdrucksvoller Lebendigkeit finden.

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

DATEN & PREISE

The Embodied Life Retreat
February 3 – 6, 2023**Friday, 6.30 p.m. –**
Monday, 2.00 p.m.Place, registration:
ZIST Penzberg No. 230230**July 13 – 16, 2023****Thursday, 6.30 p.m. –**
Sunday, 2.00 p.m.Place, registration:
ZIST Penzberg No. 230730Fee per workshop 450 €,
plus room and board**.**Frauen meditieren anders****Fr., 28.4., 18.30 h –**
Mo., 1.5.23, 14.00 hKursgebühr 430 €
zuzüglich Vollpension**Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230431**Dem Tod neu begegnen –**
Abschied und Bestatten
als Tor zum Leben**Fr., 20.10., 18.30 h –**
So., 22.10.23, 14.00 hKursgebühr 245 €
zuzüglich Vollpension**Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 231032**Schamanismus der**
Huichol Indianer**Fr., 17.11., 18.30 h –**
Mi., 22.11.23, 14.00 hKursgebühr 630 €
zuzüglich Vollpension**Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 231130**● THE EMBODIED LIFE RETREAT:**
AWARENESS THROUGH MEDITATION,
GUIDED INQUIRY AND THE TEACHINGS
OF MOSHÉ FELDENKRAIS

Russell Delman and Linda Evans Delman

Please see description on page 24.

● FRAUEN MEDITIEREN ANDERS*Bewusstseinsentwicklung und Innenschau*
im Einklang mit dem femininen Körper
Katrin Jonas

Der feminine Weg der Meditation beruht auf der Erfahrung, dass Frauen auf Meditationsmethoden, die mit der Funktionsweise ihres Körpers harmonieren, oftmals besser ansprechen. Sie fühlen sich am wohlsten, wenn das meditative Vorgehen mit dem Empfinden ihres Körpers korreliert und die Erregung des Nervensystems sich auf organische Weise beruhigen kann. Erst dann darf es im Zentrum des Organismus still werden; der *Zustand der Meditation* als Erfahrung der Stille und Nicht-Identifikation stellt sich ein.

Darüber hinaus ergibt sich ein feminines Vorgehen in der Meditationspraxis aus dem aktuellen Hormonhaushalt der Frau. Da sie sich in einem ständigen hormonellen Wandel befindet, wirkt sich das auch auf ihre meditativen Bedürfnisse aus: Diese variieren nicht nur vor, während oder nach der Menstruation, sondern auch in der Schwangerschaft oder in den Wechseljahren.

Dieser erfahrungsreiche Kurs gibt eine praktische Einführung in die Grundlagen femininen Meditierens. Durch die Anwendung körperaffiner und ausgesprochen femininer Bewusstseins- und Meditationsmethoden wird fühlbar gemacht, wie die Innenschau im Einklang mit den Qualitäten des weiblichen Körpers funktioniert. Gleichzeitig können die Tage als Zeit der inneren Einkehr genutzt werden. Im Kreise interessierter Frauen gibt es viele Möglichkeiten zur Selbstreflexion und zum Einzug in die innere Stille.

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

Susanne Kraft und Michael Kraft

Beschreibung siehe Seite 15.

● SCHAMANISMUS DER
HUICHOL INDIANER*Altes Wissen für die moderne Zeit*
Brant Secunda

Kursprache Englisch mit Übersetzung

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

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

- Traumrituale, die uns in Kontakt mit unseren Träumen bringen und die Traumrealität in den Alltag integrieren.
- Heilungsrituale, die die bestehende Verbindung zur natürlichen Welt wecken.
- Übungen, die den Geist beruhigen.
- Übungen, die zu tiefer Selbsterkenntnis führen.
- Die Hirschtanzzeremonie.
- Eine Pilgerschaft an die Zugspitze, wo wir unter anderem lernen, wie man sich einem Kraftplatz nähert.
- Trommeln, Rasseln und Singen.
- Die wunderschöne Kunst der Huichol Indianer, entstanden aus ihrer lebendigen, traditionellen Mythologie.

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

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

Kinder sind willkommen.

DATEN & PREISE

Ongoing Inquiry –
online**February 17 – 19, 2023**
German course times**Friday:****7 p.m. – 9.30 p.m.****Saturday and Sunday:****8 a.m. – 8.45 a.m.****Meditation,****3 p.m. – 6 p.m. and****7.30 p.m. – 9.30 p.m.**

Fee 330 €

Registration:

ZIST Penzberg No. 230220

**www.zist.de/de/seminar-
haus/unterkunft-und-
verpflegung**● ONGOING INQUIRY – ONLINE**

Jeanne Rosenblum

Assistant: Paul 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 some personal work after the exercises. 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.

The online workshop will take place via the Zoom platform. When setting up the meetings, we pay attention to relevant data protection settings. All you need to take part is a PC, notebook or tablet and a stable internet connection. Technology newbies will receive detailed instructions from us and the opportunity to have a test meeting one day before the start of the workshop.



INFORMATIONEN

NEUES ANGEBOT IN ZIST:
ONLINEWORKSHOPS

Angedacht war die Idee, Onlineworkshops in ZIST anzubieten, schon länger.

Die Verordnungen während der Pandemie haben die Entwicklung dann forciert. Zum einen, um bei Fort-, Weiter- und Ausbildungen fortfahren zu können, weil Präsenzveranstaltungen nicht erlaubt waren und den Teilnehmerinnen und Teilnehmern dennoch ihren Abschluss zu ermöglichen, zum anderen, um einen Teil der Selbsterfahrungsgruppen durchführen zu können, bei denen wir uns die Durchführung im Online-Modus vorstellen konnten. Das hat bei den Veranstaltungen, die wir in diesem Modus durchgeführt haben, so gut geklappt, dass wir uns dazu entschlossen haben, bestimmte Formate auch weiterhin online anzubieten.

Wir können so neue Zielgruppen erschließen, die beispielsweise weite Anreisen hätten und die Kosten für Unterkunft und Verpflegung scheuen, und wir können Angebote mit Referentinnen und Referenten unterbreiten, die eine weite Anreise aus beispielsweise den USA machen müssten und auch das aus den verschiedensten Gründen reduzieren möchten. Wir können Formate anbieten, die aufgrund der Lage von ZIST sonst nicht für uns infrage kämen, solche, wie regelmäßige fortlaufende Abendveranstaltungen oder Schnupperkurse, bei denen man auf unkomplizierte Weise neue Bereiche unseres Angebots kennenlernen kann.

Wir verstehen unser Onlineangebot nicht als Ersatz für die Präsenzveranstaltungen, sondern als sinnvolle Ergänzung für diejenigen, denen es liegt, auf diese Weise an einem Selbsterfahrungsworkshop teilzunehmen oder für diejenigen, die es einmal ausprobieren möchten.

Wir werden das Angebot unregelmäßig ergänzen. Schauen Sie daher immer auch auf unserer Webseite unter:
<https://www.zist.de/de/veranstaltungen/onlineworkshops>

TECHNISCHE VORAUSSETZUNGEN

Der Onlineworkshop findet über die Plattform Zoom statt, wir achten bei der Einrichtung der Meetings auf datenschutzrechtlich relevante Einstellungen. Für die Teilnahme ist lediglich ein PC, Notebook oder Tablet sowie eine stabile Internetverbindung notwendig. Technik-Neulinge erhalten von uns eine ausführliche Anleitung und die Möglichkeit zum Test-Meeting einen Tag vor Workshopbeginn.

NEW OFFER IN ZIST:
ONLINE WORKSHOPS

The thought of offering online workshops in ZIST was there for a long time.

The regulations during the pandemic then accelerated the development. On the one hand, in order to be able to continue with further education and training, because face-to-face events were not allowed and still enable the participants to graduate, and on the other hand, to be able to provide part of the self-awareness groups in which we are carrying out the implementation in online mode. This worked so well for the events we held in this mode that we decided to continue offering certain formats online.

In this way, we can open up new target groups who, for example, would have long journeys and shy away from the costs of accommodation and meals, and we can make offers with speakers who would have to take a long trip from, for example, the USA and would also like to reduce that for various reasons. And we can offer formats that otherwise would not come into question for us due to the location of ZIST, such as regular ongoing evening events or trial course where you can get to know new areas of our offers in a convenient way.

We do not see our online offer as a substitute for face-to-face events, but rather as a useful addition for those who feel it is important to take part in a self-awareness workshop in this way or for those who would like to try it out.

We will add to the offer irregularly. So always take a look at our website for news:
<https://www.zist.de/de/veranstaltungen/onlineworkshops>

TECHNICAL REQUIREMENTS

The online workshop takes place via Zoom. We pay attention to data protection-relevant settings when setting up the meetings. All you need to take part is a PC, notebook or tablet and a stable internet connection. Technical newcomers receive detailed instructions and the opportunity to attend a test meeting one day before the workshop begins.

DATEN & PREISE

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

jeweils montags zwischen

18.00 h – 19.30 h

16.1.23

23.1.23

30.1.23

6.2.23

Kursgebühr 115 €

Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 230120

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

Fr., 10.3. – So., 12.3.23

Workshopzeiten

Fr., 18.00 h – 21.00 h

Sa., 10.00 h – 18.00 h

(2 Std. Mittagspause)

So., 10.00 h – 13.00 h

Kursgebühr 255 €

Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 230321

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

An diesen Onlineabenden können Sie lernen, miteinander intime und wohltuende Begegnungen zu gestalten. Die Meditationen für zwei sind kurze und heilsame Rituale jenseits von Argumentation und Diskussion; sie machen wach und klar und bestätigen den einzelnen ebenso wie die Partnerschaft. Dabei kräftigen sie sowohl die Autonomie als auch die Selbstvergessenheit.

Viele Partner (m/w/d) verbindet das Interesse an wesentlicher Begegnung – und leider auch den Mangel daran. Die Annahme, es läge an einem zu vollen und reizintensiven Alltag, liegt ebenso nahe wie der Wunsch, gemeinsam zu entspannen und zu Hause nicht nochmals aktiv und aufmerksam für den anderen sein zu müssen. Die Meditationen für zwei bieten in dieser Gemengelage eine Lösung an. In den Meditationen verbinden Sie aufmerksames Beieinandersein und die Reflexion herausfordernder, liebevoller und verstörender Themen in einer erfüllenden Begegnung. Die Partner schöpfen aus der Kraft geteilter Stille, die ein vom Thema unabhängiges Empfinden von *Zuhause-Sein* ermöglicht. Die Meditationen klären, verbinden und lösen; sie führen zu dem zurück, was die meisten Paare ursprünglich zueinander geführt hat: waches, teilnahme- und liebevolles Interesse an der Eigenart des anderen.

Ein Onlinetreffen dauert eineinhalb Stunden, besteht aus Meditation, der Wahl eines Themas für die gemeinsame Kontemplation, Sharing und gegebenenfalls einer kurztherapeutischen Intervention.

Maximal 4 Paare

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

Somatische Körper-Mind-Integration in der Praxis
Katrin Jonas

In diesem erfahrungsorientierten Seminar steht im Mittelpunkt, wie der BodyWareness-Ansatz, abgeleitet von dem Begriff Körperbewusstsein, sowohl in die berufsspezifische Arbeit als Coach, Therapeut, Mediziner, Heilpraktiker, Lehrer (jeweils m/w/d) und so weiter, als auch in die eigene Selbstfürsorge einfließen kann. Ausgehend von der Tatsache, dass wir Klienten, Patienten (jeweils m/w/d), ja anderen Menschen nicht von Kopf zu Kopf, sondern als fühlende Wesen begegnen, muss das Eigenempfinden und das Erfühlen innerer Prozesse eine tragende Rolle in jedem Selbstreflexions- oder Heilungsprozess spielen. Vermittelt werden zum einen die theoretischen Aspekte des BodyWareness-Ansatzes und zum anderen vielfältige praktische Erfahrungen durch die Anwendung typischer BodyWareness-Tools.

Inhaltliche Fragestellungen

- Warum muss die Entwicklung von Körperbewusstsein eine Schlüsselrolle im Therapie- und Coaching-Alltag spielen?
- Warum bleiben mentale Ansätze (Denken/Verstand) oftmals unvollständig?
- Wie lernen Klienten/Patienten/Teilnehmer (jeweils m/w/d) (wieder) sich zu fühlen?
- Wie funktioniert die sensomotorische Wiederbelebung praktisch?
- Wie können destruktive sensomotorische oder stressbedingte Muster verlassen werden?
- Wie können somatische Übungen (unter anderem Feldenkrais, Trager, Hanna Somatics, Sensory Awareness, meditative Sequenzen, leichte Trancetechniken und so weiter) in die Praxis integriert werden?
- Welchen Stellenwert hat die Berührung dabei?
- Welche Tools helfen, um die eigenen Kraftressourcen als Therapeut, Heiler, Coach, Mediziner, Yogalehrer, Hypno- oder Psychotherapeut (jeweils m/w/d) und so weiter aufzufüllen?

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

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

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

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

DATEN & PREISE

Gefühle zum Weglaufen* – online**Termine****jeweils mittwochs****von 18.00 h bis 20.00 h****15.3.23****22.3.23****29.3.23****12.4.23****19.4.23**

Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 230322

Termine**jeweils mittwochs****von 18.00 h bis 20.00 h****25.10.23****1.11.23****8.11.23****15.11.23****22.11.23**

Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 231021

Kursgebühr jeweils 270 €

Fragestunde: "Schreikind", "High Need"-Kind oder hochsensibel?* – online**Do., 26.1.23, 20.00 h – 22.00 h**

Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 230121

Do., 15.6.23, 20.00 h – 22.00 h

Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 230620

Kursgebühr jeweils 40 €

Fragestunde: Hochsensibel – schön anstrengend* – online**Do., 2.3.23, 20.00 h – 22.00 h**

Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 230320

Do., 14.9.23, 20.00 h – 22.00 h

Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 230920

Kursgebühr jeweils 40 €

● GEFÜHLE ZUM WEGLAUFEN* – ONLINE*Eine besondere Einführung ins Focusing (online an fortlaufenden Abendterminen)*
Elmar Kruithoff

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

● FRAGESTUNDE: "SCHREIKIND", "HIGH NEED"-KIND ODER HOCHSENSIBEL?* – ONLINE
Karin Ortner-Willnecker

Seine besondere Offenheit für die Welt ermöglicht es dem Säugling und Kleinkind, mit Siebenmeilenstiefeln zu lernen. Und dennoch braucht die Offenheit ihren Gegenpol – die Fähigkeit, seine Sinne aus dieser Welt zurückzuziehen.

In den beiden Stunden geht die Referentin auf Fragen ein, wie Sie als Eltern diesen Entwicklungsprozess des Hin-und-Herschwingens zwischen Offenheit und Rückzug einfühlsam begleiten und gleichzeitig ihre eigenen Bedürfnisse erfüllen können. Darüber hinaus werden Sie im Austausch mit anderen Teilnehmern (m/w/d) erfahren: Sie sind nicht allein mit den vielen Hochs und Tiefs, die wir als Eltern dieser Kinder durchleben.

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

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

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

DATEN & PREISE

Fragestunde: Hochsensibel – Bereicherung und Herausforderung zugleich für Partnerschaft und Familie* – online
Do., 20.4.23, 20.00 h – 22.00 hAnmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230420**Do., 26.10.23, 20.00 h – 22.00 h**Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 231020
Kursgebühr jeweils 40 €**Mitgefühl – im Umgang mit sich selbst und anderen angesichts aktueller Herausforderungen* – online****So., 18.6. – Mi., 21.6.23**
Workshopzeiten
So., 16.00 h – 18.00 h
Mo. und Di., jeweils
10.00 h – 13.00 h
und 15.00 h – 18.30 h
Mi., 10.00 h – 13.00 hKursgebühr 405 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230621**Das SAT Programm als psycho-spiritueller Entwicklungsweg – seine Methoden und Besonderheiten – online**
So., 30.4.23, 20.00 h – 21.30 hKursgebühr 35 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230421**Ongoing Inquiry – online****February 17 – 19, 2023**
German course times**Friday:**
7 p.m. – 9.30 p.m.
Saturday and Sunday:
8 a.m. – 8.45 a.m.
Meditation,
3 p.m. – 6 p.m. and
7.30 p.m. – 9.30 p.m.Fee 330 €
Registration:
ZIST Penzberg No. 230220**● FRAGESTUNDE: HOCHSENSIBEL – BEREICHERUNG UND HERAUSFORDERUNG ZUGLEICH FÜR PARTNERSCHAFT UND FAMILIE* – ONLINE**
Karin Ortner-Willnecker

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

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

● MITGEFÜHL – IM UMGANG MIT SICH SELBST UND ANDEREN ANGESICHTS AKTUELLER HERAUSFORDERUNGEN* – ONLINE*Psychodynamisch imaginative Arbeit konkret für Betroffene und Helfende*
Luise Reddemann

Mitgefühl bedeutet, die Fähigkeit sich in andere und sich selbst einzufühlen und hilfreich bestehen zu wollen, so gut es geht. Mitgefühl ist also nicht nur ein Gefühl, sondern Gefühl plus die Bereitschaft, hilfreich anderen und sich selbst gegenüber zu handeln. Derzeit stehen wir vor der Herausforderung, angesichts von Klimakrise und Krieg umzudenken und mitfühlender zu handeln. Im Workshop werden wir verschiedene Übungen zu Mitgefühl einüben und uns Gedanken machen, wie wir mitfühlender werden können: Wiederum anderen und uns selbst gegenüber.

● DAS SAT PROGRAMM ALS PSYCHO-SPIRITUELLER ENTWICKLUNGSWEG – SEINE METHODEN UND BESONDERHEITEN – ONLINE
Katrin Reuter

Kursprache Deutsch und Englisch

Im Rahmen des *Das Enneagramm der Persönlichkeit und der Gesellschaft – ein erfahrungsorientierter Workshop* können Sie an dieser eineinhalbstündigen Infoveranstaltung teilnehmen, in der Sie kompensiert Informationen über das von Claudio Naranjo entwickelte Seekers after Truth (SAT) Programm erhalten und alle Fragen stellen können, die Sie im Zusammenhang mit dem SAT Programm**● ONGOING INQUIRY – ONLINE**
Jeanne Rosenblum
Assistant: Paul 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 some personal work after the exercises. 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.

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.**www.zist.de/de/seminarhaus/
unterkunft-und-
verpflegung



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

Wolf Büntig

FORT-, WEITER- UND
AUSBILDUNG

- Fortbildung – Workshops
- Fortbildung – Serien
- Längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen
- Ankündigung 2024
- Postgraduale Workshops

36
47
50
52
54

DATEN & PREISE

Welche Form(en) der Psychotherapie können konsistente Erkenntnisse unterstützen?*

Di., 3.1., 18.30 h – So., 8.1.23, 14.00 h

Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230151

Making and Unmaking of the World*

Fr., 12.5., 18.30 h – Mi., 17.5.23, 14.00 h

Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230551

Kursgebühr je
Workshop 615 €
zuzüglich Vollpension**

neu WELCHE FORM(EN) DER PSYCHOTHERAPIE KÖNNEN KONSISTENTE ERKENNTNISSE UNTERSTÜTZEN?*

Psychotherapie für das Leben in einer unbekanntem Zukunft

Postgraduale Fortbildung für approbierte Psychotherapeuten, Psychiater und für PiA nach der Zwischenprüfung sowie Heilpraktiker (jeweils m/w/d) begrenzt auf das Gebiet der Psychotherapie sowie andere in der Heilkunde tätige Personen, die sich für eine integrierende psychotherapeutische Praxis interessieren

Hunter Beaumont

Die Psychotherapie befasst sich im Allgemeinen mit den negativen Auswirkungen der Vergangenheit auf die gegenwärtige Erfahrung, die zu krankheitswertigen Störungen führen können. Der sich beschleunigende Wandel in der Welt und eine unbekanntem Zukunft sowie der sprunghafte Anstieg nach Psychotherapie seit Corona und die aktuellen weltpolitischen Krisen – verbunden mit der Schwierigkeit von uns Menschen, konstruktiv mit Unsicherheit umzugehen, werden zunehmend zu einer Quelle des Leidens. Die Workshops der Kursreihe widmen sich der Frage: *Was kann integrierende, tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie anbieten, um Menschen dabei zu unterstützen, sich konstruktiv dem Leben in einer zunehmend als unsicher empfundenen Zukunft mit unbekanntem Anforderungen zu stellen?* Sie bieten Integration verschiedener theoretischer und empirischer Perspektiven, Techniken und praktischer Strategien sowie die Möglichkeit, persönliche Themen und mögliche Fallsupervisionen zu erforschen.

Mögliche Themen dieses Workshops aus der Reihe *Psychotherapie für das Leben in einer unbekanntem Zukunft werden sein:*

- Neuere Ergänzungen zur Evolutionstheorie entsprechend der aktuellen Forschungslage
- Von Behandlung zu Bildung
- Arbeit am Selbst als Beitrag zur Evolution
- Ressourcenarbeit für die psychische Bildung als empirisch gesicherter Wirkfaktor in der Psychotherapie

neu MAKING AND UNMAKING OF THE WORLD*

Psychotherapie für das Leben in einer unbekanntem Zukunft

Postgraduale Fortbildung für approbierte Psychotherapeuten, Psychiater und für PiA nach der Zwischenprüfung sowie Heilpraktiker (jeweils m/w/d) begrenzt auf das Gebiet der Psychotherapie sowie andere in der Heilkunde tätige Personen, die sich für eine integrierende psychotherapeutische Praxis interessieren

Hunter Beaumont

Die Psychotherapie befasst sich im Allgemeinen mit den negativen Auswirkungen der Vergangenheit auf die gegenwärtige Erfahrung, die zu krankheitswertigen Störungen führen können. Der sich beschleunigende Wandel in der Welt und eine unbekanntem Zukunft sowie der sprunghafte Anstieg nach Psychotherapie seit Corona und die aktuellen weltpolitischen Krisen – verbunden mit der Schwierigkeit von uns Menschen, konstruktiv mit Unsicherheit umzugehen, werden zunehmend zu einer Quelle des Leidens. Die Workshops der Kursreihe widmen sich der Frage: *Was kann integrierende, tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie anbieten, um Menschen dabei zu unterstützen, sich konstruktiv dem Leben in einer zunehmend als unsicher empfundenen Zukunft mit unbekanntem Anforderungen zu stellen?* Sie bieten Integration verschiedener theoretischer und empirischer Perspektiven, Techniken und praktischer Strategien sowie die Möglichkeit, persönliche Themen und mögliche Fallsupervisionen zu erforschen.

Mögliche Themenkreise dieses Workshops aus der Reihe *Psychotherapie für das Leben in einer unbekanntem Zukunft werden sein:*

- Kultur als durch Erzählung(en) erschaffen verstehen (Yuval Harrari)
- Kultur und Identität/Gruppen- und Großgruppenidentität (Vamik Volkan)
- Gehirnasymmetrie und verschiedene Bewusstseinsmodi (Iain McGilchrist)
- Trauma und Identität – Wie wir zur Person wurden, die wir sind (Gabor Maté)
- Informationsblasen und Identität (Personal Exploration)

DATEN & PREISE

Die Notwendigkeit einer erneuerten Ethik*

Di., 29.8., 18.30 h – So., 3.9.23, 14.00 h

Kursgebühr 615 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230851

Der allein geliebene Zwilling

Fr., 28.7., 18.30 h – So., 30.7.23, 14.00 h

Kursgebühr 335 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230733

Wozu bin ich krank? Symptome und unbewusste Liebe

Do., 19.10., 18.30 h – So., 22.10.23, 14.00 h

Kursgebühr 370 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 231030

neu DIE NOTWENDIGKEIT EINER ERNEUERTEN ETHIK*

Psychotherapie für das Leben in einer unbekanntem Zukunft

Postgraduale Fortbildung für approbierte Psychotherapeuten, Psychiater und für PiA nach der Zwischenprüfung sowie Heilpraktiker (jeweils m/w/d) begrenzt auf das Gebiet der Psychotherapie sowie andere in der Heilkunde tätige Personen, die sich für eine integrierende psychotherapeutische Praxis interessieren

Hunter Beaumont

Die Psychotherapie befasst sich im Allgemeinen mit den negativen Auswirkungen der Vergangenheit auf die gegenwärtige Erfahrung, die zu krankheitswertigen Störungen führen können. Der sich beschleunigende Wandel in der Welt und eine unbekanntem Zukunft sowie der sprunghafte Anstieg nach Psychotherapie seit Corona und die aktuellen weltpolitischen Krisen – verbunden mit der Schwierigkeit von uns Menschen, konstruktiv mit Unsicherheit umzugehen, werden zunehmend zu einer Quelle des Leidens. Die Workshops der Kursreihe widmen sich der Frage: *Was kann integrierende, tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie anbieten, um Menschen dabei zu unterstützen, sich konstruktiv dem Leben in einer zunehmend als unsicher empfundenen Zukunft mit unbekanntem Anforderungen zu stellen?* Sie bieten Integration verschiedener theoretischer und empirischer Perspektiven, Techniken und praktischer Strategien sowie die Möglichkeit, persönliche Themen und mögliche Fallsupervisionen zu erforschen.

Mögliche Themenkreise dieses Workshops aus der Reihe *Psychotherapie für das Leben in einer unbekanntem Zukunft werden sein:*

- Tiefenpsychologie und die neue Ethik (von Neumann)
- Ganzheitliche Ethik/Right Brain Ethics (Iain McGilchrist)
- Gaia und Indigenous World Views
- Theorie komplexer Systeme und systemisches Denken
- Persönliche Ethik und Identität (Persönliche Erkundung)
- Im Einklang sein versus richtig oder falsch sein (Persönliche Erkundung)
- Falsche Ideen erkennen und korrigieren (Dominion)

● DER ALLEIN GEBLIEBENE ZWILLING

Peter Bourquin

Beschreibung siehe Seite 14.

● WOZU BIN ICH KRANK? SYMPTOME UND UNBEWUSSTE LIEBE

Aufstellungsarbeit bei Krankheit mit Symptomaufstellungen und dem Lebensintegrationsprozess (LIP nach Nelles)

Thomas Geßner

In diesem Workshop geht es um den Zusammenhang von Krankheit, Symptombildungen und unbewusster Liebe. Wir folgen der Wahrnehmung, dass Krankheiten sich nicht nur im unmittelbar sichtbaren Bereich vollziehen. Mithilfe der Aufstellungsarbeit (Symptomaufstellungen und andere Formate in Kombination mit dem Lebensintegrationsprozess nach Nelles) schauen wir darauf, was unsere Krankheitssymptome als Äußerungen der Seele zeigen und bewirken wollen. Sie enthalten oft in sich selbst einen hereindringenden 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 (m/w/d) in Aufstellungen zu stehen und eigene Themen oder Fälle einzubringen.

Dieser Workshop ist zur Fortbildung für Fachkräfte aus den Heil- und Sozialberufen geeignet.

Literatur
Wilfried Nelles und Thomas Geßner: *Die Sehnsucht des Lebens nach sich selbst*, Innenwelt Verlag, Köln, 2014

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

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

DATEN & PREISE

Freier Fluss für einen freien Kopf – mit indischer Kopfmassage
Fr., 28.7., 18.30 h –
So., 30.7.23, 14.00 h

Kursgebühr 260 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230734

**NIG Practitioner
Im Bilde sein****Modul 1
(Barbara Innecken)**
Fr., 27.1., 18.30 h –
So., 29.1.23, 14.00 h

Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230131

**Modul 2
(Barbara Innecken)**
Fr., 24.3., 18.30 h –
So., 26.3.23, 14.00 h

Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230335

**Modul 3
(Silke Humez)**
Fr., 9.6., 18.30 h –
So., 11.6.23, 14.00 h

Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230633

**Modul 4
(Silke Humez)**
Fr., 1.9., 18.30 h –
So., 3.9.23, 14.00 h

Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230932

Kursgebühr je
Workshop 315 €
zuzüglich Vollpension**

**Gruppenpsychotherapie:
Leitung ambulanter
Gruppen***
So., 19.3., 18.30 h –
Fr., 24.3.23, 14.00 h

Kursgebühr 980 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230336

● FREIER FLUSS FÜR EINEN FREIEN KOPF – MIT INDISCHER KOPFMASSE

Eine einfache Ausbildung für Mütter, Väter, Liebende, Kollegen (m/w/d), Bodyworker ...
Devapria Gokani

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

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

Die IKM unterstützt und fördert die Blut- und Flüssigkeitszirkulation im gesamten Kopfbereich. Dabei wird der natürliche Fluss zwischen Kopf und Herz befreit. Das Gehirn entspannt und so entspannen sich das gesamte Nervensystem und der gesamte Körper.

Ein besonderer Aspekt dieser Arbeit, die im Sitzen gemacht wird, ist, dass man dem Körper hilft, sich wieder daran zu erinnern, dass man auch in aufrechter Haltung die Muskulatur von Schultern, Nacken und Rücken entspannen kann – das heißt, in einer Position, in der der Körper der Schwerkraft der Erde ausgesetzt ist.

In Indien werden Babys von Geburt an regelmäßig massiert und wenn sie älter werden, erhalten die Kinder täglich eine Kopfmassage. So wird Kopfmassage ein natürlicher Teil des täglichen Lebens, eine Art von Prophylaxe und sie unterstützt die familiäre Beziehung.

In diesem Intensivworkshop in IKM werden die grundlegenden Massagetechniken gelehrt. Die Teilnehmer (m/w/d) werden bei der gegenseitigen Massage von Devapria Gokani supervidiert und befähigt, eine 30- bis 45-minütige Einzelsitzung zu geben. Es werden keine Hilfsmittel wie Massageöle benötigt und die Klienten (m/w/d) 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, Silke Humez

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

Beschreibung siehe Seite 47.

**neu GRUPPENPSYCHOTHERAPIE:
LEITUNG AMBULANTER GRUPPEN***

- Postgraduale Fortbildung für approbierte Psychotherapeuten, Psychiater und für PiA nach der Zwischenprüfung sowie Heilpraktiker (jeweils m/w/d) begrenzt auf das Gebiet der Psychotherapie sowie andere in der Heilkunde tätige Personen, die sich für eine integrierende psychotherapeutische Praxis interessieren
- Modul zur Erlangung der Zusatzqualifikation Gruppentherapie
Reinhard Hauser

In diesem Workshop werden wir die Haltungen und Werkzeuge vertiefen, die Teilnehmern (m/w/d) und der Gruppe Erfahrungen von Kohäsion ermöglichen, die Lösungserfahrungen von interpersonellen und inneren Spannungen bieten. Fragen umfassen Unterschiede in der Begleitung einer Gruppe in verschiedenen Phasen, mit unterschiedlichen Störungsbildern, während persönlichen und gruppalen Krisen, bei Abschieden und Neuzugängen.

Der Hintergrund zur Arbeit mit der Gruppe bilden gruppenpsychotherapeutische Ansätze wie die erfahrungsorientierte prozess-geleitete Gruppenpsychotherapie, die analytisch-psychodynamische und die interaktionelle Gruppenpsychotherapie, welche im Rahmen der Ausbildung an der ZIST Akademie für Psychotherapie im Modul Gruppenpsychotherapien eingeführt wurden.

Ein Fokus des Workshops ist die *innere Arbeit* des Therapeuten (m/w/d), welche ihre Haltung und damit ihr Handeln begründen. Wir üben Offenheit und Wertschätzung aller Stimmen und Gefühle im Raum, besonders marginalisierten und polarisierenden Anteilen. Durch Benennen und Rahmen von Prozessen entsteht ein sicherer Raum, in dem therapeutische Prozesse und

Erfahrungen der Teilnehmer entfaltet werden, im Einzelsetting, in Beziehung und in der Gruppe. Der Workshop verbindet analytisches Denken unter Einbeziehung früherer Erfahrungen und deren Spiegelungen in Übertragung und Gegenübertragung sowie interpersonelle erfahrungsorientierte Arbeit im Hier und Jetzt.

Anhand kurzer Falldarstellungen der Teilnehmer suchen wir Zugänge, auch sogenannte schwierige Prozesse potentialorientiert zu entfalten. Wie unterstützen wir strukturschwächere Teilnehmer? Wie nutzen wir Träume sinnvoll, wie Körpererfahrungen und Symptome? Wie arbeiten wir mit Widerstand und Wahrnehmungsgrenzen, mit Feedback sowie der Dynamik von Rang und Privilegien und ihren interpersonellen Wirkungen im Feld?

Fragen der Teilnehmenden haben vorrangig Platz:

- Zusammenstellen von ambulanten Gruppen, homogen/störungsspezifisch versus heterogen/gemischt. Strukturniveau und ambulante Gruppen, Grenzen und Möglichkeiten. Erfahrungen und Austausch.
- Fragen aus der Praxis der ambulanten Gruppenpsychotherapie. Umgang mit Krisen in der Gruppe, repetitiven Störungen. Umgang mit Mikrokonflikten, Kritik und (Selbst)-Entwertung.

Der Workshop hat viel Platz für Fragen der Teilnehmenden. Er bietet theoretische Inputs, Reflexionsrunden sowie eine Praxis mit Einzel-, Beziehungs- und Gruppenarbeiten sowie Übungen zu ausgewählten Themen.

Für PiA der ZIST Akademie 560 €
zuzüglich Vollpension**
Interessenten (m/w/d) an der ZQ
Gruppentherapie melden sich
vor der Anmeldung bitte zur Klärung der
Zugangsvoraussetzungen per E-Mail bei:
ursula.clormann@zist-akademie.de

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

*Somatische Körper-Mind-Integration
in der Praxis*
Katrin Jonas

In diesem erfahrungsorientierten Seminar steht im Mittelpunkt, wie der BodyWareness-Ansatz, abgeleitet von dem Begriff Körperbewusstsein, sowohl in die berufsspezifische Arbeit als Coach,

Therapeut, Mediziner, Heilpraktiker, Lehrer (jeweils m/w/d) und so weiter, als auch in die eigene Selbstfürsorge einfließen kann. Ausgehend von der Tatsache, dass wir Klienten, Patienten (jeweils m/w/d), ja anderen Menschen nicht von Kopf zu Kopf, sondern als fühlende Wesen begegnen, muss das Eigenempfinden und das Erfühlen innerer Prozesse eine tragende Rolle in jedem Selbstreflexions- oder Heilungsprozess spielen. Vermittelt werden zum einen die theoretischen Aspekte des BodyWareness-Ansatzes und zum anderen vielfältige praktische Erfahrungen durch die Anwendung typischer BodyWareness-Tools.

Inhaltliche Fragestellungen

- Warum muss die Entwicklung von Körperbewusstsein eine Schlüsselrolle im Therapie- und Coaching-Alltag spielen?
- Warum bleiben mentale Ansätze (Denken/Verstand) oftmals unvollständig?
- Wie lernen Klienten/Patienten/Teilnehmer (jeweils m/w/d) (wieder) sich zu fühlen?
- Wie funktioniert die sensomotorische Wiederbelebung praktisch?
- Wie können destruktive sensomotorische oder stressbedingte Muster verlassen werden?
- Wie können somatische Übungen (unter anderem Feldenkrais, Trager, Hanna Somatics, Sensory Awareness, meditative Sequenzen, leichte Trancetechniken und so weiter) in die Praxis integriert werden?
- Welchen Stellenwert hat die Berührung dabei?
- Welche Tools helfen, um die eigenen Kraftressourcen als Therapeut, Heiler, Coach, Mediziner, Yogalehrer, Hypno- oder Psychotherapeut (jeweils m/w/d) und so weiter aufzufüllen?

Technische Voraussetzungen

Der Onlineworkshop findet über die Plattform Zoom statt, wir achten bei der Einrichtung der Meetings auf datenschutzrechtlich relevante Einstellungen. Für die Teilnahme ist lediglich ein PC, Notebook oder Tablet sowie eine stabile Internetverbindung notwendig. Technik-Neulinge erhalten von uns eine ausführliche Anleitung und die Möglichkeit zum Test-Meeting einen Tag vor Workshopbeginn.

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

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

DATEN & PREISE

**BodyWareness:
Körperbewusstsein
als Schlüssel zur
Veränderung in Therapie
und Coaching – online**
Fr., 10.3. – So., 12.3.23
Workshopzeiten
Fr., 18.00 h – 21.00 h
Sa., 10.00 h – 18.00 h
(2 Std. Mittagspause)
So., 10.00 h – 13.00 h

Kursgebühr 255 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230321

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

**www.zist.de/de/seminar-
haus/unterkunft-und-
verpflegung

DATEN & PREISE

Come To Life – von Scham und Schuld zu Integration und Verbundenheit*
Fr., 24.2., 18.30 h – So., 26.2.23, 14.00 h
 Kursgebühr 300 € zuzüglich Vollpension**
 Ort/Anmeldung:
 ZIST Penzberg Nr. 230233

Existenzielle und Transpersonale Psychologie*
Di., 27.6., 18.30 h – So., 2.7.23, 14.00 h
 Kursgebühr 725 € zuzüglich Vollpension**
 Ort/Anmeldung:
 ZIST Penzberg Nr. 230635

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

Sabine Löffler und Uwe Minde

"Es gibt eine Wirklichkeit, die vor Himmel und Erde steht.", beginnt ein Text über Zen. Wie kommt es, dass wir uns mit dieser Wirklichkeit so selten verbunden fühlen?

Al Pessó formulierte drei Aspekte, die mit dem Erleben von Verbundenheit korrelieren. Die Verbundenheit mit dem eigenen Körper. Die Verbundenheit mit dem Gegenüber und die Verbundenheit mit der Schöpfung, mit dem Leben. Sie ist unser natürlicher Zustand und dennoch können wir sie kaum bewusst herstellen. Besonders durch Gefühle von Scham und Schuld verlieren wir diese Verbundenheit.

Wir sind bindungsorientierte Säugetiere. Gemeinschaft, Zugehörigkeit und Verbundenheit sind für unser Überleben elementar. Kein anderes Wesen ist in der Lage, die existenzielle Bedrohung von Einsamkeit so bewusst wahrzunehmen wie der Mensch. So betrifft Scham das Gefühl von Isolation und Verbundenheit. Unsere Sehnsucht nach Zugehörigkeit lässt uns die Regeln einhalten, deren Übertretung ein Ausschluss aus der Gemeinschaft zur Folge hätte. Demütigungen werden wie ein körperlicher Angriff erlebt und aktivieren die entsprechenden aggressiven Abwehrtechniken.

Dieser Workshop basiert auf dem Entwicklungsmodell von Al Pessó. Durch Übungen und interaktiven Erfahrungen sollen die Teilnehmer (m/w/d) erleben, wie Verbundenheit entsteht – anstelle von Beschämung und Isolation – und wie Würde und Integration möglich wird anstelle von Demütigung und Dissoziation.

neu **EXISTENZIELLE UND TRANSPERSONALE PSYCHOLOGIE***

Postgraduale Fortbildung für approbierte Psychotherapeuten, Psychiater und für PiA nach der Zwischenprüfung sowie Heilpraktiker (jeweils m/w/d) begrenzt auf das Gebiet der Psychotherapie sowie andere in der Heilkunde tätige Personen, die sich für eine integrierende psychotherapeutische Praxis interessieren

Gustav Marlock

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

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

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

DATEN & PREISE

Mitgefühl – im Umgang mit sich selbst und anderen angesichts aktueller Herausforderungen*
So., 18.6. – Mi., 21.6.23
Workshopzeiten
So., 16.00 h – 18.00 h
Mo. und Di., jeweils 10.00 h – 13.00 h und 15.00 h – 18.30 h
Mi., 10.00 h – 13.00 h
 Kursgebühr 405 €
 Anmeldung:
 ZIST Penzberg Nr. 230621

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

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

● **MITGEFÜHL – IM UMGANG MIT SICH SELBST UND ANDEREN ANGESICHTS AKTUELLER HERAUSFORDERUNGEN* – ONLINE**

Psychodynamisch imaginative Arbeit konkret für Betroffene und Helfende
 Luise Reddemann

Mitgefühl bedeutet, die Fähigkeit sich in andere und sich selbst einzufühlen und hilfreich bestehen zu wollen, so gut es geht. Mitgefühl ist also nicht nur ein Gefühl, sondern Gefühl plus die Bereitschaft, hilfreich anderen und sich selbst gegenüber zu handeln. Derzeit stehen wir vor der Herausforderung, angesichts von Klimakrise und Krieg umzudenken und mitfühlender zu handeln. Im Workshop werden wir verschiedene Übungen zu Mitgefühl einüben und uns Gedanken machen, wie wir mitfühlender werden können: Wiederum anderen und uns selbst gegenüber.

Technische Voraussetzungen
 Der Onlineworkshop findet über die Plattform Zoom statt, wir achten bei der Einrichtung der Meetings auf datenschutzrechtlich relevante Einstellungen. Für die Teilnahme ist lediglich ein PC, Notebook oder Tablet sowie eine stabile Internetverbindung notwendig. Technik-Neulinge erhalten von uns eine ausführliche Anleitung und die Möglichkeit zum Test-Meeting einen Tag vor Workshopbeginn.

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

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

DATEN & PREISE

Einführung in die Bodydynamic Arbeit mit Entwicklungstrauma**Fr., 3.3., 18.30 h – So., 5.3.23, 14.00 h**Kursgebühr 280 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230330**Selbstaussdruck und Durchsetzungsvermögen****Fr., 21.7., 18.30 h – So., 23.7.23, 14.00 h**Kursgebühr 280 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230731**● EINFÜHRUNG IN DIE BODYDYNAMIC ARBEIT MIT ENTWICKLUNGSTRAUMA**

Michael Rupp

Ein Entwicklungstrauma ist eine besonders schwer zu fassende Reihe von Erfahrungen, die sich auf unsere gesamte Persönlichkeitsentwicklung auswirken. Oft fühlt es sich wie eine Art von *Ausweglosigkeit* an, ein tiefes Unvermögen, ein bestimmtes Verhalten zu ändern.

Tatsächlich sind wir an diesen Stellen zutiefst verletzt und oft nur begrenzt fähig, die Realität objektiv wahrzunehmen. Wir sind wie in einer zeitlosen Blase eingeschlossen, oft wichtiger Fähigkeiten beraubt, zum Beispiel uns angemessen abzugrenzen oder für unsere natürlichen Bedürfnisse zu sorgen. Wir fühlen uns hilflos, isoliert und hoffnungslos.

Auch der Körper wird massiv von den fortgesetzten traumatischen Erfahrungen geprägt. Sie schlagen sich auf unsere Haltung, die Körperwahrnehmung und sogar unsere Fähigkeit, Emotion und Stress zu regulieren, nieder. Traumatische Erfahrungsinhalte sind also *implizit* über den Körper abgespeichert, aber bewusster Erinnerung oft nicht zugänglich.

Es ist jedoch möglich, uns frühe Traumatisierungen mit bewusstem, gezieltem Spüren mittels präzise ausgeführter Bewegungen *mit einem spiegelnden Gegenüber* wieder zugänglich zu machen. Dabei ist entscheidend, der Person auf der gleichen Entwicklungsebene *zu begegnen*. Also an der Stelle, an der wesentliche Bedürfnisse verletzt wurden.

Wir werden mit spezifischen Übungen arbeiten, um wesentliche *Ich-Fähigkeiten* (Grenzen, Erdung, Zentrierung et cetera) zu stärken und alte, traumatisch bedingte Muster zu lösen. Darüber hinaus vermittelt Ihnen dieses Seminar Konzepte, um Entwicklungstrauma richtig zu erkennen, so zum Beispiel eine Übersicht über die Bodydynamic Entwicklungsphasen, *resignierte* beziehungsweise *abwehrende* Positionen sowie den Weg des *posttraumalen Wachstums*.

neu SELBSTAUSDRUCK UND DURCHSETZUNGSVERMÖGEN

Michael Rupp

Wie kann ich meine Wünsche und meinen Willen angemessen durchsetzen? Wie gelingt es mir besser, meine legitimen Anliegen in der Partnerschaft oder am Arbeitsplatz zum Ausdruck zu bringen?

Oft fällt es uns schwer, uns für unsere eigenen Bedürfnisse und Wünsche einzusetzen, wir fühlen uns innerlich ohnmächtig oder verhärtet und versteifen uns, um uns gegen andere durchzusetzen. In letzterem Beispiel kommt es dann früher oder später zu einem ungunstigen Machtkampf, bei dem *nur einer gewinnen kann und der andere verliert*. Der Kontakt oder die Beziehung nehmen entsprechenden Schaden. Oder wir geben unsere Wünsche und unseren Willen auf, um andere nicht herauszufordern und fühlen uns dann hinterher schwach und beschämt.

Wie können wir dieses Dilemma lösen?

Die Fähigkeit, sich Durchzusetzen, steht eng im Zusammenhang mit der Entwicklung des Kindes in der Phase der *Willens-Struktur*, in der das Kind lernt, mit der eigenen Kraft sowie Macht und Ohnmacht umzugehen.

Der Zugang zur eigenen Kraft und die Fähigkeit, Entscheidungen für sich zu treffen, sind wichtige Voraussetzungen, um sich später im Leben draußen in der Welt zu behaupten und eigene Bedürfnisse und Ziele erfolgreich zu verfolgen.

Dabei lernt das Kind in diesem Alter (zwei bis vier Jahre), wie es die eigene Kraft und Energie im Kontakt mit anderen Personen einsetzt und reguliert. Dazu gehören unter anderem der Ausdruck und die Modulation von starken Gefühlen, das Setzen von Grenzen beziehungsweise der Ausdruck von Besitzansprüchen wie auch das Verkörpern verschiedener Rollen in der Ursprungsfamilie. Hier lernt das Kind im Rollenspiel eigene Bedürfnisse und Wünsche mit den Erwartungen aus dem sozialen Umfeld abzustimmen. Es lernt dabei, sich mit den ganz eigenen Fähigkeiten und der ihm eigenen Kraft in seiner Rolle zu behaupten, zum Beispiel als älterer Bruder, kleiner Helfer (m/w/d) in der Küche und so weiter. Teil dieser Entwicklung ist auch die Fähigkeit, absichtlich und willentlich ein Ziel zu verfolgen und darauf hinzuplanen.

DATEN & PREISE

Erforschung der Innenwelt**Do., 18.5., 18.30 h – So., 21.5.23, 14.00 h**Kursgebühr 400 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230532

Viele von uns haben jedoch die Erfahrung gemacht, dass wir uns nicht eigene Ziele oder die Rollen, die wir spielen wollten, aussuchen durften. Vielmehr mussten wir uns häufig von unseren Eltern vorgegebenen Zielen unterordnen und bekamen eine Rolle im Familiensystem zugewiesen. Wir wurden zu Mamas kleinem Helfer oder Tröster (jeweils m/w/d), Papis Prinzessin, Vorzeigekind oder Kämpfer (m/w/d) für (seine) Gerechtigkeit und so fort.

In diesem Workshop wollen wir wieder lernen, kraftvoll und gleichzeitig spielerisch eigene Ziele zu setzen und *eigene Wege zu gehen* (der hintere Oberschenkel beziehungsweise seine Reaktionsfähigkeit spielt dafür eine entscheidende Rolle). Ein wichtiger Teil dieser Erfahrung ist es, sich dabei auf ein lebendiges, kraftvolles Gegenüber zu beziehen, das uns dabei im Kontakt unterstützt und begleitet.

Neben einer theoretischen Einführung in diese besondere *Ich-Fähigkeit* werden wir wieder eine Reihe von praktischen, körperlichen Übungen (inklusive der altersspezifischen motorischen Bewegungen als auch *der Aktivierung* der jeweiligen Faszien und Muskeln) machen, um die Entstehung und Entwicklung dieser wichtigen Ressource nachzuerleben und zu verstärken.

Angefangen mit unserer Geburt, bei der wir uns mit ganzer Lebenskraft und -energie sowie mit Hilfe des Streckreflexes durch den Geburtskanal arbeiten, um schließlich das Licht der Welt zu erblicken!

● ERFORSCHUNG DER INNENWELT*Systemische Therapie mit der inneren Familie*
Irmgard Schmelcher-Haimerl*Faust beklagte, dass er zwei Seelen in seiner Brust habe. Ich habe eine ganze sich zankende Menge.*
Otto von Bismarck

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

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

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

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

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

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

Näheres siehe unter: www.ifs-europe.net

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

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

DATEN & PREISE

Zapchen somatics
Fr., 10.3., 18.30 h –
So., 12.3.23, 14.00 h
Kursgebühr 245 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230332

**Brainspotting (BSP),
Phase 1***
Mo., 6.2., 18.30 h –
Do., 9.2.23, 14.00 h
Kursgebühr 385 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230235

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

Ulrike Wichtmann

Mit *Zapchen somatics* möchte Ulrike Wichtmann eine innovative Methode mit Ihnen teilen, die das Mysterium der Einheit von Körper, Bewusstsein und Beziehung erfahrbar macht und eine neue Aufmerksamkeit und ein neues Verständnis in die Prozesse bringt, die zu Heilung und Reifung unseres Organismus führen. Westliche Neurowissenschaften haben dabei Pate gestanden ebenso wie das uralte Heilwissen aus dem tibetischen Vajrayana-Buddhismus.

Wir werden in diesem Einführungskurs die Übungen aus dem Grundlagenbuch *Embodying Well-Being* gemeinsam praktizieren und auch erste Schritte in die Praxis der Energielenkung machen. Die mehr als zwanzigjährige Erfahrung von Ulrike Wichtmann als Schülerin von Julie Henderson, der Begründerin von Zapchen, unterstützt die Tiefe der möglichen Erfahrungen. Eingeladen sind Menschen nicht nur in helfenden Berufen (im weitesten Sinn), die ihr Inventar und ihr Verständnis erweitern wollen, nicht zuletzt für sich selbst.

Ulrike Wichtmann ist außerdem Herausgeberin eines in mehrere Sprachen übersetzten Manuals, mit dem Geflüchtete zu Trauma-Erst Helfern ausgebildet werden. Das ist ein Beispiel für die breit gefächerten Anwendungsbereiche, in denen *Zapchen somatics* zur Anwendung kommen kann.

Bitte bringen Sie eine eigene Decke und ein Kissen, bequeme Kleidung, warme Socken, und alles, was das Wohlbefinden unterstützt, mit.

Literatur
Julie Henderson:
Embodying Well-Being
Die Erweckung des inneren Geliebten
Das Buch vom Summen
alle AJZ Verlag

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

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

Gerhard Wolfrum

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

Brainspotting nutzt die Entdeckung, dass sowohl Gedächtnisinhalte, die einem bewussten Abruf nicht zugänglich sind, als auch therapierelevante Belastungserfahrungen mit bestimmten Augenpositionen (*Brainspots*) korrespondieren und sich über das Abscannen des Gesichtsfeldes zielgerichtet aktivieren lassen. Damit werden eine nachträgliche Bearbeitung und Integration auch vorsprachlicher Erfahrungen möglich.

Die Phase 1 der Brainspotting Fortbildung beinhaltet

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

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

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

Zu allen Verfahren und Zugangswegen – *Accesses* – findet eine Live-Demonstration unter geschützten Realbedingungen statt, danach ein persönliches *Debriefing* sowie anschließend ein technisches *Debriefing*. Danach können die Teilnehmer (m/w/d) in Zweiergruppen das Gesehene und Gelernte unter Anleitung und Betreuung selbst erproben, die Wirkungsweise von BSP erleben und sich darüber austauschen.

DATEN & PREISE

**Brainspotting (BSP),
Phase 2***
Fr., 29.9., 18.30 h –
Mo., 2.10.23, 14.00 h
Kursgebühr 385 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230931

Das Motto von BSP lautet: *Where you look affects how you feel* – wohin wir schauen, hat Einfluss darauf, wie wir uns fühlen. Über den *Brainspot* wird diejenige relevante Blickorientierung gefunden, die angesichts der Aktivierung belastender Erfahrungen mit der stärksten Körperreaktion des Klienten (m/w/d) einhergeht und dementsprechend auf die Aktivierung stress-beziehungsweise traumaassoziierter Hirnprozesse schließen lässt. Im Sinne einer Aufmerksamkeitsverschiebung unterstützt die fokussierte Augenposition den Abruf belastungsrelevanter Gedächtnisinhalte und verhilft zu einer besseren Selbstregulation – wozu unser Gehirn als sich selbstregulierendes, selbstreferentielles, nicht-lineares komplexes System in der Lage ist.

neu **BRAINSPOTTING (BSP), PHASE 2***

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

Gerhard Wolfrum

Brainspotting Phase 2 baut auf Phase 1 auf und beginnt mit einem kurzen Rückblick und der Frage nach den bisherigen Erfahrungen. Es werden weitere spezielle Techniken gelehrt, live demonstriert und in Zweiergruppen eingeübt. Neben einer kurzen Wiederholung von bereits Gehörtem und Gelerntem sollen weitere neuropsychologische Erklärungen die Wirksamkeit von Brainspotting verständlicher machen. Bisherige Erfahrungen mit dem Verfahren und alle offenen Fragen werden während des Seminars besprochen.

Brainspotting nutzt die Entdeckung, dass sowohl Gedächtnisinhalte, die einem bewussten Abruf nicht zugänglich sind, als auch therapierelevante Belastungserfahrungen mit verschiedenen Augenpositionen (*Brainspots*) korrespondieren und sich über das Abscannen des Gesichtsfeldes zielgerichtet aktivieren lassen. Damit werden eine nachträgliche Bearbeitung und Integration auch vorsprachlicher Erfahrungen möglich.

Die Phase 2 der Brainspotting Fortbildung beinhaltet:

- Das **One-Eye-Spotting**: Brainspotting mit jeweils einem Auge. Hierzu werden Schutzbrillen eingesetzt, die jeweils das rechte oder linke Auge abdecken und zu erstaunlichen Aktivierungs-Veränderungen führen.

- **Z-Achse und Konvergenz**: Nachdem der Aktivierungspot gefunden wurde, wechselt der Klient (m/w/d) den Fokus zwischen diesem und einem dahinterliegenden Punkt in der Ferne, also in veränderbaren Zeitabständen zwischen Nähe und Ferne.
- **Rolling Spotting**: Während der Therapeut (m/w/d) die Horizontalachse mit dem Pointer absucht, lassen sich bei den Klienten meistens mehrere Brainspots finden.
- **Das fortgeschrittene Ressourcenmodell**: Hier geht es um die Kombination der Stabilisierungs-Aspekte einer Körper-Ressource sowie den Einsatz der einseitig abgedunkelten Brillen und das Z-Achsen-Brainspotting. Dies ist für die Arbeit mit Klienten mit sehr komplexer PTBS und jenen, die außerhalb des Toleranzfensters liegen, sehr wichtig.

Zu allen Verfahren und Zugangswegen – *Accesses* – findet eine Live-Demonstration unter geschützten Realbedingungen statt, danach ein persönliches *Debriefing* sowie anschließend ein technisches *Debriefing*. Danach können die Teilnehmer (m/w/d) in Zweiergruppen das Gesehene und Gelernte unter Anleitung und Betreuung selbst erproben, die Wirkungsweise von BSP erleben und sich darüber austauschen.

Das Motto von BSP lautet: *Where you look affects how you feel* – wohin wir schauen, hat Einfluss darauf, wie wir uns fühlen. Über den *Brainspot* wird diejenige relevante Blickorientierung gefunden, die angesichts der Aktivierung belastender Erfahrungen mit der stärksten Körperreaktion des Klienten einhergeht und dementsprechend auf die Aktivierung stress-beziehungsweise traumaassoziierter Hirnprozesse schließen lässt. Im Sinne einer Aufmerksamkeitsverschiebung unterstützt die fokussierte Augenposition den Abruf belastungsrelevanter Gedächtnisinhalte und verhilft zu einer besseren Selbstregulation – wozu unser Gehirn als sich selbstregulierendes, selbstreferentielles, nicht-lineares komplexes System durchaus in der Lage ist.

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

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

DATEN & PREISE

**Emotionales Lernen –
Körper und Seele
im Dialog***
Fr., 9.6., 18.30 h –
Mo., 12.6.23, 14.00 h

Kursgebühr 380 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230630

● **EMOTIONALES LERNEN –
KÖRPER UND SEELE IM DIALOG***

*Transformation von im Körpergedächtnis
gespeicherter somatisch-emotionaler
Stressmuster*

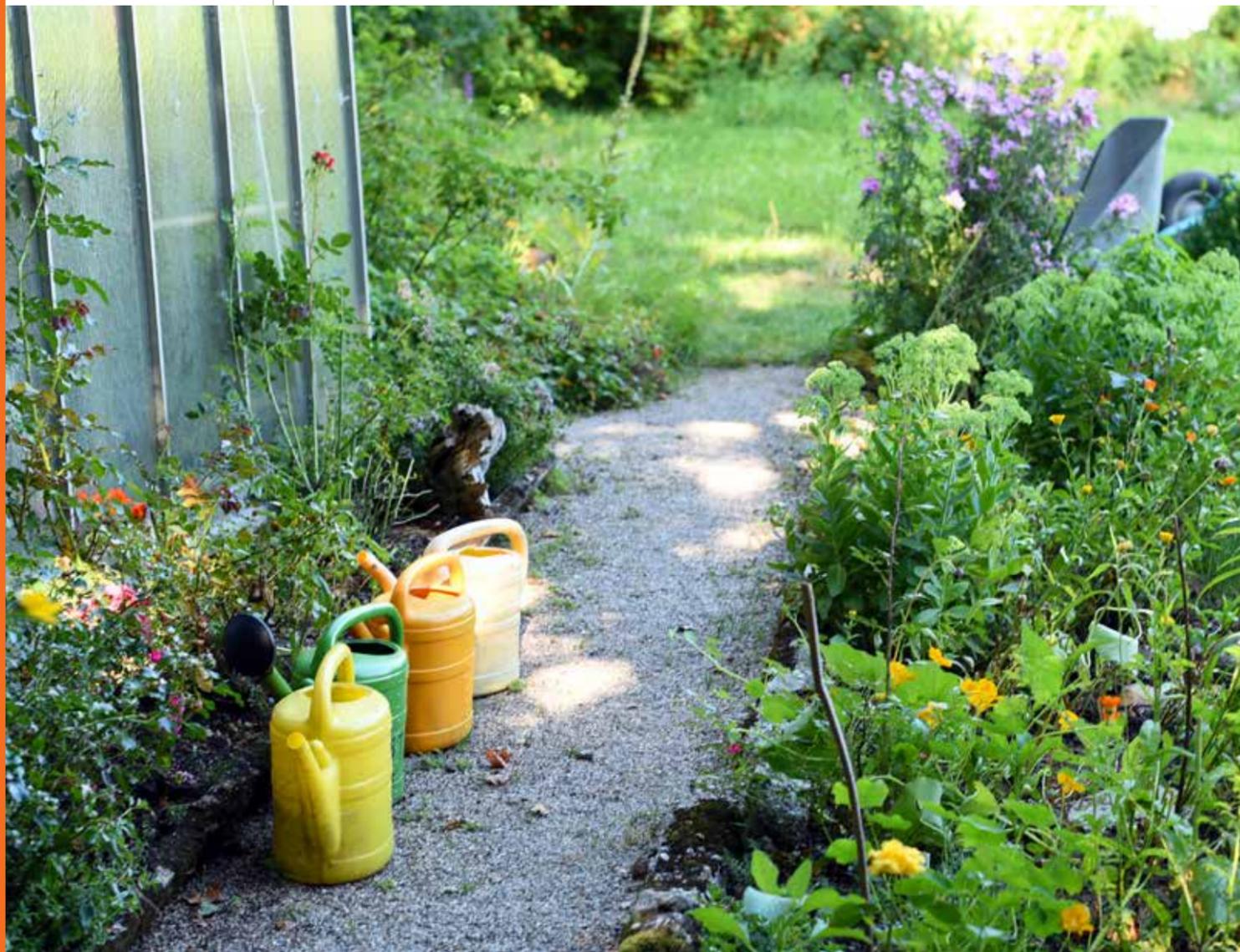
Gerhard Zimmermann

Emotionale Erfahrungen werden als Schablonen im Körpergedächtnis gespeichert. Entsprechend können lange zurückliegende Ereignisse bei Aktivierung in der Gegenwart zu Stress, einer *erstarrten* Haltung sowie einem dysregulierten autonomen Nervensystem führen. Als Folge reduzieren sich die Lebensenergie und die Vitalität. Auch das emotionale Gleichgewicht ist oft beeinträchtigt und die Krankheitsanfälligkeit nimmt zu.

Ein Gegensteuern gelingt zum Beispiel mit dem somatisch-emotionalen Dialog, der alle Sinne einbezieht und zu persönlichem Wachstum führt.

Dafür ist zunächst ein Gefühl von Sicherheit im Kontakt mit dem eigenen Körper und der Umwelt erforderlich. Wenn wir gut mit uns verbunden sind, ist der Körper in der Lage, defensive Verhaltensweisen zu reduzieren und sich dem Leben gegenüber neu zu öffnen.

Mit einfachen Wahrnehmungsübungen lassen sich eingefahrene Verhaltensmuster in Bewegung bringen und individuelle Stressmuster verändern – was eine neue Perspektive und emotionales Lernen ermöglicht. Alle Interventionen dienen dazu, die Selbstregulation zu unterstützen und im Hier und Jetzt angemessene Antworten zu finden. Die Körpersinne ändern den Fokus vom Denken und sprachlichen Inhalten hin zum Erleben. Es entsteht Raum für positive Erfahrungen, die durch aktualisierte neuronale Landkarten Stabilität erhalten. Tief erfahrene Lebendigkeit, konstruktive Gedanken und Wohlbefinden sind möglich.



DATEN & PREISE

**NIG Practitioner
Im Bilde sein**

**Modul 1
(Barbara Innecken)**
Fr., 27.1., 18.30 h –
So., 29.1.23, 14.00 h

Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230131

**Modul 2
(Barbara Innecken)**
Fr., 24.3., 18.30 h –
So., 26.3.23, 14.00 h

Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230335

**Modul 3
(Silke Humez)**
Fr., 9.6., 18.30 h –
So., 11.6.23, 14.00 h

Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230633

**Modul 4
(Silke Humez)**
Fr., 1.9., 18.30 h –
So., 3.9.23, 14.00 h

Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230932

Kursgebühr je
Workshop 315 €
zuzüglich Vollpension**

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

**www.zist.de/de/seminar-
haus/unterkunft-und-
verpflegung

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

Barbara Innecken, Silke Humez

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

Das von Dr. Eva Madelung begründete und von Barbara Innecken weiterentwickelte 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 Teilnehmer (m/w/d) erlernen die NIG Aufstellungsformate in vielen praktischen Übungen, in denen sie sowohl die Rolle des Therapeuten als auch die des Klienten und des Beobachters (jeweils m/w/d) einnehmen. Dadurch sowie durch unterstützende Supervision lässt sich das Erlernte sofort in die Praxis umsetzen und in die eigene berufliche Arbeitsweise integrieren. Jedes Modul umfasst außerdem theoretisches Hintergrundwissen und eine gründliche methodisch-didaktische Planung und Vermittlung.

Modul 1
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 Workshops können einzeln zur jeweils angegebenen Kursgebühr gebucht werden. Bei Teilnahme an allen vier Modulen reduziert sich die Kursgebühr des letzten Moduls um 100 €.

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

● **SAT PROGRAMM
SEEKERS AFTER TRUTH**

Das SAT Programm ist eine umfassende Schulung für die psycho-spirituelle Entwicklung des Menschen. Es setzt an den Begrenzungen durch die eigenen Charakterstrukturen an, um zu tieferer Einsicht, Herzenskraft und Weisheit zu finden.

Das Programm besteht aus verschiedenen Modulen mit unterschiedlichen thematischen Schwerpunkten. Zentrales Element ist das auf Claudio Naranjo zurückgehende Enneagramm der Persönlichkeit. Es wird verbunden mit Methoden der modernen Psychotherapie sowie Praktiken östlicher Traditionen und ermöglicht den Teilnehmern (m/w/d) eine nachhaltige persönliche und berufliche Entfaltung. Das SAT Programm richtet sich gleichermaßen an Personen in helfenden, therapeutischen und ausbildenden Berufen, wie an Menschen, die über Grenzen des psychotherapeutischen Arbeitens hinausgehen wollen. Das Programm ist sowohl hinsichtlich der Teilnehmer als auch des Lehrkörpers international besetzt. Die Module werden von Katrin Reuter und dem Team der internationalen SAT Schule durchgeführt.

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

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

DATEN & PREISE

Selbsterkenntnis und Lebendigkeit (SAT Modul I)

Fr., 27.10., 18.30 h – So., 5.11.23, 14.00 h

Kursgebühr 1240 € zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 231031**Das Enneagramm der Persönlichkeit und der Gesellschaft – ein erfahrungsorientierter Workshop**

Fr., 28.4., 18.30 h – Mo., 1.5.23, 14.00 h

Kursgebühr 410 € zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230430**SELBSTERKENNTNIS UND LEBENDIGKEIT (SAT MODUL I)**

Katrin Reuter und Team der internationalen SAT Schule

Kursprache Englisch mit Übersetzung

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

Das Modul beinhaltet:

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

Um das Enneagramm der Persönlichkeit kennenzulernen und sein Potential für die Entwicklung der eigenen Person und unsere soziale Umwelt zu erfahren, wird auf den Workshop *Das Enneagramm der Persönlichkeit und der Gesellschaft – ein erfahrungsorientierter Workshop* (siehe nebenstehend) hingewiesen. Weitere Informationen unter: www.naranjo-sat.com

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

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

DATEN & PREISE

Das SAT Programm als psycho-spiritueller Entwicklungsweg – seine Methoden und Besonderheiten – online
So., 30.4.23, 20.00 h – 21.30 hKursgebühr 35 €
Anmeldung:
ZST Penzberg Nr. 230421**DAS SAT PROGRAMM ALS PSYCHO-SPIRITUELLER ENTWICKLUNGSWEG – SEINE METHODEN UND BESONDERHEITEN – ONLINE**

Katrin Reuter

Im Rahmen des Workshops *Das Enneagramm der Persönlichkeit und der Gesellschaft – ein erfahrungsorientierter Workshop* können Sie an dieser eineinhalbstündigen Infoveranstaltung teilnehmen, in der Sie komprimiert Informationen über das von Claudio Naranjo entwickelte *Seekers after Truth (SAT) Programm* erhalten und alle Fragen stellen können, die Sie im Zusammenhang mit dem SAT Programm haben.

DAS ENNEAGRAMM DER PERSÖNLICHKEIT UND DER GESELLSCHAFT – EIN ERFAHRUNGSORIENTIERTER WORKSHOP

Katrin Reuter

Dieser theoretische und erfahrungsorientierte Einführungsworkshop bietet die Möglichkeit, das Enneagramm in der Tradition von Dr. Claudio Naranjo sowie die Arbeitsweise im SAT Programm *Seekers after Truth* kennenzulernen.

Das Enneagramm ist eine aus alten Traditionen stammende, präzise Landkarte für das Studium der Persönlichkeit. Es geht davon aus, dass es in jedem von uns dominante emotionale und kognitive Merkmale gibt, die unsere Wahrnehmung und Freiheit stark einengen und ungewolltes Leiden verursachen. Auf originelle und dynamische Weise beschreibt das Enneagramm neun Typen, die Variationen menschlicher Persönlichkeitsstrukturen darstellen, die jede für sich eine bestimmte Form des Verlustes an ursprünglicher Seinsqualität bedeuten.

Das SAT Programm ist eine umfassende Schulung für die psycho-spiritueller Entwicklung des Menschen, deren zentrales Element die Arbeit mit der auf Claudio Naranjo zurückgehende Psychologie der Enneatypen ist. Sie verbindet Methoden der modernen Psychotherapie (zum Beispiel Gestalt-, Theater-, Körper- und Bewegungstherapie) mit verschiedenen Praktiken östlicher Traditionen (Meditation).

In diesem Workshop erforschen wir die grundlegenden Charaktere des Enneagramms auf emotionaler, kognitiver und körperlicher Ebene. Wir entdecken in geleiteten Übungen Schritt für Schritt unseren eigenen Typus mit seinen vorherrschenden Gefühlen und Gedanken, der mehr oder weniger subtil unser Leben steuert. Achtsame Körper- und Bewegungsübungen werden dabei die feine Wahrnehmung eigener Charakterstrukturen unterstützen sowie Spontaneität und Lebendigkeit freisetzen. Denn unsere Essenz zu berühren bedeutet auch, uns unseres Körpers bewusst zu sein und ihn neu zu bewohnen. Es ist eine der Besonderheiten von Naranjos Ansatz, weit über ein intellektuelles Verständnis des Enneagramms hinauszugehen und einen ganzheitlichen Entwicklungsweg aufzuzeigen.



DATEN & PREISE

**Das Neuroaffektive
Beziehungsmodell
(NARM)***

Termine

Beginn jeweils 18.30 h,
Ende 14.00 h
So., 28.5. – Fr., 2.6.23
Di., 3.10. – So., 8.10.23
Do., 22.2. – Di., 27.2.24
So., 23.6. – Fr., 28.6.24

Kursgebühr 3900 €, zahlbar in Raten pro Workshop, zuzüglich Vollpension** Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 81.23

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

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

**● DAS NEUROAFFEKTIVE
BEZIEHUNGSMODELL (NARM)***

Weiterbildung für Therapeuten (m/w/d)
Michael Mokrus

20 Tage, Mai 2023 bis Juni 2024

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

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

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

Zielgruppe

Abgeschlossene Ausbildung in einem psychotherapeutischen oder körperpsychotherapeutischen Verfahren und mindestens 2 Jahre Praxiserfahrung mit regelmäßigem Patienten- beziehungsweise Klientenkontakt.

Kursziele

Im NARM Practitioner Training lernen Sie:

- Die verschiedenen Fähigkeiten, die benötigt werden, um mit Entwicklungs- versus Schocktrauma zu arbeiten; wann und warum Schocktrauma-Interventionen kontraindiziert sein können, wenn man mit Entwicklungs-trauma arbeitet.

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

Kursaufbau

Das NARM Practitioner Training besteht aus vier Modulen von jeweils fünf Tagen. Zusätzlich sind zehn Supervisionsstunden und zehn Einzelstunden mit für die NARM Weiterbildung akkreditierten Therapeuten (m/w/d) erforderlich für die Zertifizierung.

Lehrmethoden

Alle Module beinhalten eine Kombination aus zwei komplementären Unterrichtsansätzen:

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

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

Zertifizierung

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

Themenübersicht

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

Modul 1

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

Modul 2

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

Modul 3

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

Modul 4

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

DATEN & PREISE

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

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

DATEN & PREISE

**Einführung in
Das Neuroaffektive
Beziehungsmodell
(NARM)****Fr., 10.2., 18.30 h –
So., 12.2.23, 14.00 h**Kursgebühr 280 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230231**Somatic Experiencing
Beginn:****Fr., 19.4., 18.30 h –
Do., 25.4.24, 14.00 h**Kursgebühr 6240€,
zahlbar in Raten
pro Workshop,
zuzüglich Vollpension**.Zum Erhalt des Zertifikats
kommen noch Kosten für
Selbsterfahrung in Einzelstun-
den sowie Supervision hinzu.
Ort und Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 80.24**● EINFÜHRUNG IN
DAS NEUROAFFEKTIVE
BEZIEHUNGSMODELL (NARM)**

Michael Mokrus

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

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

Zielgruppe

Abgeschlossene Ausbildung in einem psychotherapeutischen oder körperpsychotherapeutischen Verfahren und mindestens 2 Jahre Praxiserfahrung mit regelmäßigem Patienten- beziehungsweise Klientenkontakt.

Themenschwerpunkte

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

Im Mai 2023 beginnt die Weiterbildung NARM (siehe Seite 50).

VORANKÜNDIGUNG**● SOMATIC EXPERIENCING**

Doris Rothbauer

im dritten Jahr (für Fortgeschrittene):

Sonja Gomes

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

Diese Weiterbildung ist zugänglich für Ärzte und Zahnärzte, Psychologen, Psychotherapeuten, Physiotherapeuten, Heilpraktiker, Masseur, Ergotherapeuten und Logopäden (jeweils m/w/d) mit abgeschlossener Ausbildung und mindestens zwei Jahre Berufserfahrung.

Somatic Experiencing ist eine direkt am Körper ansetzende Methode der Behandlung von Angst und posttraumatischen Reaktionen. Posttraumatischer Stress stellt die unangemessene Verlängerung einer Reaktion dar, die ursprünglich einmal eine sinnvolle Antwort auf eine bedrohliche Situation gewesen ist. In diesem Sinne werden in Somatic Experiencing posttraumatische Symptome nicht als Pathologie angesehen, sondern primär als eine ursprünglich angemessene Antwort, die im Lauf der Zeit zu einer fixierten Form erstarrt ist.

Somatic Experiencing nutzt Symptome als wichtige Ressourcen in der Auflösung des Traumas für den Versuch, jene sinnvollen Antworten, die der Person im Zustand der Überwältigung nicht zur Verfügung standen, zu identifizieren und verfügbar zu machen. Durch das *Neuverhandeln* (*renegotiating*, von *to negotiate*: verhandeln, aushandeln) einer traumatischen Episode bietet Somatic Experiencing eine einzigartige, direkte und wirkungsvolle Strategie in der Transformation von Trauma und der Verbesserung der Integration. Beim Neuverhandeln erfahren die Klienten (m/w/d) Hilfe bei der Entwicklung jener Ressourcen, die zur Zeit des Traumas mangelhaft entwickelt waren oder ganz fehlten. Dadurch werden die biologischen Potentiale zur Abwehr, die einst überwältigt worden waren, erneut auf den Plan gerufen. Durch das Aufspüren und die Wiederbelebung dieser inneren Abwehrpotentiale wird aus dem traumatischen Erleben der Lähmung ein Gefühl von Zuversicht und Kompetenz freigesetzt. Auf diese Weise wird es Menschen, die ein Trauma überlebt haben, möglich, sich von posttraumatischen Fixierungen zu befreien, sich fortzuentwickeln und ihre gegenwärtigen Reserven an Kraft und Flexibilität zu erleben.

DATEN & PREISE

**Einführung in die
Traumatherapie
Somatic Experiencing****Fr., 15.9., 18.30 h –
So., 17.9.23, 14.00 h**Kursgebühr 285 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230933**Fr., 9.2., 18.30 h –
So., 11.2.24, 14.00 h**Kursgebühr circa 340 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240230**● EINFÜHRUNG
IN DIE TRAUMATHERAPIE
SOMATIC EXPERIENCING**

Doris Rothbauer

Dieser Kurs für Interessierte aus medizinischen und therapeutischen Berufen bietet eine theoretische und praktische Einführung in *Somatic Experiencing* (SE) nach Dr. Peter Levine, ein körperorientiertes Modell zur Traumabehandlung.

SE ist ein psychophysiologischer Ansatz zur Behandlung von Schock- und Entwicklungsstrauma. Dabei wird durch

- behutsames Hinführen zur instinktiven Körperempfindung,
- Aufbau von Ressourcen und
- Arbeit in kleinen Schritten

eine umfassende Katharsis und eine dadurch möglicherweise ausgelöste Retraumatisierung vermieden. Der Körper kann den traumatischen Stress graduell abbauen und die im Nervensystem gebundene hohe Energie schrittweise entladen. Oft wird es dadurch möglich, die körperlichen und psychischen Traumafolgen aufzulösen. Eine ausführliche Beschreibung der Methode finden Sie auf der Webseite von Somatic Experiencing: www.somatic-experiencing.de

Die Teilnehmer (m/w/d) lernen, mit dem ganzheitlichen inneren Empfinden zu arbeiten und entwickeln ein Verständnis für die Selbstregulierungsmechanismen unseres Nervensystems.

Der Kurs bietet die Möglichkeit, die Voraussetzungen für die Teilnahme an den dreijährigen Weiterbildungen in Somatic Experiencing zu erfüllen. Die nächste Weiterbildung in ZIST beginnt im April 2024.

Durch angemessene Nutzung der körpereigenen Ressourcen zur Wiederherstellung des Gleichgewichts können wir durch unterschiedliche Schichten von Schmerz, Konflikt und Entwicklungsstillstand vordringen zu jenen verschütteten natürlichen Selbstheilungskräften, die die tief verankerten Nachwirkungen von Trauma zu heilen vermögen.

Die Weiterbildung ist in drei Stufen aufgebaut: Im ersten Jahr, der Grundstufe, lernen die Teilnehmer (m/w/d) die Symptome von Trauma im Körper ihrer Patienten (m/w/d) zu identifizieren, diese Traumasymptome als natürliche, biologische Phänomene zu werten und mit einfachen Techniken ihren Klienten zu helfen, die in diesen Symptomen eingefangenen Kräfte zu nutzen, um den Heilungsprozess zu erleichtern.

Im zweiten Jahr, der mittleren Stufe, lernen die Teilnehmer zwölf unterschiedliche Typen von Trauma zu identifizieren, durch spezifische Interventionen zu lösen sowie mit multipler Traumatisierung zu arbeiten.

Im dritten Jahr – für Fortgeschrittene – lernen die Teilnehmer, mit den sekundären Syndromen wie Migräne, Magengeschwür, spastisches Kolon, Asthma und so weiter zu arbeiten, indem sie über die Krankheit, die Symptome und die Körperempfindungen zur traumatischen Situation vorstoßen. Sie lernen im direkten Kontakt mit den Händen zu arbeiten und im Sinne eines Case-Management andere Ressourcen, wie zum Beispiel die Zusammenarbeit mit anderen Fachleuten {Psychiatern, Internisten (jeweils m/w/d), Sozialeinrichtungen und so weiter} zu nutzen.

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

Zum Abschluss der Weiterbildung erhalten die Teilnehmer ein Zertifikat.

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

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

DATEN & PREISE

Welche Form(en) der Psychotherapie können konsistente Erkenntnisse unterstützen?***Di., 3.1., 18.30 h –****So., 8.1.23, 14.00 h**

Ort/Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 230151

Making and Unmaking of the World***Fr., 12.5., 18.30 h –****Mi., 17.5.23, 14.00 h**

Ort/Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 230551

Die Notwendigkeit einer erneuerten Ethik***Di., 29.8., 18.30 h –****So., 3.9.23, 14.00 h**

Ort/Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 230851

Kursgebühr je
Workshop 615 €
zuzüglich Vollpension****● PSYCHOTHERAPIE FÜR DAS LEBEN IN EINER UNBEKANNTEN ZUKUNFT**

Postgraduale Fortbildung für approbierte Psychotherapeuten, Psychiater und für PiA nach der Zwischenprüfung sowie Heilpraktiker (jeweils m/w/d) begrenzt auf das Gebiet der Psychotherapie sowie andere in der Heilkunde tätige Personen, die sich für eine integrierende psychotherapeutische Praxis interessieren

Hunter Beaumont

Die Psychotherapie befasst sich im Allgemeinen mit den negativen Auswirkungen der Vergangenheit auf die gegenwärtige Erfahrung, die zu krankheitswertigen Störungen führen können. Der sich beschleunigende Wandel in der Welt und eine unbekannte Zukunft sowie der sprunghafte Anstieg nach Psychotherapie seit Corona und die aktuellen weltpolitischen Krisen – verbunden mit der Schwierigkeit von uns Menschen, konstruktiv mit Unsicherheit umzugehen, werden zunehmend zu einer Quelle des Leidens. Die Workshops der Kursreihe widmen sich der Frage: *Was kann integrierende, tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie anbieten, um Menschen dabei zu unterstützen, sich konstruktiv dem Leben in einer zunehmend als unsicher empfundenen Zukunft mit unbekanntem Anforderungen zu stellen?* Sie bieten Integration verschiedener theoretischer und empirischer Perspektiven, Techniken und praktischer Strategien sowie die Möglichkeit, persönliche Themen und mögliche Fallsupervisionen zu erforschen.

Serie, einzeln buchbar.

neu WELCHE FORM(EN) DER PSYCHOTHERAPIE KÖNNEN KONSISTENTE ERKENNTNISSE UNTERSTÜTZEN?*

Hunter Beaumont

Mögliche Themen dieses Workshops aus der Reihe *Psychotherapie für das Leben in einer unbekanntem Zukunft* werden sein:

- Neuere Ergänzungen zur Evolutionstheorie entsprechend der aktuellen Forschungslage
- Von Behandlung zu Bildung
- Arbeit am Selbst als Beitrag zur Evolution
- Ressourcenarbeit für die psychische Bildung als empirisch gesicherter Wirkfaktor in der Psychotherapie

neu MAKING AND UNMAKING OF THE WORLD*

Hunter Beaumont

Mögliche Themenkreise dieses Workshops aus der Reihe *Psychotherapie für das Leben in einer unbekanntem Zukunft* werden sein:

- Kultur als durch Erzählung(en) erschaffen verstehen (Yuval Harrari)
- Kultur und Identität/Gruppen- und Großgruppenidentität (Vamik Volkan)
- Gehirnasymmetrie) und verschiedene Bewusstseinsmodi (Iain McGilchrist)
- Trauma und Identität – Wie wir zur Person wurden, die wir sind (Gabor Maté)
- Informationsblasen und Identität (Personal Exploration)

neu DIE NOTWENDIGKEIT EINER ERNEUERTEN ETHIK*

Hunter Beaumont

Mögliche Themenkreise dieses Workshops aus der Reihe *Psychotherapie für das Leben in einer unbekanntem Zukunft* werden sein:

- Tiefenpsychologie und die neue Ethik (von Neumann)
- Ganzheitliche Ethik/Right Brain Ethics (Iain McGilchrist)
- Gaia und Indigenous World Views
- Theorie komplexer Systeme und systemisches Denken
- Persönliche Ethik und Identität (Persönliche Erkundung)
- Im Einklang sein versus richtig oder falsch sein (Persönliche Erkundung)
- Falsche Ideen erkennen und korrigieren (Dominion)

DATEN & PREISE

Gruppenpsychotherapie: Leitung ambulanter Gruppen***So., 19.3., 18.30 h –****Fr., 24.3.23, 14.00 h**

Kursgebühr 980 €

zuzüglich Vollpension**

Ort/Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 230336

neu GRUPPENPSYCHOTHERAPIE: LEITUNG AMBULANTER GRUPPEN*

• Postgraduale Fortbildung für approbierte Psychotherapeuten, Psychiater und für PiA nach der Zwischenprüfung sowie Heilpraktiker (jeweils m/w/d) begrenzt auf das Gebiet der Psychotherapie sowie andere in der Heilkunde tätige Personen, die sich für eine integrierende psychotherapeutische Praxis interessieren

• Modul zur Erlangung der Zusatzqualifikation Gruppentherapie

Reinhard Hauser

In diesem Workshop werden wir die Haltungen und Werkzeuge vertiefen, die Teilnehmern (m/w/d) und der Gruppe Erfahrungen von Kohäsion ermöglichen, die Lösungserfahrungen von interpersonellen und inneren Spannungen bieten. Fragen umfassen Unterschiede in der Begleitung einer Gruppe in verschiedenen Phasen, mit unterschiedlichen Störungsbildern, während persönlichen und gruppalen Krisen, bei Abschieden und Neuzugängen.

Der Hintergrund zur Arbeit mit der Gruppe bilden gruppenpsychotherapeutische Ansätze wie die erfahrungsorientierte prozess-geleitete Gruppenpsychotherapie, die analytisch-psychodynamische und die interaktionelle Gruppenpsychotherapie, welche im Rahmen der Ausbildung an der *ZIST Akademie für Psychotherapie* im Modul *Gruppenpsychotherapien* eingeführt wurden.

Ein Fokus des Workshops ist die *innere Arbeit* des Therapeuten (m/w/d), welche ihre Haltung und damit ihr Handeln begründen. Wir üben Offenheit und Wertschätzung aller Stimmen und Gefühle im Raum, besonders marginalisierten und polarisierenden Anteilen. Durch Benennen und Rahmen von Prozessen entsteht ein sicherer Raum, in dem therapeutische Prozesse und Erfahrungen der Teilnehmer entfaltet werden, im Einzelsetting, in Beziehung und in der Gruppe.

Der Workshop verbindet analytisches Denken unter Einbeziehung früherer Erfahrungen und deren Spiegelungen in Übertragung und Gegenübertragung sowie interpersonelle erfahrungsorientierte Arbeit im Hier und Jetzt.

Anhand kurzer Falldarstellungen der Teilnehmer suchen wir Zugänge, auch sogenannte schwierige Prozesse potentialorientiert zu entfalten. Wie unterstützen wir strukturschwächere Teilnehmer? Wie nutzen wir Träume sinnvoll, wie Körpererfahrungen und Symptome? Wie arbeiten wir mit Widerstand und Wahrnehmungsgrenzen, mit

Feedback sowie der Dynamik von Rang und Privilegien und ihren interpersonellen Wirkungen im Feld?

Fragen der Teilnehmenden haben vorrangig Platz:

- Zusammenstellen von ambulanten Gruppen, homogen/störungsspezifisch versus heterogen/gemischt. Strukturniveau und ambulante Gruppen, Grenzen und Möglichkeiten. Erfahrungen und Austausch.
- Fragen aus der Praxis der ambulanten Gruppenpsychotherapie. Umgang mit Krisen in der Gruppe, repetitiven Störungen. Umgang mit Mikrokonflikten, Kritik und (Selbst)-Entwertung).

Der Workshop hat viel Platz für Fragen der Teilnehmenden. Er bietet theoretische Inputs, Reflexionsrunden sowie eine Praxis mit Einzel-, Beziehungs- und Gruppenarbeiten sowie Übungen zu ausgewählten Themen.

Für PiA der ZIST Akademie 560 €
zuzüglich Vollpension**

Interessenten (m/w/d) an der ZQ

Gruppentherapie melden sich

vor der Anmeldung bitte zur Klärung der

Zugangsvoraussetzungen per E-Mail bei:

ursula.clormann@zist-akademie.de

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.**www.zist.de/de/seminar-
haus/unterkunft-und-
verpflegung

DATEN & PREISE

Existenzielle und Transpersonale Psychologie***Di., 27.6., 18.30 h – So., 2.7.23, 14.00 h**Kursgebühr 725 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230635**neu EXISTENZIELLE UND TRANSPERSONALE PSYCHOLOGIE****Postgraduale Fortbildung für approbierte Psychotherapeuten, Psychiater und für PiA nach der Zwischenprüfung sowie Heilpraktiker (jeweils m/w/d) begrenzt auf das Gebiet der Psychotherapie sowie andere in der Heilkunde tätige Personen, die sich für eine integrierende psychotherapeutische Praxis interessieren***Gustav Marlock**

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

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

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

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

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

DATEN & PREISE

Brainspotting (BSP), Phase 1***Mo., 6.2., 18.30 h – Do., 9.2.23, 14.00 h**Kursgebühr 385 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230235**neu BRAINSPOTTING (BSP), PHASE 1****Traumatherapeutische Fortbildung für approbierte Psychotherapeuten sowie für Heilpraktiker für Psychotherapie (jeweils m/w/d)***Gerhard Wolfrum**

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

Brainspotting nutzt die Entdeckung, dass sowohl Gedächtnisinhalte, die einem bewussten Abruf nicht zugänglich sind, als auch therapierelevante Belastungserfahrungen mit bestimmten Augenpositionen (*Brainspots*) korrespondieren und sich über das Abscannen des Gesichtsfeldes zielgerichtet aktivieren lassen. Damit werden eine nachträgliche Bearbeitung und Integration auch vorsprachlicher Erfahrungen möglich.

Die Phase 1 der Brainspotting Fortbildung beinhaltet

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

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

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

Zu allen Verfahren und Zugangswegen – *Accesses* – findet eine Live-Demonstration unter geschützten Realbedingungen statt, danach ein persönliches *Debriefing* sowie anschließend ein technisches *Debriefing*. Danach können die Teilnehmer (m/w/d) in Zweiergruppen das Gesehene und Gelernte unter Anleitung und Betreuung selbst erproben, die Wirkungsweise von BSP erleben und sich darüber austauschen.

Das Motto von BSP lautet: *Where you look affects how you feel* – wohin wir schauen, hat Einfluss darauf, wie wir uns fühlen. Über den *Brainspot* wird diejenige relevante Blickorientierung gefunden, die angesichts der Aktivierung belastender Erfahrungen mit der stärksten Körper-Reaktion des Klienten (m/w/d) einhergeht und dementsprechend auf die Aktivierung stress-beziehungsweise traumaassoziierter Hirnprozesse schließen lässt. Im Sinne einer Aufmerksamkeitsverschiebung unterstützt die fokussierte Augenposition den Abruf belastungsrelevanter Gedächtnisinhalte und verhilft zu einer besseren Selbstregulation – wozu unser Gehirn als sich selbstregulierendes, selbstreferentielles, nicht-lineares komplexes System in der Lage ist.

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

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

DATEN & PREISE

**Brainspotting (BSP),
Phase 2*****Fr., 29.9., 18.30 h –
Mo., 2.10.23, 14.00 h**Kursgebühr 385 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230931**neu BRAINSPOTTING (BSP), PHASE 2***
*Traumatherapeutische Fortbildung für approbierte
Psychotherapeuten sowie für Heilpraktiker für
Psychotherapie (jeweils m/w/d)*
Gerhard Wolfrum

Brainspotting Phase 2 baut auf Phase 1 auf und beginnt mit einem kurzen Rückblick und der Frage nach den bisherigen Erfahrungen. Es werden weitere spezielle Techniken gelehrt, live demonstriert und in Zweiergruppen eingeübt. Neben einer kurzen Wiederholung von bereits Gehörtem und Gelerntem sollen weitere neuropsychologische Erklärungen die Wirksamkeit von Brainspotting verständlicher machen. Bisherige Erfahrungen mit dem Verfahren und alle offenen Fragen werden während des Seminars besprochen.

Brainspotting nutzt die Entdeckung, dass sowohl Gedächtnisinhalte, die einem bewussten Abruf nicht zugänglich sind, als auch therapierelevante Belastungserfahrungen mit verschiedenen Augenpositionen (*Brainspots*) korrespondieren und sich über das Abscannen des Gesichtsfeldes zielgerichtet aktivieren lassen. Damit werden eine nachträgliche Bearbeitung und Integration auch vorsprachlicher Erfahrungen möglich.

Die Phase 2 der Brainspotting Fortbildung beinhaltet:

- Das **One-Eye-Spotting**: Brainspotting mit jeweils einem Auge. Hierzu werden Schutzbrillen eingesetzt, die jeweils das rechte oder linke Auge abdecken und zu erstaunlichen Aktivierungs-Veränderungen führen.
- **Z-Achse und Konvergenz**: Nachdem der Aktivierungspot gefunden wurde, wechselt der Klient (m/w/d) den Fokus zwischen diesem und einem dahinterliegenden Punkt in der Ferne, also in veränderbaren Zeitabständen zwischen Nähe und Ferne.

- **Rolling Spotting**: Während der Therapeut (m/w/d) die Horizontalachse mit dem Pointer absucht, lassen sich bei den Klienten meistens mehrere Brainspots finden.
- **Das fortgeschrittene Ressourcenmodell**: Hier geht es um die Kombination der Stabilisierungs-Aspekte einer Körper-Ressource sowie den Einsatz der einseitig abgedunkelten Brillen und das Z-Achsen-Brainspotting. Dies ist für die Arbeit mit Klienten mit sehr komplexer PTBS und jenen, die außerhalb des Toleranzfensters liegen, sehr wichtig.

Zu allen Verfahren und Zugangswegen – *Accesses* – findet eine Live-Demonstration unter geschützten Realbedingungen statt, danach ein persönliches *Debriefing* sowie anschließend ein technisches *Debriefing*. Danach können die Teilnehmer (m/w/d) in Zweiergruppen das Gesehene und Gelernte unter Anleitung und Betreuung selbst erproben, die Wirkungsweise von BSP erleben und sich darüber austauschen.

Das Motto von BSP lautet: *Where you look affects how you feel* – wohin wir schauen, hat Einfluss darauf, wie wir uns fühlen. Über den *Brainspot* wird diejenige relevante Blickorientierung gefunden, die angesichts der Aktivierung belastender Erfahrungen mit der stärksten Körper-Reaktion des Klienten einhergeht und dementsprechend auf die Aktivierung stress- beziehungsweise traumaassoziierter Hirnprozesse schließen lässt. Im Sinne einer Aufmerksamkeitsverschiebung unterstützt die fokussierte Augenposition den Abruf belastungsrelevanter Gedächtnisinhalte und verhilft zu einer besseren Selbstregulation – wozu unser Gehirn als sich selbstregulierendes, selbstreferentielles, nicht-lineares komplexes System durchaus in der Lage ist.

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

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





Das Geheimnis von Wandlung ist es,
das Alte zurückzulassen und den
eigenen Weg mit dem Ziel der
Reifung zu gehen.

Stanley Keleman

DATEN & PREISE

**Einführung in
Das Neuroaffektive
Beziehungsmodell (NARM)**
Fr., 10.2., 18.30 h –
So., 12.2.23, 14.00 h
Kursgebühr 280 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230231

**TaKeTiNa – Schnuppertag
jeweils 10.00 h – 17.00 h**
So., 16.4.23 Nr. 230440
So., 24.9.23 Nr. 230940
Kursgebühr jeweils 95 €
Ort: Yogawerkstatt,
Plinganserstr. 23,
81369 München
Anmeldung: ZIST Penzberg

**Das Enneagramm der
Persönlichkeit und der
Gesellschaft – ein
erfahrungsorientierter
Workshop**
Fr., 28.4., 18.30 h –
Mo., 1.5.23, 14.00 h
Kursgebühr 410 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230430

**Das SAT Programm als
psycho-spirituelle
Entwicklungsweg –
seine Methoden und
Besonderheiten – online**
So., 30.4.23,
20.00 h – 21.30 h
Kursgebühr 35 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230421

**Einführung in die
Traumatherapie
Somatic Experiencing**
Fr., 15.9., 18.30 h –
So., 17.9.23, 14.00 h
Kursgebühr 285 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 230933
Fr., 9.2., 18.30 h –
So., 11.2.24, 14.00 h
Kursgebühr circa 340 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 240230

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

Beschreibung siehe Seite 52.

● **TAKETINA – SCHNUPPERTAG**
Sabine Bundschu und Martin Höhn (Surdo)

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

● **DAS ENNEAGRAMM DER
PERSÖNLICHKEIT UND DER
GESELLSCHAFT – EIN
ERFAHRUNGSORIENTIERTER
WORKSHOP**
Katrin Reuter

Beschreibung siehe Seite 48.

● **DAS SAT PROGRAMM ALS
PSYCHO-SPIRITUELLER
ENTWICKLUNGSWEG – SEINE
METHODEN UND BESONDERHEITEN –
ONLINE**
Katrin Reuter

Beschreibung siehe Seite 49.

● **EINFÜHRUNG
IN DIE TRAUMATHERAPIE
SOMATIC EXPERIENCING**
Doris Rothbauer

Beschreibung siehe Seite 53.

● **INFORMATIONSTAG
ZUR APPROBATIONS-AUSBILDUNG
ZUM PSYCHOLOGISCHEN
PSYCHOTHERAPEUTEN (m/w/d)**
Dr. Sandra Hagen

Beschreibung siehe Seite 71.

● **EINFÜHRUNG IN MODERNE
BEWUSSTSEINSZENTRIERTE
KÖRPERPSYCHOTHERAPIE***
Dr. Christian Gottwald

Diese Art der Begleitung von Veränderungsprozessen in der Therapie und Individualisationsarbeit berücksichtigt Ergebnisse der Hirnforschung, der Säuglingsforschung und der Psychotherapieforschung. Sie erinnert damit an unsere antike Heilkultur in den Kultstätten des Asklepios. Ein wesentliches Element besteht in der Integration einer achtsamen Übungspraxis, wie sie im Osten seit 2500 Jahren ausgeübt wird. Der ganzheitliche Ansatz ermöglicht eine möglichst passgenaue Antwort auf die Anliegen von Klienten und Patienten (jeweils m/w/d).

DATEN & PREISE

**Informationstag zur
Approbationsausbildung
zum Psychologischen
Psychotherapeuten
(m/w/d)**
jeweils 9.30 h – circa 17.00 h
Sa., 14.1.23 Nr. 230100
Sa., 15.4.23 Nr. 230400
Sa., 22.7.23 Nr. 230700
Do., 14.9.23 Nr. 230900

Kursgebühr: Kostenlos
Mittagessen, Obstkorb und
Pausengetränke 15 €
Ort: ZIST Penzberg

Bitte melden Sie sich über
unsere Webseite an:
<https://www.zist.de/de/akademie/ueber-die-akademie/infotag>

**Einführung in moderne
bewusstseinszentrierte
Körperpsychotherapie***
Do., 16.2.23, 19.30 h
Gebühr 15 €
Ort: EIDOS-Haus,
Wehnerstr. 23,
81243 München
Vor Anmeldung telefonisch
unter 089-89689424 oder an:
office@gottwald-eidos.de

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

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





Wir leiden heute nicht an dem,
was einmal zu viel war oder gefehlt hat,
sondern daran, dass wir an den reaktiven
Mustern in Wahrnehmung, Fühlen,
Denken und Handeln festhalten,
mit denen wir in der Vergangenheit
über die Runden gekommen sind.

Wolf Büntig

**DIE NÄCHSTEN
AUSBILDUNGEN**

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

**ab Januar 2023
AA 23.01**

**ab Mai 2023
AA 23.02**

**ab Oktober 2023
AA 23.03**

**● AUSBILDUNG ZUM
PSYCHOLOGISCHEN
PSYCHOTHERAPEUTEN (m/w/d)**

nach dem Psychotherapeutengesetz mit dem Schwerpunkt tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie

- Integrative Approbationsausbildung in tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie auf Grundlage der aus der Psychoanalyse hervorgegangenen psychodynamischen Traditionen – getragen von einem intersubjektiven Verständnis der therapeutischen Beziehung und des herapeutischen Dialogs
- Theorie und Praxis in starker Orientierung an der potentialorientierten Haltung der Humanistischen Psychologie vermittelt durch eine Vielfalt therapeutischer Methoden
- Theoretische Konzepte kombiniert mit ausführlicher Selbsterfahrung und Gruppenselbsterfahrung
- Gemäß individueller Fokussierung können nach der Zwischenprüfung unterschiedliche Zusatzqualifikationen (aktuell ZQ in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie, Gruppenpsychotherapie sowie EMDR) ergänzend begonnen werden. Durch Anrechnung von Teilen der Theorie sowie der praktischen Tätigkeit können hierdurch bedeutende Synergieeffekte genutzt werden.
- Blockunterricht im bayerischen Voralpenland, praktische Arbeit in Wohnortnähe

ZIST AKADEMIE

ZIST gründete die *ZIST Akademie für Psychotherapie* (ZIST Akademie) mit dem Ziel, das Verständnis der Humanistischen Psychologie und die jahrzehntelange Erfahrung von ZIST in der Weiterbildung in Potentialorientierter Psychotherapie in einem staatlich anerkannten, tiefenpsychologischen Ausbildungsinstitut zu verankern. Seit 2011 veranstaltet nun die ZIST Akademie Ausbildungen für Psychologen (m/w/d) zur Erlangung der Approbation als Psychologischer Psychotherapeut (m/w/d).

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

- die Haltung der Humanistischen Psychologie mit ihren Konzepten vom menschlichen Potential und der Selbstaktualisierung, die sich in nicht-egozentrischen Motiven ausdrückt;
- in der Theorievermittlung
 - die Kenntnis der Theorie des Unbewussten und der verschiedenen psychoanalytischen Ansätze und darin zentral die Kenntnis von der Übertragung früher Beziehungserfahrung auf die Beziehungen der Gegenwart, vom Widerstand gegen Veränderung durch Abwehr und von der Wiederholung der vergangenen leidvollen Erfahrung infolge dieser Abwehr sowie die Kenntnis der Ich-Psychologie;
 - die Beobachtung Wilhelm Reichs, dass Widerstand gegen Veränderung sich in der körperlichen, psychischen und charakterlichen Struktur der Persönlichkeit äußert;
 - das Wissen der Verhaltensforschung, dass unspezifische Reize reflexartig in frühen Lernerfahrungen gebahnte, der gegenwärtigen Situation unangemessene Reaktionen auslösen, als Wegweiser zu blockierter Potentialentfaltung wahrgenommen und durch Konfrontation mit neuer Lernerfahrung mobilisiert werden und durch deren Wiederholung zu bewusstem Verhalten reifen können;
 - die Einsicht aus dem Systemstellen, dass Leugnung und Verdrängung von Gegebenheiten in der Familiengeschichte ebenso wie in der persönlichen Entwicklung Lebenskraft bindet und dass die Anerkennung des Erlebten heilt, und
- in der therapeutischen Praxis eine Vielfalt an therapeutischen Methoden wie Körperpsychotherapie, Gestalttherapie, Ericksonscher Hypnotherapie, Systemstellen, kreativen Methoden und anderen.

ZIEL DER AUSBILDUNG

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

Die PiA sollen am Ende der Ausbildung

- ein breites Wissensspektrum dank der Vermittlung des theoretischen Hintergrundes einer Bandbreite moderner integrativer Verfahren psychodynamisch humanistischer Psychotherapie haben.
- Reifung als einen Prozess verstehen, in dem sie durch die Auseinandersetzung mit der

eigenen Persönlichkeit in der Selbsterfahrung um die Möglichkeiten der Überwindung von Krisen durch Potentialentfaltung wissen, und auf dem Hintergrund dieses Wissens Hilfesuchende *einladen, inspirieren und ermutigen* können, ihr Heilungspotential durch Selbsterkundung zu unterstützen.

- anwendungsorientierte therapeutische Kompetenz dank der praktischen Tätigkeit in der Klinik, der Umsetzung der im theoretischen Unterricht vermittelten Vorgehensweisen in praktischen Übungen in Patient-Therapeut-Supervisor-Triaden sowie der in der Patientenbehandlung unter Supervision erworbenen Praxiserfahrung besitzen und als reife Therapeutenpersönlichkeiten persönlich, kompetent und flexibel Störungen mit Krankheitswert behandeln können.

SELBSTERFAHRUNG

Die alte Ausbildungs- und Prüfungsverordnung schreibt während der Ausbildung mindestens 120 Stunden Selbsterfahrung vor. In der ZIST Akademie werden davon meist (wir behalten uns Auflagen nach dem Bewerbungsgespräch vor) mindestens 40 Stunden Einzelselbsterfahrung bei kooperierender Lehrtherapeuten (m/w/d) absolviert. Die geforderte Einzelselbsterfahrung muss bis zur Zwischenprüfung absolviert sein, damit die PiA gelernt haben, ihre eigenen, in ihrer Persönlichkeit wurzelnden Reaktionen während der Patientenbehandlung – die sogenannte Gegenübertragung – wahrzunehmen, bevor sie anfangen, mit Patienten zu arbeiten. Für die meisten PiA ist es dringend ratsam, in Belastungsphasen während der Ausbildung mehr als die vom Gesetzgeber geforderten Stunden Einzelselbsterfahrung in Anspruch zu nehmen.

GESAMTÜBERSICHT

Aufnahmeverfahren				
1. Jahr	2. Jahr	3. Jahr	4. Jahr	5. Jahr
Theoretische Ausbildung: insgesamt 1530 AE. Grundlagen der Psychotherapie: Mindestens 200 AE. Mindestens 400 AE vertiefte theoretische Ausbildung im Schwerpunktgebiet. Rest als sogenannte <i>freie Spitze</i> : die Differenz bis zu mindestens 1530 AE insgesamt.				
Selbsterfahrung mindestens 120 Std., davon einzeln mindestens 40 Std., Rest Gruppe. Gegebenenfalls ist zur Bearbeitung aktivierter Konflikte deutlich mehr zu empfehlen.				
Praktische Tätigkeit mindestens 1200 Stunden Psychiatrie und 600 Stunden Psychosomatik.		Praktische Ausbildung mindestens 600 Std. Patientenbehandlung unter mindestens 150 Std. Supervision, davon mindestens 50 Std. Einzelsupervision.		
Staatsexamen				

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

PRAKTISCHE TÄTIGKEIT

Wir empfehlen unseren Interessenten (m/w/d), nicht direkt nach dem Studium mit der praktischen Tätigkeit in Kliniken zu beginnen, sondern in den ersten Workshops der theoretischen Ausbildung psychiatrisches und psychodynamisches Wissen sowie eine Grundkompetenz im Umgang mit Patienten (m/w/d), in der Gesprächsführung und der Selbstfürsorge zu erwerben.

Meist zu Beginn der Ausbildung absolvieren die Teilnehmer (m/w/d) 1800 Stunden praktische Tätigkeit, davon 1200 Stunden an psychiatrischen klinischen Einrichtungen und 600 Stunden an psychosomatischen Einrichtungen, Reha-Kliniken oder Praxen.

Die verbleibenden 80 Stunden Gruppenselbsterfahrung werden als solche im Curriculum ausgewiesen und während einzelner dafür vorgesehener Workshops vermittelt und bescheinigt. Der überwiegende Teil auch der anderen Workshops der theoretischen Ausbildung schließt Übungen mit Selbsterfahrungscharakter ein. Diese zusätzliche Gruppenselbsterfahrung während der Theorievermittlung wird als freie Spitze verbucht.

Das Curriculum zur Ausbildung sowie die Dozenten (m/w/d) finden Sie auf der Webseite der ZIST Akademie: www.zist-akademie.de

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

THEORETISCHE AUSBILDUNG

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

Die theoretische Ausbildung wird in dreißig meist fünftägigen stationären Workshops im Seminarzentrum ZIST Penzberg vermittelt. Die Workshops beginnen in der Regel am Sonntagabend und enden Freitagmittag, damit die Teilnehmer ausgeruht vom 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 Psychotherapeuten (m/w/d) in Ausbildung kollegial geleiteten und supervidierten Therapiesitzungen;
- das Studium psychodynamischer und soziologischer Prozesse sowie existenzieller Konflikte in Spielfilmen,
- den Austausch und die kollegiale Supervision in den Intervallen zwischen den Workshops sowie
- Zeit für die Examensvorbereitung.

Alle Seminare im Rahmen der *Grundlagen der Psychotherapie* sowie *vertiefte theoretische Ausbildung* im Schwerpunktgebiet *tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie*, die Übungen in

Kleingruppen beinhalten, sind in der Regel auf achtzehn Teilnehmer beschränkt, neben den maximal sechzehn Gruppenmitgliedern des eigenen Ausbildungsjahrgangs können bis zu zwei Nachholer oder Gasthörer (jeweils m/w/d) hinzukommen. Für Seminare mit vorwiegend Vorlesungscharakter können zwei Gruppen von je sechzehn Teilnehmern zu einer Gruppe von maximal zweiunddreißig zusammen unterrichtet werden. Versäumte Workshops können an äquivalenten Workshops späterer Jahrgänge nachgeholt werden.

PRAKTISCHE AUSBILDUNG

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

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

DER LEHRKÖRPER

Für die theoretische Ausbildung kooperiert die ZIST Akademie mit herausragenden Dozenten (m/w/d) mit langjähriger Erfahrung in Praxis, Forschung und Lehre. Eine Liste der aktuell mit der ZIST Akademie kooperierenden Dozenten finden Sie im Internet unter: www.zist.de/de/zist-akademie/dozenten

Für die praktische Tätigkeit führt die ZIST Akademie Listen von bundesweit kooperierenden psychiatrischen und psychosomatischen Kliniken und Praxen, an denen die PiA ihre praktische Tätigkeit absolvieren können sowie Listen von Lehrpraxen, in denen die PiA die Patientenbehandlungen im Rahmen der praktischen Tätigkeit durchführen und von Lehrtherapeuten (m/w/d), bei denen die PiA zum einen die geforderte Einzelselbsterfahrung und zum anderen die Supervision der Patientenbehandlungen absolvieren können.

ALLEINSTELLUNGSMERKMALE DER AUSBILDUNG

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

Breiter theoretischer Hintergrund

Die Ausbildung der ZIST Akademie vermittelt die grundlegenden und vertiefenden Konzepte der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie auf dem neuesten Stand einschließlich der zentralen Elemente verwandter oder daraus abgeleiteter Verfahren wie der Gestalttherapie und der in

der Tradition des Freud-Schülers Wilhelm Reich stehenden tiefenpsychologisch fundierten Körperpsychotherapie. Die Ausbildung integriert darüber hinaus in Theorie und Selbsterfahrung Konzepte der Verhaltens- und der Hirnforschung, der transgenerational-systemischen Psychologie und spirituelle Aspekte menschlicher Entwicklung.

Theorievermittlung integriert mit Selbsterfahrung

Lernen geschieht, das bestätigt die Hirnforschung, vornehmlich im Zusammenhang mit emotional relevanter Erfahrung. Ebenso ist eine gründliche theoretische Vorbildung für den Beruf als Psychotherapeut (m/w/d) zwar wichtig, entscheidend ist jedoch die persönliche emotionale Erfahrung und deren kognitive Integration in der Selbsterkundung. Deswegen wird an der ZIST Akademie die Gruppenselbsterfahrung in die theoretische Ausbildung integriert und in der freien Spitze mehr Selbsterfahrung als offiziell gefordert vermittelt.

Die Lerngemeinschaft

Die Psychotherapeuten in Ausbildung (PiA) an der ZIST Akademie kommen aus dem gesamten Bundesgebiet.

Sie leben während der Workshops der theoretischen Ausbildung zusammen im Seminarzentrum ZIST Penzberg (Bedingung auch für Teilnehmer aus der näheren Umgebung). Sie entwickeln dabei kollegiale Beziehungen und streiten, trauern und feiern miteinander. Sie lernen in Klient-Thera-

peut-Supervisor-Triaden miteinander, aneinander und voneinander und stellen einander durch Referate in Abendseminaren über die Pflichtfächer hinausgehende theoretische Modelle und praktische Therapieverfahren vor.

Sie lernen auch außerhalb der Unterrichtszeit miteinander, indem sie sich in den Intervallen zwischen den Workshops in Privatwohnungen beziehungsweise in Skype- oder Telefonkonferenzen zum Erfahrungsaustausch und zum Üben treffen.

ANMELDUNG

Bitte melden Sie Ihr Interesse an der Ausbildung über unsere Webseite (<https://www.zist.de/de/akademie/bewerbung-und-termine>) an. Sie erhalten dann Informationen zum Antragsverfahren mit Fragen zu Ihrer persönlichen und beruflichen Entwicklung, Ihrer Motivation, Ihren Zielvorstellungen und weiteren Gegebenheiten.

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

ANMELDUNG

Bitte melden Sie Ihr Interesse an der Ausbildung über unsere Webseite (www.zist.de/de/akademie/bewerbung-und-termine) an.



Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie auf den einfachsten Nenner gebracht

Wir leiden heute nicht an dem, was einmal zu viel war oder gefehlt hat, sondern daran, dass wir an den reaktiven Mustern in Wahrnehmung, Fühlen, Denken und Handeln festhalten, mit denen wir in der Vergangenheit über die Runden gekommen sind.

Wolf Büntig

Die tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie gehört zu den sogenannten psychodynamischen Verfahren. Psychodynamik bedeutet das seelische Spiel zwischen Impuls und Hemmung, zwischen seelischer Wahrnehmung und körperlicher Manifestation im Verhalten. Tiefe bezieht sich einerseits auf die unbewussten Prozesse in der Tiefe der Seele, andererseits auf die Beziehung zwischen gegenwärtigem Erleben und Verhalten zu Erfahrungen in der Tiefe der Zeit, vor allem der frühen Kindheit. Die psychodynamischen Verfahren anerkennen die Erkenntnisse der Psychoanalyse durch Sigmund Freud und seine Nachfolger, nämlich die Theorie des Unbewussten, die Theorie der Übertragung und Gegenübertragung, von Abwehr und Widerstand, die in der Durcharbeitung fixierter Lebensgeschichte münden.

Menschliches Verhalten ist weitgehend motiviert durch unbewusste Triebe wie

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

In frühkindlicher Anpassung an die Umwelt, auf die wir angewiesen sind, entwickeln wir ein *Ich-Ideal*, das nicht unserer wesentlichen Eigenart entspricht. In der Folge werden wir uns selbst fremd, indem wir

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

Zentrales Element und gemeinsamer Nenner des Widerstandes ist die Abwehr von mitmenschlichem Kontakt, der die Identifikation mit dem Ich-Ideal infrage stellen und in der Regression zur Entlastung von der Selbstüberforderung im Dienst an der Selbstoptimierung führen kann. Deshalb ist die Arbeit am Widerstand und an der Abwehr das wirksamste Mittel der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie.

INFORMATIONSTAG ZUR APPROBATIONSAUSBILDUNG ZUM PSYCHOLOGISCHEN PSYCHOTHERAPEUTEN (m/w/d)

Dr. Sandra Hagen

An den Informationstagen können Psychologen (m/w/d), die an einer Ausbildung in tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie an der *ZIST Akademie für Psychotherapie* interessiert sind,

- Dr. Sandra Hagen als Leiterin der ZIST Akademie,
- das Curriculum der Ausbildung im Überblick sowie
- das Seminarzentrum ZIST Penzberg und die Umgebung kennenlernen und alle Fragen stellen, die sie bewegen.

Zu Beginn hält ein approbierter Psychotherapeut (m/w/d), der an der ZIST Akademie seine Ausbildung absolviert hat, einen Vortrag zur Einführung in die Tiefenpsychologie.

INSTITUTSAMBULANZ DER ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE

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

Behandlung

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

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

Kosten

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

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

jeweils 9.30 h – circa 17.00 h
Sa., 14.1.23 Nr. 230100
Sa., 15.4.23 Nr. 230400
Sa., 22.7.23 Nr. 230700
Do., 14.9.23 Nr. 230900

Kursgebühr: Kostenlos
 Mittagessen, Obstkorb und Pausengetränke 15 €
 Ort: ZIST Penzberg

Bitte melden Sie sich über unsere Webseite an:
<https://www.zist.de/de/akademie/ueber-die-akademie/infotag>

Kontakt für Patienten und überweisende Kollegen (jeweils m/w/d)

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

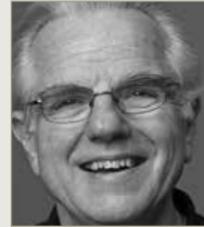
Institutsambulanz der ZIST Akademie
 Zist 1 | 82377 Penzberg
 Tel.: +49-8856-936917
 Di. – Do.: 9.30 h – 11.00 h
 Bettina Rauh
 E-Mail: ambulanz@zist-akademie.de

oder an eine der bundesweit kooperierenden Lehrpraxen, die Sie auf unserer Webseite www.zist.de/de/institutsambulanz finden.



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

Lucius Annaeus Seneca

**Hunter
Beaumont****Astrid
Bosshard****Peter
Bourquin****Ela
Buchwald****Volker
Buchwald**

Hunter Beaumont, Ph.D., kam 1980 als Gastprofessor für Tiefenpsychologie an die LMU nach München. Davor war er Präsident und Lehrtherapeut am *Gestalt Therapy Institute of Los Angeles*. Seit 1982 bietet er eigene Kurse und Fortbildungen in ZIST und darüber hinaus in vielen Ländern der Welt an. Seine Arbeit vereint ein breites Spektrum von psychotherapeutischen Verfahren, wissenschaftlichen Erkenntnissen sowie spirituellen Traditionen. Er ist heute der Ansicht, dass für das langfristige Überleben des Homo sapiens wesentliche systemische Veränderungen in der Gesellschaft, der Wirtschaft und im Selbstverständnis der Menschen notwendig sind und interessiert sich für die Frage, wie individuelle und gruppenpsychotherapeutische Prozesse die notwendigen systemischen Veränderungen der Gesellschaft unterstützen können, und umgekehrt, wie systemische Dynamiken der Gesellschaft individuelles Verhalten und persönliches Wachstum beeinflussen.

- > Psychotherapie für das Leben in einer unbekannteren Zukunft, Seite 54, 36
- >> Welche Form(en) der Psychotherapie können konsistente Erkenntnisse unterstützen?, Seite 36, 54
- >> Making and Unmaking of the World, Seite 36, 54
- >> Die Notwendigkeit einer erneuerten Ethik, Seite 37, 54

Astrid Bosshard, geb. 1964, Master TaKeTiNa Teacher, Musik- und Bewegungspädagogin mit Professur an der *Hochschule für Musik Basel*, Erforschung und Integration von TaKeTiNa Prinzipien in der Musikpädagogik, Studium Mozarteum/Orff Salzburg, Humanistische Psychotherapie ZIST, Weiterbildung Embodied Voice Work, Alexandertechnik, Polarity, SE und psychotherapeutischer Selbsterfahrung. Seit 1999 TaKeTiNa Workshops in verschiedenen Feldern, regelmäßige Assistenz mit TaKeTiNa bei Wolf Büntig in der ZIST Akademie.

- > TaKeTiNa – Durch Rhythmus zu Bewusstsein, Seite 25

Peter Bourquin ist gebürtig Deutscher und lebt und arbeitet seit 1998 als Leiter des Instituts ECOS unweit von Barcelona in Spanien. Ausgebildet unter anderem in Gestalttherapie, Integrative Psychotherapy (mit Richard Erskine) und Brainspotting (mit David Grand), arbeitet er hauptsächlich mit dem Familienstellen und ist international tätig. Seit 2008 leitet er gemeinsam mit Carmen Cortés Seminare für allein gebliebene Zwillinge. Er ist Autor von neun Büchern sowie zahlreicher Artikel. Auf Deutsch sind unter anderem erschienen: Peter Bourquin & Carmen Cortés: *Der allein gebliebene Zwilling*, Innenwelt Verlag, Köln, 2016
Peter Bourquin: *Heilung ist ein Raum*, Synergia Verlag, Basel, 2012
Peter Bourquin & Kirsten Nazarkiewicz (Hg.): *Trauma und Begegnung*, Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen, 2017
www.ecosweb.net
-> Der allein gebliebene Zwilling, Seite 14, 37

Ela Buchwald, Mutter von drei erwachsenen Kindern, ist Heilpraktikerin, Traumatherapeutin (Somatic Experiencing) und ausgebildet in Bewusstseins- und Körperarbeit. Geprägt von der langjährigen Zusammenarbeit mit Diana Richardson (Slow Sex) liegt der Schwerpunkt ihrer Arbeit auf dem Thema *Entspannte Sexualität* und körperorientierte Therapie. Ela Buchwald ist Produzentin des Films *Slow Sex – wie Sex glücklich macht*. Sie arbeitet als Coach, Seminarleiterin und Autorin.
www.elabuchwald.de
www.einfach-liebe.de
-> Das Einfach Liebe Retreat für Paare, Seite 21

Volker Buchwald, Vater von drei erwachsenen Kindern, ist Golf- und Meditationslehrer und ausgebildet in Bewusstseinsarbeit. Das Kennenlernen der Arbeit von Diana und Michael Richardson (Slow Sex) im Jahr 2003 war für ihn ein tiefgreifender, persönlicher und heilsamer Veränderungsprozess und ganz entscheidender Wendepunkt in seinem Leben. Seitdem forscht er zusammen mit seiner Frau Ela Buchwald auf dem Gebiet von Liebe und *Entspannter Sexualität* und arbeitet als Coach, Seminarleiter und Autor zu diesem Thema.
www.einfach-liebe.de
-> Das Einfach Liebe Retreat für Paare, Seite 21

**Clemens
Büntig****Sabine
Bundschu****Russell
Delman****Karin
Enz Gerber****Linda
Evans Delman**

Clemens Büntig, geb. 1968 in San Francisco und aufgewachsen in ZIST, ist Künstler mit dem Schwerpunkt Natur. Er hat eine gestalttherapeutische Ausbildung bei dem Ältestenpaar Dr. Harvey Mett Silverfox und Danuta Ogaoena Kroskowska Snowsong in *Body Soul Integration*, Zeremonie und Ritualarbeit, Kreisarbeit, Reinigungshütten et cetera sowie die Exit Fortbildung *Expressive Arts in Transition* absolviert. Clemens hat außerdem Erfahrung in Männerarbeit und ist Waldkindergärtner. Zahlreiche Teilnahmen auf internationalen Ausstellungen und eine langjährige Kursarbeit in eigener Kunstschule runden sein Profil ab.
www.clemensbuentig.de
-> Der Fluss eines jeden hat seinen eigenen Lauf, Seite 26

Sabine Bundschu, geb. 1959. Schauspielerin, Sängerin, Komponistin und TaKeTiNa Rhythmspädagogin. Circle Singing Ausbildung bei Rhiannon. Gruppenleiterin TaKeTiNa, Stimme, Improvisation, Rhythmus Rahmentrommel. Freie Dozentin an der Theater Akademie München, *Hochschule für Schauspielkunst Ernst Busch*, Berlin, *Sibelius Academy Helsinki*, Bayerische Philharmonie, *Trauma Hilfe Zentrum München*. Interaktive Konzerte und Workshops auf Kongressen und Firmen Events (Allianz, BMW, RTL, Wöhr, Marco Polo, IBM, DGfS). Sprecherin und Sängerin auf zahlreichen CDs.
www.sabinebundschu.de
-> TaKeTiNa – Schnuppertag, Seite 62
-> When The Drummers Were Women, Seite 21, 25

Russell Delman began his study Zen meditation and somatic psychology in 1969 as an undergraduate student in psychology. His training and personal relationship with Moshé Feldenkrais began in 1975, and he has since helped train more than 2500 Feldenkrais teachers all over the world. In recent years, Russells close friendship with Eugene Gendlin has strongly influenced his work. Russell offers a mentorship program in *The Embodied Life*.
www.russelldelman.com
-> The Embodied Life Retreat, Seite 24, 28

Karin Enz Gerber, geb. 1964, Rhythmus-, Stimm- und Improvisationslehrerin, Körpertherapeutin, Ausbildung in TaKeTiNa Rhythmspädagogik (Reinhard Flatischler) und Humanistischer Psychotherapie (Wolf Büntig) in ZIST, Weiterbildung in Embodied Voice Work (Lisa Sokolov), Polarity Therapeutin, SE Traumatherapie. Seit 1996 Kursleiterin für *Körpermusik* (Stimme, TaKeTiNa, Improvisation) im *Atelier für Körpermusik* in Liestal (CH). Leitung der Aus- und Weiterbildung *Körpermusik* mit Andreas Gerber.
www.koerpermusik.ch
-> Singing Pool, Seite 26

Linda Evans Delman has been an international consultant and educator in the fields of psychology, conscious movement and spirituality for over 40 years. She trained directly with Dr. Moshé Feldenkrais, graduating in 1983 and is an authorized Feldenkrais trainer and *educational director*. She joined the faculty of the *Embodied Life School* in 2015. She is a certified counselor in anthroposophical psychology. Spatial dynamics, choreocosmos, meditation, prayer and mother nature have been deep influences in her life. Her study of consciousness, movement and freedom, continues to guide her life. She lives on Cape Cod, in the United States with her husband Russell.
-> The Embodied Life Retreat, Seite 24, 28



Johannes
Feuerbach



Kathrin
Franckenberg



Andreas
Gerber



Thomas
Geßner



Devapria
Gokani

Johannes Feuerbach, Dipl.-Päd. Aus der Lomi-Körperarbeit, der Gestalttherapie, der Kontemplation und dem Tango entwickelte er *Beziehung, die man tanzen kann* als Selbsterfahrungsmethode für Paare, die er in mehreren europäischen Ländern unterrichtet. In der Ausbildung von Gestalttherapeuten (m/w/d) arbeitet er als Dozent, Lehrtherapeut und Supervisor; in seiner Berliner Praxis mit den Schwerpunkten Paar- und Gruppentherapie und Kontemplation. Er ist von der Europäischen Vereinigung für Psychotherapie (EAP) und der Europäischen Vereinigung für Gestalttherapie (EAGT) akkreditiert.

Veröffentlichungen

(2010): *Beziehung, die man tanzen kann: Selbsterfahrung für Paare*. In: Musik-, Tanz- und Kunsttherapie. 21. Jg., H. 3, S. 113–122

(2017): *Beziehung, die man tanzen kann: Partnerschaft und Tango*. In: Ralf Sartori (Hg.): *Tango Global Bd. 3 – Tango in Berlin*. Allitera: München, S. 122–144

(2019): *Das Selbst als Tor und Brücke in den Basisbewegungen des Tango Argentino*. In: Musik-, Tanz und Kunsttherapie. 29. Jg., H. 1, S. 29–34 (Die beiden letzten Essays sind als Sonderdruck in ZIST erhältlich.)

www.feuerbach.biz

-> Meditationen für zwei: Austausch, Stille und intime Begegnungen für Paare, Seite 22, 31

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

Kathrin Franckenberg, Point Zero Painting Trainerin, Künstlerin, Kunstglaserin, Coach und Maltherapeutin, entdeckte in den 1990er-Jahren ihre Begeisterung am Malen wieder. Sie begegnete 2001 dem Point Zero Painting und Michele Cassou (USA), wurde ihre Assistentin und ist von ihr autorisierte Trainerin für Europa. Sie gibt

eigene Workshops und Weiterbildungsseminare zur Kreativitätsentwicklung und -entfaltung bei Kindern und arbeitet als Coach mit künstlerischen Methoden für Einzelpersonen und Organisationen. www.malfreude.de

-> Point Zero Painting – Die Kraft der kreativen Freiheit erleben, Seite 26

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

-> Singing Pool, Seite 26

Thomas Geßner, Dipl.-Theologe, Lehrtherapeut für Systemaufstellungen (DGfS), Autor. 1964 in Halle (Saale) geboren, zwei Kinder, verheiratet. Er war 20 Jahre evangelischer Pfarrer, bevor er sich 2011 ganz dem Aufstellen zuwandte. An seinem Ausbildungsinstitut in Halle (Saale) praktiziert und lehrt er phänomenologische Aufstellungsarbeit, Lebensintegrationsprozess (LIP nach Nelles) und Beratung. Er verbindet dies mit seinen beruflichen Wurzeln in der Seelsorge. Darüber hinaus ist er in vielen europäischen Ländern als Gastdozent tätig. Thomas Geßner arbeitet für Menschen, die es mit sich selbst leichter haben wollen. Er unterstützt sie dabei, die gegenwärtige Bewegung ihres Lebens wahrzunehmen, sie klarer zu erkennen und sich ihr anzuvertrauen. Methodisch legt er dabei den Fokus

auf das relativ sichere *Jetzt* eines Menschen im Unterschied zum möglicherweise bedrohlichen *Damals*. Inhaltlich geht es darum, was das Leben gerade von uns will und wie wir dem folgen können.

Literatur

Thomas Geßner: *Der blaue Fisch*.

Über den Zeitgeist, Innenwelt Verlag, Köln 2022

Thomas Geßner: *Wie wir lieben*.

Und was wir alles aus Liebe tun oder vermeiden, Innenwelt Verlag, Köln, Edition Neue Psychologie, 2018

Wilfried Nelles, Thomas Geßner:

Die Sehnsucht des Lebens nach sich selbst. Der Lebensintegrationsprozess in der Praxis, Innenwelt Verlag, Köln, 2014 www.gessner-aufstellungen.de

-> Werden, was ich bin., Seite 14

-> Wozu bin ich krank? Symptome und unbewusste Liebe, Seite 24, 37

Devapria Gokani, geb. 1964 in einer indischen Familie, lebt und atmet Devapria Ayurveda und Massage länger als sie sich erinnern kann. Sie ist ausgebildet in Tiefengewebsmassage (Rebalancing), Holistischer Massage, CranioSacraler Biodynamik, Ayurvedischer Yogamassage, Hawaiianischer Massage, Japanischer Gesichtsmassage, Holistic Counselling, Primärtherapie 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 in ISP (Integrale Somatische Psychologie) bei Raja Selvam abzuschließen.

-> Freier Fluss für einen freien Kopf – mit indischer Kopfmassage, Seite 24, 38



Sonia
Gomes



Christian
Gottwald



Sandra
Hagen



Reinhard
Hauser



Martin
Höhn

Sonia Gomes, Ph.D., ist international als SE Lehrerin mit großem Herz und tiefem neurologischen Fachwissen bekannt. Dank ihrer Hintergründe in der Rolfing Körperarbeit, der Bewegungslehre von Hubert Godard, ihrer naturalistisch ausgerichteten brasilianischen Herkunft und langjähriger Erfahrung als SE Advanced Lehrerin kann sie auf ein enorm dichtes und gut vernetztes theoretisches wie praktisches Wissen bauen. Ihre Live-Demos gelten als exklusiv und berührend. Sie liebt es, Menschen in ihrer persönlichen und spirituellen Entwicklung zu unterstützen. Sie hat außerdem die Körpertherapieform SOMA entwickelt. Sie lehrt in Südamerika, Südafrika, Europa, Asien und den USA. -> Somatic Experiencing, Seite 52

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

-> Vortrag: Einführung in moderne bewusstsensenzentrierte Körperpsychotherapie, Seite 63

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

Sandra Hagen, Dr. phil., geb. 1979, verheiratet, drei Kinder; Ausbildung in Systemischer Psychotherapie; Psychologische Psychotherapeutin (VT); Promotion über die Behandlung von Patienten (m/w/d) mit emotional-instabiler Persönlichkeitsstörung; PESSO Therapeutin.

-> Informationstag zur *Approbationsausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten (m/w/d)*, Seite 63, 71

Reinhard Hauser, Dr. phil., eidgenössisch anerkannter Psychotherapeut, Coach, Supervisor und Gruppenleiter, begleitet seit 30 Jahren Veränderungsprozesse mit Einzelpersonen, Paaren, Führungspersonen und Teams (u. a. ETH Zürich). Als Facilitator in der *Worldwork Methodologie* unterstützt er Konfliktarbeit und Gruppenbildungsprozesse in Klein- und Großgruppen. Mit Keynotes an Konferenzen und Publikationen unterstützt er Prozessarbeit weltweit, zuletzt *Prozessorientierte Psychotherapie. Eine Einführung in Theorie, Methoden und Praxis*, Psychosozial Verlag, 2022. Reini ist verheiratet und lebt in Zürich.

Mitgliedschaften

Institut für Prozessarbeit, IPA, Zürich
ZIST Akademie für Psychotherapie, Penzberg, Deutschland

Fachverband Schweizer Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten (ASP)

Internationale Assoziation Prozessorientierte Psychologie (IAPOP)

Internationale Federation for Psychotherapy (IFP)

www.reinihauser.net

-> Gruppenpsychotherapie: Leitung ambulanter Gruppen, Seite 38, 55

Martin Höhn, geb. 1976. Focusing-Berater und -Ausbilder (DFI), Hochschuldozent und Musikpädagog. Studium der Elementaren Musikpädagogik. Ausbildungen in Focusing-Therapie und TaKeTiNa. Langjährige Tätigkeit als Gruppenleiter und Kreativtherapeut.

www.martinhohn.de

-> TaKeTiNa – Schnuppertag, Seite 62



**Silke
Humez**



**Barbara
Innecken**



**Katrin
Jonas**



**Michael
Kraft**



**Susanne
Kraft**

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

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

-> NIG Practitioner: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten, Seite 38, 47

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

Literatur (Auswahl)

Barbara Innecken: *Auf der Suche nach den gefundenen Kraftquellen*. In Jaquet, Ziepert und Ohler (Hrsg.): *Vom Träumen und Aufwachen*, Carl-Auer Verlag, 2022
Barbara Innecken: *Bildhafte Ressourcen*, M. Lockert (Hrsg.): *Perlen der Aufstel-*

lungsarbeit, Carl-Auer Verlag, 2018
Barbara Innecken: *Traumaspesifische Vorgehensweisen in Aufstellungen*, In Bourquin und Nazarkiewicz (Hrsg.): *Trauma und Begegnung*, Vandenhoeck & Ruprecht, 2017
E. Madelung und B. Innecken: *Im Bilde sein. Vom kreativen Umgang mit Aufstellungen in Einzeltherapie, Beratung, Gruppen und Selbsthilfe*, Carl-Auer Verlag, 2015
Barbara Innecken: *Weil ich euch beide liebe – Systemische Pädagogik für Eltern, Erzieher und Lehrer*, Tredition Verlag, 2015

www.barbara-innecken.de
www.nig-institut.de

-> NIG Practitioner: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten, Seite 38, 47
-> Familienaufstellungen, Seite 23
-> Weil ich euch beide liebe, Seite 23

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

Literatur Katrin Jonas

Der Weg des Wassers. Frauen meditieren anders, Innenwelt Verlag, 2018
Körpergeflüster. Der persönlichen Lebensmelodie folgen, Innenwelt Verlag, 2021

Die bewegte Frau. Vom Bewegen sollen zum Bewegen wollen, Innenwelt Verlag, 2020
Nackt. Das Körper-Versöhnbuch für Frauen, Innenwelt Verlag, 2019
Meditation heilt. Schmerzfrei in ein neues Leben, Verlag Via Nova, 2017
Schmerzfrei ohne Medikamente. Meditation und Körperbewusstsein, Verlag Via Nova, 2017

www.katrin-jonas.com

-> BodyWareness: Körperbewusstsein als Schlüssel zur Veränderung in Therapie und Coaching, Seite 31, 39
-> Frauen meditieren anders, Seite 28

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 Althilologie. Ausbildung an der *Graf-Bothmer-Schule für Gymnastik*. Selbstständiger Inhaber eines Fachgeschäftes für Naturkost und Baubiologie. Berater und Entwickler für ökologische und soziale Projekte. Seit 2005 selbstständiger Bestatter zusammen mit Susanne Kraft. Seit 2005 Trainer für Gewaltfreie Kommunikation.
-> Dem Tod neu begegnen – Abschied und Bestatten als Tor zum Leben, Seite 15, 28

Susanne Kraft. Künstlerische Arbeit mit Kindern und Müttern in arabischen SOS-Kinderdörfern. Studium der freien Malerei und Aufbaustudium Kunsttherapie. Dozentin an der Universität Witten (Aktzeichnen). Bestatterin im eigenen Unternehmen *Die Barke* in Herdecke. Ehrenamtliche Arbeit als Kunsttherapeutin mit traumatisierten Opfern des Bürgerkriegs in Kroatien. Seit 2002 zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg und Atelier *Kunst und Wandlung*.
-> Dem Tod neu begegnen – Abschied und Bestatten als Tor zum Leben, Seite 15, 28



**Elmar
Kruithoff**



**Sabine
Löffler**



**Regina
Lord**



**Gustav
Marlock**



**Uwe
Minde**

Elmar Kruithoff ist Dipl.-Psych. und der Gründer des *Zentrum für Focusing Kompetenzen* 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.
-> Gefühle zum Weglaufen, Seite 16, 32

Sabine Löffler, Dipl.-Psych., Familientherapeutin, international zertifizierte PBSP Therapeutin (im deutschen Sprachraum als Pesso-Therapie bekannt) und Supervisorin. Weiterbildungen in Ego-State-Therapie, Ressourcenorientierter Psychotherapie und Brainspotting. Langjährige Mitarbeit im sozialpsychiatrischen Dienst, eigene Praxis als Therapeutin (Einzel und Gruppen). Als langjährige Simultanübersetzerin von Al Pesso in seinen Weiterbildungen am Münchner CIP ist sie besonders dieser Psychotherapiemethode sehr verbunden, bleibt aber immer offen für weitere kreative Möglichkeiten oder der Verbindung verschiedener Ansätze, wie zum Beispiel Pesso-Therapie und Ego-State-Therapie. Gemeinsam mit Uwe Minde leitet sie Selbsterfahrungsseminare und Weiterbildungen für Therapeutinnen und Therapeuten.

-> Come To Life – von Scham und Schuld zu Integration und Verbundenheit, Seite 17, 40

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

-> Dem Leben mehr Farbe geben, Seite 27

Gustav Marlock, Dipl.-Päd., Psychologischer Psychotherapeut, Lehrtherapeut und Supervisor für tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie. Herausgeber des Handbuchs *Körperpsychotherapie* (Psychodynamik, Selbstbildung). Er leitet die deutsche Ausbildung in Univer Körperpsychotherapie und ist Dozent und Supervisor für tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie. Zahlreiche Veröffentlichungen zur körperpsychotherapeutischen und tiefenpsychologischen Geschichte, Metatheorie und Methodik; Co-editor des *Handbuchs der Körperpsychotherapie*.
-> Existenzielle und Transpersonale Psychologie, Seite 40, 56

Uwe Minde, Dipl.-Psych., Psychologischer Psychotherapeut, Verhaltenstherapeut, international zertifizierter PBSP Therapeut und Supervisor (Pesso-Therapie). Weiterbildung in klinischer Hypnose (MEG). Langjährige Mitarbeit in einer psychiatrischen Klinik. Dort Aufbau einer Station für chronisch Kranke sowie Aufbau einer psychotherapeutischen Station mit dem Ziel, verhaltenstherapeutische und tiefenpsychologische Konzepte zu integrieren. Seit 1998 in eigener Praxis in Darmstadt niedergelassen. Seit 2007 Durchführung von PBSP Gruppen in der eigenen Praxis. Seit 2013 Workshops am Benediktushof zum Thema *Heilende Erinnerungen*. Eine Erweiterung der heilenden Aspekte der PBSP Methode mit Methoden aus dem Zen-Training. Seit 2000 Zen-Training. Gemeinsam mit Sabine Löffler bietet er verschiedene PBSP Workshops an.
www.uweminde.de
-> Come To Life – von Scham und Schuld zu Integration und Verbundenheit, Seite 17, 40



Michael Mokrus



Malte Nelles



Masako Ohta



Karin Ortner-Willnecker



Luise Reddemann

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

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

www.michaelmokrus.de

-> Einführung in *Das Neuroaffektive Beziehungsmodell* (NARM), Seite 52, 62

-> Das Neuroaffektive Beziehungsmodell (NARM), Seite 50

Malte Nelles, Dipl.-Pol., Lehrtherapeut für Systemaufstellungen (DGfS), Heilpraktiker beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie mit Aus- und Weiterbildungen in Systemaufstellungen, tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie und Paartherapie. Er 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

Literatur

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

Interview mit Wilfried Nelles und Malte Nelles: *Das Eintreten in das eigene geistige Sein*, www.zist.de/de/veroeffentlichung/das-eintreten-das-eigene-geistige-sein-interview-mit-dr-wilfried-nelles-und-malte

-> Reise zu dir selbst, Seite 17

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

www.masako-ohta.de

-> Klavierspüren, Kalligrafie und Tai Chi, Seite 27

Karin Ortner-Willnecker, Dr. phil., Studium Psychologie (LMU München), Philosophie (Hochschule für Philosophie SJ), zehnjährige Forschungstätigkeit am Max-Planck-Institut für Psychologische Forschung und an der LMU München. Weiterbildungen unter anderem in Integrativer Psychotherapie (Fritz-Pearls-Institut), Initiatischer Therapie (Dürkheim), Mentaltechniken (unter anderem H. Leuner, L. Reddemann), Stimmimprovisation (Carl Adamek), Ethnomedizin (Institut für Ethnomedizin München). Seit dem Jahr 2000 Praxis für Souveräne Lebensführung mit Schwerpunkt Hochsensibilität, Vielfachbegabung und Entwicklungstraumata.

www.ortner-willnecker.de

-> Fragestunde: "Schreikind", "High Need"-Kind oder hochsensibel?, Seite 18, 32

-> Fragestunde: Hochsensibel – schön anstrengend, Seite 18, 32

-> Fragestunde: Hochsensibel – Bereicherung und Herausforderung zugleich für Partnerschaft und Familie, Seite 18, 33

-> Hochsensibilität – Ich darf sein, Seite 19, 24

Luise Reddemann, Prof. Dr. med., Jahrgang 1943, Nervenärztin, Fachärztin für psychotherapeutische Medizin, Psychoanalytikerin. Bis Ende 2003 Leitende Ärztin einer Klinik für psychotherapeutische Medizin. Seit 2004 freiberuflich überwiegend lehrend und forschend tätig. Honorarprofessur an der *Universität Klagenfurt*. Lehrauftrag an der *Hochschule für Bildende Künste*, Dresden. Mitglied des Wissenschaftlichen Beirats der Lindauer Psychotherapiewochen. Schwerpunkte: Trauma und Resilienz.

www.luise-reddemann.info

-> Mitgefühl – im Umgang mit sich selbst und anderen angesichts aktueller Herausforderungen, Seite 33, 41



Katrin Reuter



Jeanne Rosenblum



Doris Rothbauer



Michael Rupp



Irmgard Schmelcher-Haimerl

Katrin Reuter, Dr. phil., Dipl.-Psych., Psychologische Psychotherapeutin und Psychoonkologin, ausgebildet in kognitiver Verhaltenstherapie, Hypnotherapie und System- und Familienaufstellungen. Klinischer Tätigkeitsschwerpunkt innerhalb der Psychoonkologie in Praxis und Weiterbildung. Seit 2007 Mitarbeit bei Claudio Naranjo in der internationalen SAT Schule und seit 2014 Leiterin des Hoffman Institutes Frankreich und SAT Deutschland – Frankreich.

www.PPPO-freiburg.de

www.naranjo-sat.com

-> Das Enneagramm der Persönlichkeit und der Gesellschaft – ein erfahrungsorientierter Workshop, Seite 48, 62

-> Das SAT Programm als psycho-spiritueller Entwicklungsweg – seine Methoden und Besonderheiten, Seite 33, 49, 62

-> Selbsterkenntnis und Lebendigkeit (SAT Modul I), Seite 19, 48

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 29, 33

Doris Rothbauer, Heilpraktikerin beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie, arbeitet seit 1998 in eigener Praxis mit Somatic Experiencing (SE). Nach langjähriger Assistenz bei Dr. Peter Levine und anderen Seniorlehrern (m/w/d) ist sie seit einigen Jahren Mitglied des Lehrteams des *Somatic Experiencing Trauma Institute* (SETI) und leitet SE Trainings europaweit. Zu ihrem Hintergrund gehören unter anderem Ausbildungen und Lehrtätigkeit in NARM (Dr. Laurence Heller) und Neuroaffektiver Entwicklungspsychologie (Dr. Susan Hart, Marianne Bentzen).

www.dorisrothbauer.de

-> Einführung in die Traumatherapie *Somatic Experiencing*, Seite 53, 62

-> Vorankündigung: Somatic Experiencing, Seite 52

Michael Rupp ist Heilpraktiker beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie in eigener Praxis in München. Davor war er viele Jahre als Sozialpädagoge in der Jugendhilfe tätig, davon fünf Jahre in der Leitung. Gleichzeitig arbeitete er im therapeutischen Fachdienst für zwei heilpädagogischen Tagesstätten. Er wurde in verschiedenen humanistischen Therapieformen, wie Bioenergetik und Arbeit mit dem Inneren Kind ausgebildet und studierte sieben Jahre Transpersonale Psychologie im Diamond Logos unter der Leitung von Faisal Muqaddam. Er ist Bodydynamic Therapeut und Supervisor sowie Teil des Trainer Teams von *Bodydynamics International* und leitet Ausbildungsmodule in Deutschland, Portugal und Russland.

www.bodydynamic.de

-> Einführung in die Bodydynamic Arbeit mit Entwicklungstrauma, Seite 19, 42

-> Selbstaussdruck und Durchsetzungsvermögen, Seite 19, 42

Irmgard Schmelcher-Haimerl, Dipl.-Sozialpädagogin (FH) und Heilpraktikerin für Psychotherapie in eigener Praxis. Seit 1991 unter anderem ausgebildet in Bioenergetik in ZIST sowie in ressourcenorientierter Fachberatung in Psychotraumatologie (DeGPT/BAG) und als IFS Therapeutin bei Richard Schwartz und Susan McConnell. Ausbildungsleiterin des IIFS-Instituts Berlin und Mitglied im Kernlehrteam des IIFS-Instituts Heidelberg.

www.praxis-schmelcher-haimerl.de

-> Erforschung der Innenwelt, Seite 19, 43



**Brant
Secunda**



**Lisa
Sokolov**



**Ulrike
Wichtmann**



**Andreas
Wittwer**

Brant Secunda, Schamane und Heiler in der Tradition der Huichol Indianer aus Mexiko, hat eine umfassende Lehrzeit von zwölf Jahren bei dem bekannten, im November 1990 im Alter von 110 Jahren verstorbenen Schamanen Don José Matsawa abgeschlossen. Brant ist der adoptierte Enkel von Don José und war sein naher Vertrauter. Als Direktor der *Dance of the Deer Foundation*, Zentrum für schamanische Studien in Kalifornien, leitet er weltweit Zeremonien und Workshops. Außerdem ist er Co-Autor des Buches *Fit Soul – Fit Body. So bringen Sie Körper, Seele und Geist in Bestform*.
www.shamanism.com
-> Schamanismus der Huichol Indianer, Seite 28

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 27

Ulrike Wichtmann, Dr. med., geb. 1952, Fachärztin für Psychosomatische Medizin/ Psychoanalyse, Fachärztin für Anästhesiologie und Intensivmedizin, niedergelassen in eigener psychotherapeutischer Praxis in Lechmühlen bei Landsberg. Schon seit ihrer Jugend an der *Wissenschaft vom Bewusstsein* interessiert. Dabei hat Dr. Julie Henderson, die Begründerin der Zapchen Methode, deren Schülerin Ulrike Wichtmann seit fast 25 Jahren ist, ihr Verständnis entscheidend beeinflusst. Mit ihrer Ermächtigung lehrt sie seit 15 Jahren Grundlagen und spezielle Anwendungsgebiete dieser innovativen und tief sinnigen Methode.
-> Zapchen somatics – Oder: Wie man sich mit alledem schneller wieder wohl fühlen kann, Seite 20, 44

Andreas Wittwer, Master TaKeTiNa Rhythmuspädagoge, Studium in Orgel, Dirigieren und Gesang, langjährige Berufspraxis und Leitung von Chören. Aus- und Weiterbildungen in körperbezogener Stimmarbeit und Percussion. Musikpädagogische Tätigkeit in Schulen, Erforschung der Anwendung von TaKeTiNa Arbeitsweisen in der Musikpädagogik. Leitet mit Astrid Bosshard seit 20 Jahren TaKeTiNa Workshops in verschiedenen Feldern. Regelmäßige Assistenz mit TaKeTiNa bei Wolf Büntig in der ZIST Akademie.
-> TaKeTiNa – Durch Rhythmus zu Bewusstsein, Seite 25



**Gerhard
Wolfrum**



**Gerhard
Zimmermann**

Gerhard Wolfrum, geb. 1948, Studium der Psychologie, arbeitete anfangs als wissenschaftlicher Mitarbeiter bei verschiedenen Forschungsprojekten. Längere Zeit war er sowohl einzel- als auch gruppenpsychotherapeutisch und auch als wissenschaftlicher Mitarbeiter der diagnostischen Abteilung einer analytisch orientierten psychiatrischen Klinik tätig, seit 1994 parallel auch in eigener Praxis. Er ist Lehr- und Kontrollanalytiker, gründete mit Kollegen (m/w/d) das Trauma-Hilfe-Zentrum München (THZM), spezialisierte sich im Bereich Psychotraumatologie (EMDR, ZPTN-Curriculum, spez. Screen-Technik, MPTT bei DAPT Köln, Brainspotting bei David Grand) und damit auf die Behandlung von Patienten (m/w/d) mit Traumafolgestörungen. Durch sein großes Interesse an Neurobiologie entdeckte er David Grands Brainspotting und praktiziert dies seitdem mit großer Faszination in seiner psychotherapeutischen Praxis in München.
Veröffentlichungen (Auswahl)
Gerald Hüther; Alexander Korittko; Gerhard Wolfrum; Lutz Besser: *Neurobiologische Grundlagen der Herausbildung psychotraumabedingter Symptomatiken*. In: Trauma & Gewalt, 4. Jahrgang, Heft 1, Februar 2010, S. 18–31.
Neue Bilder braucht das Hirn: Semiotische Progression durch bildhafte Einsicht, Zeugenschaft und feinfühliges Begleitung, Zeitschrift für Psychotraumatologie, Psychotherapiewissenschaft, Psychologische Medizin, 01/2013, S. 75–85.
Brainspotting – Themenheft. Trauma, Zeitschrift für Psychotraumatologie und ihre Anwendungen, 03/2017.
The Power of Brainspotting. An International Anthology. Ed., 2018, Kröning: Asanger.

Das Lehrbuch Brainspotting. Ein neuer Weg in der Traumatherapie (2020). Kröning: Asanger.
-> Brainspotting (BSP), Phase 1, Seite 44, 57
-> Brainspotting (BSP), Phase 2, Seite 45, 58

Gerhard Zimmermann, Dr. med., Arzt mit Zusatzbezeichnung Psychotherapie in eigener Praxis in Mainz. Aus- und Weiterbildungen in Verhaltenstherapie, Bioenergetik und Gestalttherapie, Medizinischer Hypnose und verschiedenen körperpsychotherapeutischen Verfahren. Arbeitsschwerpunkte: Psychotherapie, Psychosomatik, Psychotraumatologie, Verhaltensmedizin, Stressmanagement.
www.stressmanagement.de
-> Emotionales Lernen – Körper und Seele im Dialog, Seite 20, 46



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

Leonard Cohen

ZIST	● Hintergrund	86
	● Potentialorientierte Selbsterfahrung – wozu? Vortrag von Wolf Büntig	88
	● Aufenthalt in ZIST	90
	● In eigener Sache	91
	● Wegbeschreibung	94
	● Impressum	96

Text: Dr. Wolf Bütig

Dritte Kraft**HUMANISTISCHE PSYCHOLOGIE**

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

Verhaltensforschung

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

Psychoanalyse

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

Humanistische Psychologie

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

Abraham Maslow

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

**Das menschliche Potential
Inbild
Vorbild
Auftrag**

Das menschliche Potential ist als Inbild (genetischer Code) eingeboren; es wird an einem Vorbild als Wert erkannt, als Bedürfnis, Notwendigkeit und Auftrag erlebt und durch Übung im Alltag als menschliche Kompetenz verwirklicht. Das menschliche Potential entfaltet sich im Lauf der Entwicklung entsprechend einer Hierarchie der Bedürfnisse: Aufbauend auf den Grundbedürfnissen, deren Befriedigung das Überleben sichert (Nahrung, Geborgenheit, Schutz) und das Dasein bestätigt (Beachtung), werden die sozialen Bedürfnisse (Zugehörigkeit, Geselligkeit, Anerkennung und Achtung) sowie die Selbstbehauptungsbedürfnisse (Territorium, Fortpflanzung, Rang und Status) aktualisiert. Ein unbefangener Umgang mit diesen Grundbedürfnissen ist nach den Beobachtungen Maslows eine gute Basis für die Realisierung der spezifisch menschlichen Neigungen – der höheren oder Meta-Bedürfnisse: Interesse, Anteilnahme, Freude, Wille, Wahrheitsliebe, Präsenz, Ästhetik und Kreativität, Wertschätzung und Wertbildung, Dienstbereitschaft, Hingabe, Autonomie, Sinnfindung und so weiter, bis hin zum Streben nach Selbsterkenntnis, Selbstbewusstheit und Selbstverwirklichung.

Hierarchie der Bedürfnisse

nissen, 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

Text: Dr. Wolf Bütig

den und als eine Leben unterstützende Kraft gesehen, die den Menschen wie alle Lebewesen befähigt, auf das zuzugehen, was nährt und nützt, von dem wegzugehen, was zehrt und schadet, und gegen das anzugehen, was Integrität bedroht.

HUMANISTISCHE PSYCHOTHERAPIE

Humanistische Psychotherapie integriert die Erkenntnisse der Humanistischen Psychologie. Während Verhaltenstherapie und Psychoanalyse in ihren klassischen Ausprägungen die Determiniertheit menschlichen Verhaltens und Erlebens durch Konditionierung und unbewusste Übertragung von Objektbeziehungsmustern in den Vordergrund der ihren Maßnahmen zugrunde liegenden Betrachtungen stellen, betont die Humanistische Psychotherapie die spezifisch menschlichen Faktoren der bewussten Wahl, des Willens und der persönlichen Entscheidung.

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

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

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

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

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

- umfasst darüber hinaus ein breites und differenziertes Spektrum von gegenwarts-, körper- und personenbezogenen Verfahren, die auf die Entfaltung des menschlichen Potentials ausgerichtet sind,

- ermöglicht den Begleitung bei der Selbstfindung Suchenden die Lösung von Blockaden gegen die Wahrnehmung von Gefühlen sowie den Ausdruck von Emotionen,
- achtet die persönlichen Neigungen auf dem ganzen Spektrum menschlicher Natur, von den materiellen und seelischen Grund- bis zu den höheren Bedürfnissen,
- fördert insbesondere Wahrnehmung und Ausdruck der Einzigartigkeit und Eigenart der Person und
- unterstützt damit deren Drang nach Selbstverwirklichung als spirituelle, für die Wahrnehmung und Bezeugung des Seins im Dasein offene Person.

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

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

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

Zentrales Anliegen der Humanistischen Psychotherapie**Identifikation lösen****Raum entfalten****Alternativen erkunden****Kompetenz entwickeln**

POTENTIALORIENTIERTE SELBSTERFAHRUNG – WOZU?

Psychoanalyse studiert die Entwicklung der Persönlichkeit am erinnerten Kind, Verhaltensforschung durch unmittelbare Beobachtung der Mutter-Kind-Beziehung. Der englische Psychoanalytiker John Bowlby hat die Ergebnisse beider Schulen in der Bindungstheorie integriert. Danach entwickeln wir unsere Lebenskunst, das heißt die Art und Weise, wie wir

- Beziehung gestalten,
- mit Stress umgehen,
- Resistenz gegen Krankheit und
- Resilienz bei Krankheit entwickeln,
- Rhythmen leben (Wachen-Schlafen, Leistung-Erholung, Sitzen-Gehen, Mahlzeiten und so weiter),
- Zuversicht und Humor entfalten,
- ein kohärentes Selbstbild und
- Wertvorstellungen entwickeln, die über die gängige Moral hinausgehen,

weitgehend in den ersten zwei Lebensjahren in Abhängigkeit von der Qualität der Beziehung zur Mutter (Bedingungslose Zuwendung, Präsenz, Freude, verlässliche Erreichbarkeit, Toleranz für Kontaktabbruch, Wiederaufnahme des Kontaktes und so weiter).

Die Bindungstheorie wird durch die moderne Hirnforschung inzwischen weitgehend bestätigt. Diese zeigt, dass die rechte Großhirnrinde, die für die Lebensbewältigung so wichtige Affektkontrolle obliegt, ab der Schwangerschaftsmitte einen Wachstumsschub beginnt und bis zum 18. Lebensmonat zu 80 % ausgereift ist, während die Entwicklung der linken, für die Symbolbildung zuständigen Hemisphäre erst später einsetzt. Das heißt, dass wir leben lernen, bevor wir die Welt in Bildern abbilden, denken und sprechen können.

Unsere Motivation zur erfüllenden Lebensgestaltung in Beziehung ist zwar genetisch vorgegeben; doch was vom Entwicklungspotential tatsächlich verwirklicht wird, hängt davon ab, was durch mitmenschliche Beziehung bestätigt wird.

Diverse Formen der Zuwendung, wie Dasein bestätigende Beachtung, Halt und Schutz, Verlässlichkeit, Rhythmus und Anerkennung von Leistung, aktivieren genetische Programme (in Klammern) zur Freisetzung von diversen Botenstoffen – Endorphin (Wohlsein), Adrenalin (Kampf und Flucht), Oxytocin (Bindung), Serotonin (Schlaf- und Leistungsbereitschaft) und Dopamin (Tatendrang) –, die zur aktiven Lebensgestaltung motivieren.

Viele Menschen haben mangels angemessener Zuwendung in der frühen Kindheit nicht gelernt, sich selbst zuzuwenden, um zu fühlen, was sie brauchen. Sie leiden an einer sogenannten Alexithymie. So bezeichnen wir die Unfähigkeit, die gegenwärtigen, mit Sinnen wahrnehmbaren Erregungsmuster, durch die sich Bedürfnisse kundtun, angemessen zu deuten; das heißt, diese Menschen können nicht fühlen.

Die Alexithymie ist eine Folge der Normalen Depression. Depression ist die mit Muskelkraft vollzogene Tätigkeit, durch die wir mittels Drosselung der Atmung und körperlicher Verspannung der Muskulatur Erregung dämpfen, Bedürfnisse abspalten, Gefühle verdrängen sowie Emotionen unterdrücken und zur Bewältigung unterschiedlicher Fallangst uns zusammenreißen, uns festhalten, uns oben halten, alles für uns behalten, uns zurückhalten und uns raushalten.

Die Normale Depression ist der Zustand der Bevölkerung in den Industrienationen, in denen die alten Kulturen, die der Entfaltung des Potentials zum Menschsein im Einklang mit der Natur dienten, zunehmend abgelöst werden von einer einseitig auf Profitsteigerung ausgerichteten Zivilisation. Der Anblick der gestressten, besorgten, misstrauischen, grimmigen, traurigen und verzweifelten oder gar ausdruckslosen Gesichter, die uns am Ende der Rolltreppe in jedem beliebigen Kaufhaus nicht anschauen, ist eine klinische Demonstration der Normalen Depression.

Die Normale Depression – und mit ihr die Alexithymie – geht auf die landläufige Konditionierung in der frühen Kindheit zurück. Seit vor über hundert Jahren der paranoide deutsche Arzt Dr. Daniel Gottlob Moritz Schreber feststellte, Schreien sei gut für die Lungen, deutsche Kinder müssten frühzeitig Pünktlichkeit lernen und man dürfe sie nicht verwöhnen, damit sie nicht verweichlichen, füttern Mütter, die nichts falsch machen wollen, ihren Säugling nach der Uhr und nicht nach seinem Bedürfnis. Ein solches Kind lernt erstens, sich inkompetent zu fühlen, weil das, was es kann – Schreien – nichts bewirkt; zweitens, Bedürfnisse für sich zu behalten oder gar zu unterdrücken, denn es kommt ja ohnehin keiner; und drittens, sich zusammenzureißen oder gar tot zu stellen, weil mehrmals am Tag zu schreien einfach zu weh tut an Zwerchfell und Kehlkopf.

Schockerlebnisse wie Verlassenheit (Verlust der Mutter, Krankenhausaufenthalt), Gewalt, sexueller Missbrauch und so weiter, die mangels Halt nicht abgeschüttelt werden können, lassen das Kind erstarren im Trauma.

Mit der Erziehung kommt die Trotzphase – die Zeit, in der die Erwachsenen anfangen, sich der freien Entfaltung der Eigenart der Kinder zu widersetzen, wogegen die sich ihrerseits zur Wehr setzen.

Es gibt eine Reihe von Potentialen, durch die wir Menschen uns von den anderen Tieren etwas unterscheiden. Dazu gehören der aufrechte Gang, die Bilder machende Sprache, das Weinen, das Lachen, die Wissbegier, das Staunen und die Selbstbewusstheit. Dem gegenüber stehen entsprechende Erziehungsprinzipien: "Lass dich nicht gehen!", "Halt den Mund!", "Hör auf zu heulen!", "Lach nicht so blöd!", "Frag nicht so viel!", "Mach den Mund zu, sonst siehst du so doof aus!" und: "Wer glaubst du denn, dass du bist?". Unter dem Strich ist die Botschaft: "Sei kein Mensch – sei normal!" Und so entwickeln wir das, was Viktor von Weizsäcker, der Urvater der Psychosomatik, als *Normopathie* bezeichnete: Die Ausrichtung von Wahrnehmung, Fühlen, Denken und Handeln an den Normen der anderen auf Kosten der Entfaltung unserer Autonomie – des Gehorsams gegenüber dem uns eingeborenen Gesetz, das uns sagt, was das Leben von uns will.

Ohne Zuwendung, die der Bedürftigkeit, dem absoluten Angewiesensein und der völligen Offenheit dem Leben gegenüber entspricht, wird die Ausschüttung von Motivation fördernden Botenstoffe vermindert und ersetzt durch Suchtgewohnheiten (Image-, Arbeits- und Geltungssucht, Attraktivitäts- und Jugendlichkeitswahn, Fernseh-, Spiel- und Computersucht, Beziehungs- und Sexsucht, süchtiges Jogging und so weiter) und/oder Suchtsubstanzen (Zucker, Koffein und andere Stimulanzien, Nikotin und Alkohol, Medikamente und andere weiche, Designer- und harte Drogen).

Sucht ist der vergebliche Versuch, ein Grundbedürfnis mit Ersatz zu stillen. Der Versuch, mangels mitmenschlicher Beziehung Motivation durch Suchtgewohnheiten und Konsum von Suchtsubstanzen zu steigern, führt zu seelischen und körperlichen Mangelerscheinungen, Störungen der Befindlichkeit und schließlich zu Depression, Burnout, chronischem Erschöpfungssyndrom, Allergien, Bandscheibenleiden, Bluthochdruck, Herz- und Hirninfarkt, Krebs und anderen psychosomatischen Krankheiten.

Die ärztliche Behandlung dieser Erkrankungen führt allzu oft nur zur Beseitigung der Symptome. Viele Patienten klagen, dass ihnen über die vortreffliche medizintechnische Behandlung der Symptome hinaus das Gespräch fehlt.

Manche von ihnen sehen in der Krankheit die Notwendigkeit und die Chance, nicht nur zu überleben, sondern sich darüber hinaus zu fragen, welches Leben von ihnen gelebt werden will. Durch Potentialorientierte Selbsterfahrung lernen sie

- Haltemuster erkennen, durch die sie vertraute, Potentialentfaltung behindernde Gewohnheiten in Wahrnehmung, Fühlen, Denken und Handeln aufrecht halten.
- Gegenwart wahrnehmen und Gegenwärtigkeit entwickeln, um die Resignation zu überwinden, nur noch mit dem Wahrscheinlichen zu rechnen, und Möglichkeiten zu erkennen.
- ihre Sinne gebrauchen.
- fühlen, das heißt, dem mit Sinnen Wahrgenommenen eine persönliche Bedeutung geben, und entscheiden, was zu viel ist und was fehlt.
- Groll über Vergangenes lassen und
- Aggression – die Fähigkeit, sich gehen zu lassen – entfalten: hin zu dem, was nährt und nützt, weg von dem, was hindert und schadet und gegen das, was bedrohlich ist.
- wahrnehmen, dass Zuwendung gut tut und dass es bei einer Fülle erreichbarer Bezugspersonen all das gibt, was bei denen, auf die sie in früher Zeit angewiesen waren, immer gefehlt hat.
- sich auf mitmenschliche Beziehung einlassen;
- Beziehungen pflegen, die die Entwicklung der beteiligten Personen fördern, und Beziehungen beenden, die Entwicklung behindern.
- tun, was getan sein will, und fassen, was sich überlebt hat.
- das Leben – einschließlich des Sterbens – nehmen, wie es ist.

Datenschutz

Ihre Daten sind bei uns in guten Händen. Unsere Datenschutzerklärung können Sie auf unserer Webseite unter www.zist.de/de/datenschutz/erklaerung abrufen.

Unterkunft und Verpflegung

Wir empfehlen Ihnen, während einer Teilnahme an einem Workshop bei uns auch in ZIST zu wohnen, denn Unterkunft und Verpflegung sind ein wesentlicher und sinnvoller Bestandteil dessen, was in Theorie und Selbsterfahrung in einem Workshop – ob zur persönlichen Entwicklung oder zur beruflichen Fort- oder Ausbildung – gelernt wurde. In der Gemeinschaft der Gruppe wird im miteinander gelebten Alltag das Erfahrene integriert. Außerdem ist es ganz einfach schön, sich während der Teilnahme an einem Workshop rundum versorgen zu lassen und so die Qualität von Auszeit und Entspannung zu unterstützen.

Sie buchen bei uns Unterkunft und Verpflegung (Vollpension) pauschal. Wir bitten um Ihr Verständnis, dass nicht eingenommene Mahlzeiten nicht erstattet werden können.

Unsere Zimmer in verschiedenen Kategorien sind einfach und behaglich. Bitte informieren Sie sich auf unserer Webseite über die aktuellen Preise (www.zist.de/de/seminarhaus/unterkunft-und-verpflegung) und kreuzen Sie die gewünschte Kategorie und eine Alternative – falls eine Kategorie bereits ausgebucht sein sollte – auf dem Anmeldeformular zu Ihrem Workshop an.

Küche

Die köstliche vegetarische Kost, mit der Sie bei uns verpflegt werden, wird aus frischen und saisonalen Lebensmitteln, überwiegend in zertifizierter Bio-Qualität, zubereitet. Rezepte aus der ZIST Küche finden Sie immer auch auf unserem Blog (<https://www.zist.de/blog/rezepte/>).

Wir kommen Ihnen – soweit möglich – gerne entgegen, wenn Sie aus Gesundheitsgründen auf eine besondere Diät angewiesen sind.

Bitte teilen Sie uns Ihre Diätwünsche bereits bei der Anmeldung mit.

Internet

Während Ihres Aufenthaltes steht Ihnen kostenloses WLAN zur Verfügung.

Café

Das Café dient Ihnen in den Pausen und an den Abenden als Aufenthaltsraum. Tagsüber stellen wir Ihnen dort kostenlos Obst, Filterkaffee und Tee zur Verfügung. Darüber hinaus können Sie – bei Selbstbedienung – diverse alkoholfreie und alkoholische Getränke, unterschiedliche Kaffees sowie Knabbereien erwerben. Während Corona ist das Café gegebenenfalls wegen der Hygienemaßnahmen geschlossen.

Seminarladen

Der Empfang ist zugleich unser Seminarladen, in dem Sie Schreibartikel für Ihren Workshop, ausgewählte Literatur – zum Teil von unseren Referenten (m/w/d) verfasst –, Audio CDs mit Vorträgen von Wolf Büntig, ZIST Postkarten und Meditationsartikel sowie kleine Geschenke erwerben können.

Natur und Freizeitmöglichkeiten

Die Natur, die unser Seminarhaus umgibt, unterstützt die heilsamen Aspekte, die ein Aufenthalt in ZIST hat. ZIST liegt absolut ruhig in Alleinlage im Wald und in der Nähe verschiedener Seen und Weiher und ist ein idealer Ausgangspunkt für Spaziergänge, Radtouren und baden im Frühjahr, Sommer und Herbst – oder zum Langlaufen im Winter. Für längere Radtouren empfehlen wir Ihnen, Ihr eigenes Fahrrad mitzubringen.

Stilles Sitzen

Wenn unser Meditationsraum nicht anderweitig belegt ist, können ihn alle Interessierten von 7.30 h – 8.00 h zum Meditieren, zur Übung des Stillen Sitzens nutzen.

Feldenkrais Einzelbehandlungen auf Wunsch

Während Ihres Aufenthalts in ZIST haben Sie die Möglichkeit, gegen eine entsprechende Gebühr Feldenkrais Einzelbehandlungen mit Maja Büntig-Ludwig zu buchen.

Bitte sprechen Sie Termine rechtzeitig telefonisch mit ihr ab: Telefon 08809-1065

Kinder

Für Kinder von sechs Jahren bis zum vollendeten vierzehnten Lebensjahr, die im Zimmer der Eltern schlafen, bieten wir eine reduzierte Pauschale für Vollpension in Höhe von fünfundzwanzig Euro pro Tag an. Jüngere Kinder logieren (bei Übernachtung im Zimmer der Eltern) kostenfrei.

Kleidung

Sie brauchen in ZIST lockere, bequeme Kleidung. In den Zimmern und in den Gruppenräumen bitten wir Sie, Hausschuhe oder Socken zu tragen.

Haustiere

Wir bitten Sie um Verständnis, dass Sie – auch mit Rücksicht auf Gäste (m/w/d), die an Allergien leiden – Ihre Haustiere leider nicht mitbringen können.

Wir wünschen Ihnen einen schönen Aufenthalt bei uns in ZIST.

WERBUNG

ZIST Programmheft

Trotzdem wir uns bemühen, Änderungen zu vermeiden, kommt es immer wieder einmal vor, dass angekündigte Kurse aus verschiedenen Gründen abgesagt werden müssen oder noch nicht angekündigte Kurse stattfinden. Das ist insbesondere zur Zeit wegen der sich ständig ändernden Lage während der Coronapandemie nicht zu umgehen. Bitte informieren Sie sich daher immer auf unserer Webseite www.zist.de, die unsere Veranstaltungen aktuell abbildet.

zist.de

Auf unserer Webseite finden Sie unser aktuelles Programm sowie Informationen über Ausstellungen in ZIST, neue Veröffentlichungen, Interviews von und mit unseren Referenten (m/w/d), Stellenangebote in ZIST sowie Neuigkeiten aus ZIST und unseren Blog.

Ebenso gelangen Sie an die Seiten der *ZIST Akademie für Psychotherapie*, der *Institutsambulanz* sowie des *ZIST Förderverein e. V.*

Es lohnt sich also immer mal wieder hineinzuschauen, auch wenn Sie nicht unmittelbar nach Veranstaltungen suchen.

zist-akademie.de

Die *ZIST Akademie für Psychotherapie* finden Sie auch unter dieser eigenen Adresse.

ZIST Blog

Auf unserem Blog widmen wir uns spannenden Themen rund um die Humanistische Psychologie und unsere Workshopinhalte. Neben Biografien von Referenten (m/w/d), Buch- und Filmtipps, Veranstaltungstipps und interessanten Artikeln gibt es dort auch aktuelle Impressionen, köstliche vegetarische Rezepte und Denkanregungen aus ZIST zu lesen.

<https://www.zist.de/blog>

Newsletter ZIST POST

Unser Newsletter erscheint regelmäßig monatlich. Ihm können Sie Informationen über aktuelle Highlights und eventuelle Änderungen des Programms, Kunstausstellungen in ZIST sowie andere Neuigkeiten aus ZIST entnehmen. Fordern Sie die ZIST POST einfach über unsere Webseite an: www.zist.de/de/newsletter-zist-post-bestellen

ZIST auf Facebook

ZIST und die *ZIST Akademie für Psychotherapie* sind mit den jeweiligen aktuellen Informationen auf Facebook präsent. Die ZIST Seite bietet viele interessante Hintergrundinformationen zu Methoden, Schulen, Richtungen der Psychotherapie und Selbsterfahrung sowie mehr Informationen, Bilder und Videos zu unseren Referenten (m/w/d) und deren Aktivitäten. Wir freuen uns, wenn Sie uns folgen.

Ihre Empfehlung ist unsere beste Werbung

Natürlich müssen wir unser Angebot bewerben, damit unsere Veranstaltungen gut gebucht werden und wir Ihnen weiterhin das Programmangebot unterbreiten können, das unserem Qualitätsanspruch gerecht wird. Wir freuen uns daher immer besonders über Ihre persönliche Weiterempfehlung in Gesprächen mit Freunden und Bekannten (jeweils m/w/d), denn das ist die beste Werbung für uns. Wenn Sie sich verbunden fühlen, können Sie auch unser gedrucktes Werbematerial in Ihren Praxisräumen und Instituten auslegen. Gerne senden wir Ihnen hierzu Flyer. Bitte wenden Sie sich hierzu an die Kolleginnen im Empfang unter: info@zist.de Vielen Dank!

Ihr Feedback

Für unser Qualitätsmanagement sind wir auch auf Ihr Feedback angewiesen. Wir senden Ihnen kurzfristig nach Beendigung einer Teilnahme an einem Workshop bei uns einen digitalen Feedbackbogen, den Sie anonym ausfüllen können. Sie helfen uns damit zu erfahren, womit Sie zufrieden sind und wo wir Dinge verändern könnten.

SEMINARHAUS

Einmietungen in ZIST Penzberg

Auch wenn die Auslastung unseres Hauses mit eigenen Gruppen sehr gut ist, vermieten wir gerne – wenn es terminlich möglich ist – unsere Seminarräume. Bitte wenden Sie sich bei Interesse direkt an Irene Hansel: E-Mail: irene.hansel@zist.de

Hygienekonzepte

während Corona
Bitte achten Sie, dass wir ständig unsere Hygienekonzepte den aktuellen bayerischen Verordnungen anpassen. Das jeweils aktuelle Hygienekonzept wird Ihnen während des Anmeldeprozesses zugesendet. Sie können es zudem immer auch in der aktuellsten Version auf der Startseite unserer Webseite abrufen.



Kunstaussstellungen

Wir zeigen ständig Kunstaussstellungen in den öffentlichen Räumen unseres Seminarhauses. Der erste Tag einer neuen Ausstellung wird meistens sonntagnachmittags in einer Vernissage im Café mit Livemusik gefeiert. Die Termine für die Ausstellungen und Vernissagen können Sie unserer Webseite entnehmen und wir informieren Sie in unserem Newsletter darüber. In Penzberg und Umgebung sowie in der Umgebung der ausstellenden Künstler (m/w/d) liegen Falbblätter mit Informationen über die Kunst und ihre Künstler aus. Wegen der Coronakrise ist der Turnus unterbrochen und wir werden je nach Lage der Dinge entscheiden, wann es Sinn macht, eine neue Ausstellung zu starten.

Außerdem gibt es eine ständige Ausstellung im Innenhof von ZIST, auf der wir Skulpturen von Thomas Grünwald und Max Strack präsentieren. In unseren Büroräumen hängen Bilder von Clemens Büntig (www.clemensbuentig.de).

SPENDEN

Die *ZIST gemeinnützige GmbH* ist ein unabhängiges Seminarzentrum, das sich ohne öffentliche Fördermittel selbst finanziert. Durch eine Vielzahl von großen und kleinen Spenden wurde uns in der Vergangenheit vieles ermöglicht, das sonst kaum für uns zu finanzieren gewesen wäre. Ohne diese Unterstützung unserer großzügigen Spender (m/w/d) wäre ZIST nicht das, was es heute ist! Dafür sind wir sehr dankbar und freuen uns natürlich über jede weitere Zuwendung.

Förderung der Teilnahme an unseren Veranstaltungen im Bereich Selbsterfahrung durch den ZIST Förderverein e. V.

Für Menschen in finanzieller Notlage besteht die Möglichkeit zur Kostenübernahme bis zu 50 % der Kursgebühr für Workshops zur Selbsterfahrung durch den *ZIST Förderverein e. V.* Wenden Sie sich im Bedarfsfall gerne an: verein@zist.de
Ihr Anliegen wird selbstverständlich vertraulich behandelt.



ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Bitte entnehmen Sie unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen unserer Webseite (www.zist.de/de/allgemeine-geschaeftsbedingungen). Sie stehen dort auch als PDF zum Download zur Verfügung. Sollten Sie keinen Zugang zum Internet haben, können Sie Anmeldeformulare sowie Ausdrücke der Allgemeinen Geschäftsbedingungen in unserem Büro telefonisch unter +49-8856-93690 anfordern.

DANK

Wir möchten unseren Gästen (m/w/d) einen geschützten Raum bieten, in dem sie sich in einer entspannten und umhегten Atmosphäre selbst erkunden und für wertvolle Erfahrungen öffnen können.

Das wird durch den Einsatz *aller* Mitarbeiter (m/w/d) möglich gemacht und getragen.

Wir danken unseren Kollegen (m/w/d), die sich für

- Planung und Organisation der Veranstaltungen sowie
- deren Bewerbung,
- die Beratung und Betreuung der Gäste, der Referenten,
- die gute und achtsame Atmosphäre am Platz,
- die köstliche vegetarische Küche,
- die Pflege des Geländes, der Gebäude und der Wohnbereiche,
- die Buchhaltung einsetzen sowie
- unseren Kolleginnen aus der ZIST Akademie, die vielschichtige Aufgaben bewältigen und die für die Psychotherapeuten (m/w/d) in Ausbildung (PiA) da sind, von ganzem Herzen.

Außerdem bedanken wir uns herzlich bei unseren kooperierenden Referenten sowie den Dozenten (m/w/d) der ZIST Akademie, die mit unseren Gästen und den Psychotherapeuten in Ausbildung ihre Erkenntnisse teilen, Impulse geben, begleiten und ausbilden.

Und wir freuen uns auf viele weitere Jahre, in denen wir diesen Weg, auch nach dem Tod von Wolf Büntig und in Verbundenheit mit ihm, mit Offenheit, Kompetenz und Herz weitergehen können.



WEGBESCHREIBUNG

Anreise mit der Bahn

Fahren Sie vom Starnberger Bahnhof, einem Flügelbahnhof des Münchener Hauptbahnhofs, in Richtung Garmisch bis Tutzing und von dort weiter mit der Regionalbahn Richtung Kochel bis nach Iffeldorf oder Penzberg – oder möglicherweise auch direkt von München Richtung Kochel nach Iffeldorf oder Penzberg. Von dort geht es weiter mit dem Taxi. Wir empfehlen, das Taxi vorzubestellen unter den Rufnummern:

Taxi Zanker

+49-8856-2270 oder +49-172-8307339

Taxi Murat

+49-8856-8690576 oder +49-176-31756445

Anreise mit dem Auto

Mit dem Auto fahren Sie auf der Autobahn München–Garmisch bis zur Ausfahrt Penzberg, dann rechts in Richtung Iffeldorf, nach etwa 120 m direkt nach dem Ortsschild Untereurach (dort steht links ein Wegweiser Richtung ZIST) wieder nach rechts und auf dem Nantesbucher Weg durch Wiesen und Wald und an Seen vorbei genau 3,7 km bis ZIST.

Anreise mit Navi

Bitte beachten Sie, dass Sie von manchen Navis auf einen Hof – den Zisthof – weitergeleitet werden.

Sie müssten ZIST gleich bei der Einfahrt am Schild erkennen können, dann sind Sie richtig.

Wir freuen uns, wenn Sie mit darauf achten, denn unsere Nachbarn vom Zisthof sind froh, wenn Sie ungestört sein können.





Anschriften
ZIST gemeinnützige GmbH
 Zist 1 | 82377 Penzberg

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

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

ZIST Akademie
für Psychotherapie
 Zist 1 | 82377 Penzberg

Telefon: +49-8856-936916
 Fax: +49-8856-936970

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

ZIST GEMEINNÜTZIGE GMBH

Registergericht München
 HRB: 155909
Umsatzsteuer-Identifikationsnummer
 DE815474954

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

LEITUNGSTEAM

Geschäftsführung
Leitung Programm und Marketing
 Silke Watermeier
Prokura
Kaufmännische Leitung
 Alexander Lippert
Leitung ZIST Akademie
 Dr. phil. Sandra Hagen
Leitung Seminarhausbetrieb
 Dunja Hausmann

PROGRAMM

Leitung Programm, Redaktion
 Silke Watermeier
Programmorganisation, Lektorat
Einmietungen
 Irene Hansel

ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE

Leitung
 Dr. phil. Sandra Hagen
Stellvertretende Leitung
 Dr. med. Dieter R. Horn
Organisation, Praktische Ausbildung, Institutsambulanz, Approbationsprüfung
 Bettina Rauh
Interessenten/Bewerber (m/w/d), Praktische Tätigkeit, Einzelselbsterfahrung
 Franziska Borth
Studienbüro, Zwischenprüfung, Zusatzqualifikationen Gruppentherapie und EMDR
 Ursula Clormann
Psychotherapie-Antragsverfahren, Kooperationen mit Supervisoren (m/w/d) und Lehrpraxen, Gruppenmoderation, Praktikanten (m/w/d)
 Beata Dudzik
Theoretische Ausbildung, Dozenten (m/w/d)
 Gudrun Eder

AKADEMIERAT

Christine von Aufseß
 Fachärztin für Psychotherapeutische Medizin,
 Dozentin und Lehrtherapeutin für
 Tiefenpsychologie
Mona Bielitzer
 Ärztin, in Ausbildung zur Fachärztin für
 Psychiatrie und Psychotherapie
Mascha Bleckwenn-Gulde
 Dipl.-Psych., Psychologische Psychotherapeutin,
 Psychoanalytikerin, Lehrtherapeutin für
 tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie
Reinhard Hauser,
 Dr. phil., Psychologe, Psychotherapeut,
 Lehrtherapeut für tiefenpsychologisch
 fundierte Psychotherapie
Gustav Marlock
 Dipl.-Päd., Dozent und Lehrtherapeut für tiefen-
 psychologisch fundierte Psychotherapie
Die Sprecher (m/w/d)
 der Psychologischen Psychotherapeuten in Aus-
 bildung (PiA) (m/w/d) an der ZIST Akademie als
 assoziierte Mitglieder

SEMINARHAUSBETRIEB/VERWALTUNG

Kaufmännische Leitung
 Alexander Lippert
Leitung Seminarhausbetrieb
 Dunja Hausmann
Buchhaltung
 Sigrid Haas
Personalverwaltung
 Charlotte Gaiser
Seminarorganisation
 Sonja März, Christiane Schiller, Rosi Schütz
Onlineprojekte
 Elisa Berger
IT-Projekte
 Volkmar Tenschert
Leitung Küche
 Wolfgang Stangl
Leitung Housekeeping
 Sabine Schwarz
Haustechnik
 Michael Oppenrieder
Pflege des Geländes
 Simon Hertig

MARKETING

Leitung Marketing
 Silke Watermeier
Onlinemarketing
 Elisa Berger
Grafikdesign
 Stefan Höcherl

PROGRAMMHEFT AUSGABE 2023

Redaktion
 Silke Watermeier
Lektorat
 Irene Hansel
Gestaltung und Satz
 Stefan Höcherl
Fotos ZIST und Umgebung
 Elisa Berger, Stefan Höcherl
Fotos Referenten (m/w/d)
 Von Privat
V.i.S.d.P.
 Silke Watermeier

ZIST	● Editorial	3
	● Über ZIST	4
	● Veranstaltungskalender	8
	● ZIST Förderverein e. V.	11
SELBSTERFAHRUNG	● Persönliches Wachstum	14
	● Männer, Frauen, Kinder – Beziehungen	21
	● Gesundheit, Vorsorge, Selbstheilung	24
	● Kreativität	25
	● Spiritualität	28
	● Spiritualität – Diamond Approach	29
	● Onlineworkshops	30
FORT-, WEITER- UND AUSBILDUNG	● Fortbildung – Workshops	36
	● Fortbildung – Serien	47
	● Längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen	50
	● Ankündigung 2024	52
	● Postgraduale Workshops	54
WEITERE ANGEBOTE	● Einführungen	62
	● Vortrag	63
ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE	● ZIST Akademie für Psychotherapie	66
	● Wolf Bütig: Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie auf den einfachsten Nenner gebracht	70
	● Institutsambulanz	71
REFERENTEN (m/w/d)	● A – Z	74
ZIST	● Hintergrund	86
	● Potentialorientierte Selbsterfahrung – wozu? Vortrag von Wolf Bütig	88
	● Aufenthalt in ZIST	90
	● In eigener Sache	91
	● Wegbeschreibung	94
	● Impressum	96
LEGENDE	● ZIST	
	● Selbsterfahrung	
	● Fort-, Weiter- und Ausbildung	
	● Weitere Angebote	
	● ZIST Akademie für Psychotherapie	
	● ZIST Förderverein e. V.	

ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE WISSEN DURCH ERFAHRUNG

Staatlich anerkannte Approbationsausbildung
in tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie

Integrative Approbationsausbildung in tiefenpsychologisch fundierter
Psychotherapie auf Grundlage der aus der Psychoanalyse hervorgegangenen
psychodynamischen Traditionen – getragen von einem intersubjektiven
Verständnis der therapeutischen Beziehung und des therapeutischen Dialogs

Theorie und Praxis in starker Orientierung an der potentialorientierten Haltung der
Humanistischen Psychologie vermittelt durch eine Vielfalt therapeutischer Methoden

Theoretische Konzepte kombiniert mit ausführlicher Selbsterfahrung und Gruppenselbsterfahrung

Gemäß individueller Fokussierung können nach der Zwischenprüfung unterschiedliche
Zusatzqualifikationen (aktuell ZQ in Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie,
Gruppenpsychotherapie sowie EMDR) ergänzend begonnen werden. Durch
Anrechnung von Teilen der Theorie sowie der praktischen Tätigkeit können
hierdurch bedeutende Synergieeffekte genutzt werden.

Blockunterricht im bayerischen Voralpenland, praktische Ausbildung in Wohnortnähe