






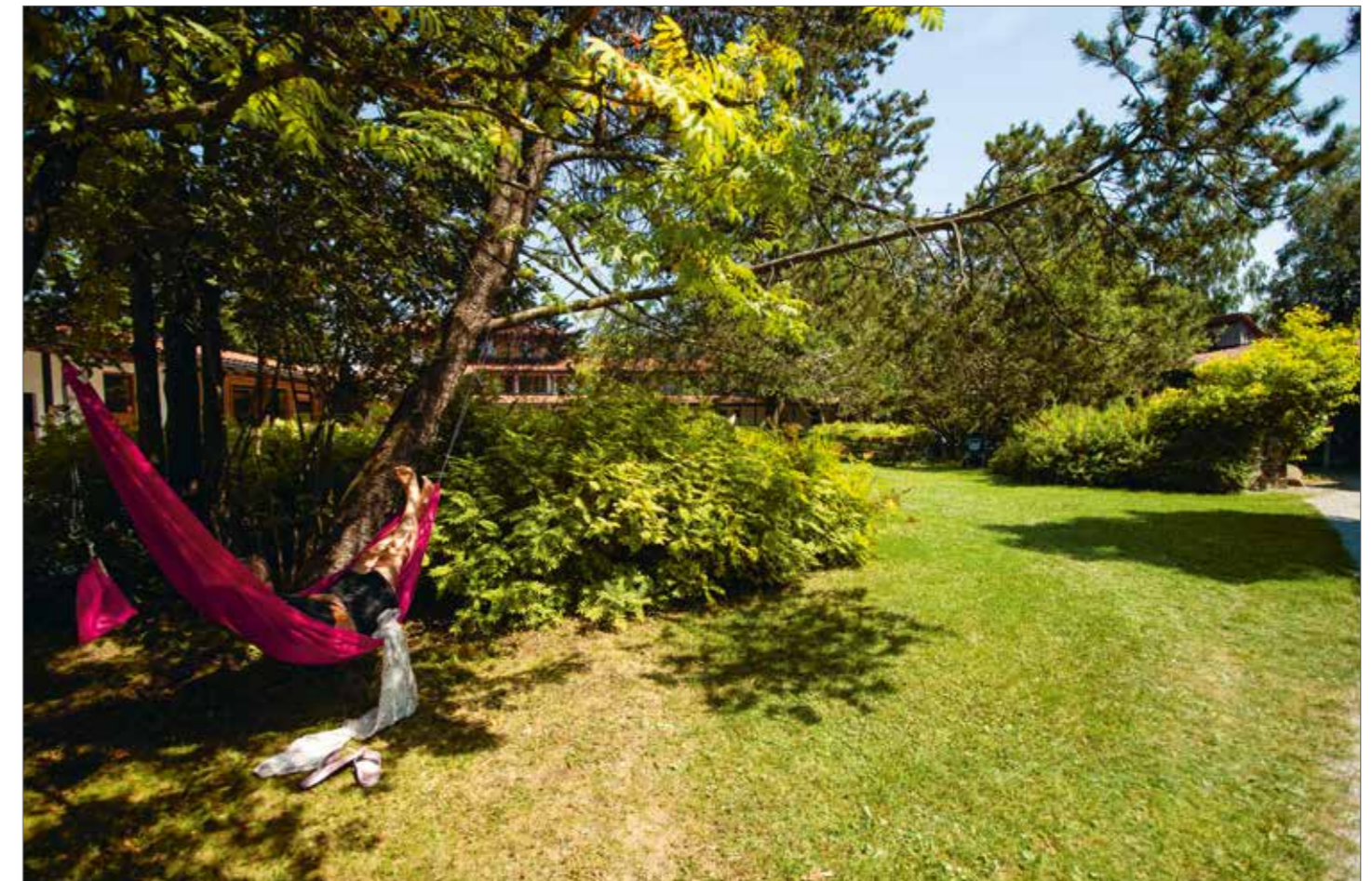
-  ZIST – MENSCHLICHES POTENTIAL ENTFALTEN
-  SELBSTERFAHRUNG
-  FORT-, WEITER- UND AUSBILDUNG
-  WEITERE ANGEBOTE
-  ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE

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

PROGRAMM 2021

ZIST MENSCHLICHES POTENTIAL ENTFALTEN

ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE WISSEN DURCH ERFAHRUNG



ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE · ZIST



# Wenn man sich etwas zu sagen hat, braucht man nicht viel zu reden.

Wolf Büntig



Bunda S. Watermeier

## Liebe Leserin, lieber Leser,

in diesem Jahr werden wir unser Programmheft für das nächste Jahr nicht drucken. Wir sparen uns so Druck- und Versandkosten. Dennoch wurde es in gewohnter Qualität gestaltet und wir stellen es auf unserer Webseite für Sie zum Download oder einfach zum Anschauen bereit.

An die Abonnenten unseres Programmheftes versenden wir ersatzweise einen kleinen Taschenkalender mit einer Übersicht über die Veranstaltungen in 2021, sozusagen als Appetizer. Alle ausführlichen Informationen sind dann in dieser Online-Version des Programmheftes oder einfach über unsere Webseite zu finden.

Dieses Jahr ist für die meisten von uns ein Jahr, in dem die Welt – auch für uns Europäer – komplett auf dem Kopf steht. Klar ist eigentlich nur mehr: Weiter so geht nicht – pandemiebedingt nicht und klimapolitisch nicht. Vieles muss gänzlich neu entschieden werden: privat, beruflich, gesellschaftlich, politisch, national, global ... Dazu ist es gut, sich selbst und andere fühlen zu können, einen klaren, bewussten Verstand zu haben und mit einer gewissen Distanz auf das eigene Handeln schauen zu können.

In einem Interview, das Wolf Büntig letzts dem Journalisten einer regionalen Zeitschrift gab, stellte er deutlich hervor, dass diese beiden Aspekte zwei der Grundpfeiler unserer Arbeit hier in ZIST seit bald fünfzig Jahren waren und immer noch sind: (Wieder) fühlen zu lernen und bewusst zu werden.

Unsere Angebote in der Selbsterfahrung und in der Fort-, Weiter- und Ausbildung sowie in der *ZIST Akademie für Psychotherapie*, die diesen Raum zu fühlen und zu spüren bieten, wollen wir weiterhin für unsere Gäste halten und ausbauen. Wir denken, dass das nicht nur individuell wichtig ist. Wir meinen auch, dass Gesellschaften von fühlenden und bewussten Individuen profitieren, und zwar nicht zum Zwecke von *Höher, Schneller, Weiter*, sondern hin zu konstruktiven, nachhaltigen und solidarischen Lösungen für komplexe Themenstellungen, wie sie in den kommenden Jahren dringend umgesetzt werden müssen.

Wahrscheinlich wird es wie in 2020 auch in 2021 so sein, dass wir unsere Planung den jeweils aktuellen Hygieneverordnungen ständig anpassen müssen und es zu Terminverschiebungen und eventuell zu Ausfällen kommt oder wir Veranstaltungen statt in der Präsenzform online anbieten werden. Wir bitten Sie daher, sich über den aktuellen Stand unserer Veranstaltungen immer auch auf unserer Webseite zu informieren.

Wir freuen uns, wenn Sie uns in ZIST besuchen. Wir freuen uns auch, wenn Sie unseren Newsletter ZIST POST abonnieren, uns auf Facebook oder unserem Blog besuchen.

Blieben Sie gesund und zuversichtlich.

Mit herzlichen Grüßen  
Bunda S. Watermeier



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

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

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

**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

##### 47 Jahre ZIST

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

##### Inspiration und Tradition

Methoden wie Gestalttherapie, Körperpsychotherapie, Feldenkrais, Hypnotherapie, Psychoonkologie, Systemisches Familienstellen, Traumatherapie und TaKeTiNa sind heute in der Psychotherapie- und Selbsterfahrungsszene weit verbreitet. Wolf Bütig und seine Teams holten Persönlichkeiten wie Gerda Boyesen, Willi Butollo, Fritjof Capra, Ruth Cohn, Moshé Feldenkrais, Reinhard Flatischler, Stanislav Grof, Laurence Heller, Bert Hellinger, Stanley Keleman, Frédéric Leboyer, Lawrence LeShan, Peter Levine, Alexander Lowen, Erving und Miriam Polster, Luise Reddemann, Ernest Rossi, 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 Re-

alität unterscheiden zu lernen von jener umfassenden Wirklichkeit, die nur durch persönliche Erfahrung wahrgenommen werden kann.

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

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

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

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



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

ZIST hat 47 Jahre Erfahrung in der Organisation und Durchführung von Fort-, Weiter- und Ausbildungen für Fachleute aus den Heil-, Sozial-, Lehr-, Seelsorge- und Führungsberufen. ZIST ist durch seine wunderbare Lage im oberbayerischen Voralpenland und sein gepflegtes Seminarhaus mit entsprechenden Gruppenräumen ein idealer Veranstaltungsort. ZIST bietet vieles, was für das Selbsterkunden, Lernen und Arbeiten sowie zur Integration des Erlernten und Erfahrenen und Erholung nach intensiven Ausbildungsstunden notwendig, wichtig und erfreulich ist.

#### BIOGRAFISCHE MEILENSTEINE

##### Gründung

1970 kaufte das Arztehepaar Dr. Wolf und Christa Bütig 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 Bütig mit anderen Interessenten den Verein *ZIST, Zentrum für Individual- und Sozialtherapie, e. V.*, dem die Gemeinnützigkeit zuerkannt wurde. Der Seminarbetrieb konnte beginnen.

2005 wurde dann die *ZIST gemeinnützige GmbH* gegründet. Diese übernahm die unternehmerische Verantwortung mit allen Rechten und Pflichten vom Trägerverein *ZIST, Zentrum für Individual- und Sozialtherapie, e. V.*, der sich als gemeinnütziger *Förderverein ZIST e. V.* neu definierte.

2010 wurde die *ZIST Akademie für Psychotherapie* gegründet, in der seitdem jedes Jahr erst zwei, inzwischen drei neue Ausbildungsgruppen für Psychologinnen und Psychologen zu Psychologischen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten nach dem Psychotherapeutengesetz mit dem Schwerpunkt tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie starten (siehe ab Seite 70).

##### Beratungsstellen

ZIST gründete im Laufe des 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.

**ZIST Akademie für Psychotherapie**  
[www.zist-akademie.de](http://www.zist-akademie.de)





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

## JANUAR

● Termine*	<b>Klausurprogramm <i>Alltag als Übung</i></b>	N. N. *Bitte entnehmen Sie diese Termine unserer Webseite.	37
● 15.01. – 17.01.	<b>Come To Life – von Scham und Schuld zu Integration und Verbundenheit</b>	S. Löffler und U. Minde	15
● 15.01. – 18.01.	<b>Musikalische Gruppenleitung für Therapeutinnen und Therapeuten</b>	S. Bundschu	42
● 28.01. – 02.02.	<b>Moshé Feldenkrais' Erbe</b>	E. Wadler	55
● 29.01. – 31.01.	<b>The Art of Meditation and Self Inquiry</b>	S. Grover, E. Diethelm	34

## FEBRUAR

● 06.02. – 07.02.	<b>NIG Master: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten (NIG)</b>	B. Innecken, S. Humez	44, 53
● 07.02. – 11.02.	<b>Ongoing Inquiry</b>	J. Rosenblum	36
● 11.02., 19.30 h	Vortrag: <b>Einführung in moderne bewusstseinszentrierte Körperpsychotherapie</b> (in München)	C. Gottwald	69
● 14.02., 09.30 h	<b>Informationstag zur Approbationsausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen/Psychotherapeuten sowie zur KJP Zusatzqualifikation</b>	W. Büntig	68, 78
● 15.02. – 19.02.	<b>Sich sein lassen</b>	W. Büntig	12, 40
● 19.02. – 24.02.	<b>Schöpferisches Gestalten – ein Individuationsprozess</b>	R. Helke	30
● 21.02., 10.00 h	<b>TaKeTiNa – Schnuppertag</b> (in München)	S. Bundschu und M. Höhn	68
● 25.02. – 28.02.	<b>The Embodied Life Retreat: Awareness through Meditation, Guided Inquiry and the Teachings of Moshé Feldenkrais</b>	R. Delman und L. Evans Delman	25, 32
● 25.02. – 28.02.	<b>Öfter wohl, zufriedener oder glücklich sein können</b>	C. Gottwald	14

## MÄRZ

● 05.03. – 08.03.	<b>Trauma, Illusion und Spiritualität – Aufstellungsarbeit mit traumatischen Erinnerungen</b>	T. Geßner	42, 51
● 05.03. – 08.03.	<b>Frauen meditieren anders</b>	K. Jonas	34
● 05.03. – 08.03.	<b>Singing Pool</b>	A. Gerber und K. Enz Gerber	30
● 14.03. – 19.03.	<b>Das menschliche Potential und seine Entfaltung</b>	W. Büntig	12, 48
● 19.03. – 21.03.	<b>Familienaufstellungen – als Selbsterfahrung und zur teilnehmenden Beobachtung</b>	B. Innecken	22
● 19.03. – 21.03.	<b>Bewegungs-Spielräume</b>	M. Büntig-Ludwig	24
● 26.03. – 31.03.	<b>Schamanismus der Huichol Indianer</b>	B. Secunda	35
● 27.03. – 31.03.	<b>Phönix aus der Asche</b>	W. Büntig	24, 41
● 31.03. – 04.04.	<b>Einführungs- und Auswahlworkshop zum <i>Body2Drum</i></b>	R. Flatschler und T. Mantilla	59, 68

## APRIL

● 09.04. – 11.04.	<b>NIG Master: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten (NIG)</b>	B. Innecken, S. Humez	44, 53
● 09.04. – 11.04.	<b>Achtsamkeit als Kunst der Lebendigkeit</b>	U. Rothmund	18, 26
● 09.04. – 11.04.	<b>Kontakt- und Bindungsfähigkeit</b>	M. Rupp	18, 45
● 11.04. – 16.04.	<b>Annäherung an die allerfrühesten Schichten unseres Erlebens – The Primitive Edge of Experience</b>	L. Heller	52



● 17.04., 09.30 h	<b>Informationstag zur Approbationsausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen/Psychotherapeuten sowie zur KJP Zusatzqualifikation</b>	W. Büntig	68, 78
● 17.04. – 22.04.	<b>Das Neuroaffektive Beziehungsmodell zur Heilung von Entwicklungsstrauma – The NeuroAffective Relational Model (NARM)</b>	L. Heller	60
● 22.04. – 25.04.	<b>Frei werden für Beziehung und gelebte Sexualität</b>	I. Vauk	23, 45
● 22.04. – 27.04.	<b>Augenhöhe</b>	W. Büntig	13, 48
● 23.04. – 27.04.	<b>Das Leben als Heldenreise</b>	J. Tauscher und R. Rummler	20
● 29.04., 18.00 h	Vortrag: <b>Sex und Erotik</b> (in München)	W. Büntig	69

## MAI

● 07.05. – 09.05.	<b>Präsenz im Dialog</b>	F. Dhority und S. Dobkowitz	21, 32
● 09.05. – 13.05.	<b>Vater – wo bist du?</b>	W. Büntig	13, 41
● 13.05. – 16.05.	<b>Hochsensibilität – Ich darf sein</b>	K. Ortner-Willnecker	17, 26
● 13.05. – 16.05.	<b>Reise zu dir selbst</b>	M. Nelles	16
● 13.05. – 16.05.	<b>Erforschung der Innenwelt</b>	I. Schmelcher-Haimerl	19, 45
● 21.05. – 23.05.	<b>Der allein geliebene Zwilling</b>	P. Bourquin	12, 40
● 27.05. – 30.05.	<b>50 Jahre Rhythmus pur – TaKeTiNa Workshop und Symposium</b> (in Starnberg)	R. Flatschler und Team	28, 70
● 28.05. – 30.05.	<b>Herzintelligenz und empathische Kommunikation</b>	R. Pfliederer	17

## JUNI

● 04.06. – 09.06.	<b>Krise und Krankheit als Chance – Versöhnung mit dem Leben</b>	W. Büntig	24, 50
● 09.06. – 13.06.	<b>Integrale Somatische Psychologie (ISP)</b>	R. Selvam	62
● 18.06. – 22.06.	<b>SOMA Embodiment – Workshop zur Einführung</b>	S. Gomes	43
● 18.06. – 22.06.	<b>Groß Breathwork – Das Abenteuer der Selbstentdeckung und die Kunst der Integration</b>	V. Luchetti und G. Mercado	16, 35
● 23.06. – 27.06.	<b>Body2Drum</b>	R. Flatschler und T. Mantilla	56
● 27.06. – 30.06.	<b>Emotionales Lernen – Körper und Seele im Dialog</b>	G. Zimmermann	20, 46

## JULI

● 08.07. – 11.07.	<b>The Embodied Life Retreat: Awareness through Meditation, Guided Inquiry and the Teachings of Moshé Feldenkrais</b>	R. Delman und L. Evans Delman	25, 32
● 16.07. – 18.07.	<b>Klavierspüren, Kalligrafie und Tai Chi</b>	M. Ohta	31
● 18.07., 09.30 h	<b>Informationstag zur Approbationsausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen/Psychotherapeuten sowie zur KJP Zusatzqualifikation</b>	W. Büntig	68, 78
● 19.07. – 23.07.	<b>Stimmiger Körper – verkörperte Stimme</b>	L. Sokolov	32
● 25.07. – 30.07.	<b>Sucht</b>	W. Büntig	24, 49
● 30.07. – 04.08.	<b>Autonomie – Treue zum Wesen und Entfaltung von Eigenart</b>	W. Büntig und G. Eder-Büntig	12, 36

## AUGUST

● 04.08. – 09.08.	<b>Moshé Feldenkrais' Erbe</b>	E. Wadler	55
● 04.08. – 09.08.	<b>Das Einfach Liebe Retreat für Paare</b>	E. Buchwald und V. Buchwald	21
● 09.08. – 17.08.	<b>TaKeTiNa – kostenlos!</b>	Absolventen der 16. Ausbildung zum TaKeTiNa Rhythmspädagogen	29
● 10.08. – 15.08.	<b>Point Zero Painting – Die Kraft der kreativen Freiheit erleben</b>	K. Franckenberg	29
● 27.08. – 29.08.	<b>Freier Fluss für einen freien Kopf – mit indischer Kopfmassage</b>	D. Gokani	26, 42



## SEPTEMBER

●	03.09. – 05.09.	<b>Beziehung, die man tanzen kann</b>	J. Feuerbach	22
●	05.09., 10.00 h	<b>TaKeTiNa – Schnuppertag</b> (in München)	S. Bundschu und M. Höhn	68
●	10.09. – 12.09.	<b>Grenzen in der sozialen Interaktion</b>	M. Rupp	19, 45
●	10.09. – 13.09.	<b>Wozu bin ich krank? – Aufstellungsarbeit zur seelischen Funktion von Symptomen</b>	T. Geßner	25, 50
●	10.09. – 13.09.	<b>Bewegungs-Spielräume</b>	M. Büntig-Ludwig	24
●	10.09. – 12.09.	<b>Sechs konkrete Hilfen für den inneren Kritiker ... und wie ein gutes Zusammensein gelingen kann</b>	E. Kruithoff	15
●	18.09., 09.30 h	<b>Informationstag zur Approbationsausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen/Psychotherapeuten sowie zur KJP Zusatzqualifikation</b>	W. Büntig	68, 78
●	24.09. – 26.09.	<b>NIG Master: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten (NIG)</b>	B. Innecken, S. Humez	44, 53
●	24.09. – 26.09.	<b>Traumatherapeutische Grundlagen für die Aufstellungsarbeit im Einzelsetting mithilfe des Neuro-Imaginativen Gestaltens (NIG)</b>	B. Innecken	44, 51

## OKTOBER

●	01.10. – 10.10.	<b>Intuition und innere Führung (SAT Modul III)</b>	K. Reuter und Team der internationalen SAT Schule	18, 54
●	23.10. – 29.10.	<b>TaKeTiNa – kostenlos!</b> (in Benediktbeuern)	Absolventen der 16. Ausbildung zum TaKeTiNa Rhythmspädagogen	29
●	25.10., 18.00 h	Vortrag: <b>Xenophobie</b> (in München)	W. Büntig	69
●	26.10. – 31.10.	<b>Schamanismus der Huichol Indianer</b>	B. Secunda	35
●	26.10. – 31.10.	<b>Singles – All the lonely people ...</b>	W. Büntig	13
●	31.10. – 02.11.	<b>Zapchen somatics – Oder: Wie man sich mit alledem schneller wieder wohl fühlen kann</b>	U. Wichtmann	20, 45

## NOVEMBER

●	02.11. – 07.11.	<b>The Practice of Welcoming</b>	N. Giuliani	26, 33, 42
●	05.11. – 07.11.	<b>Dem Tod neu begegnen – Abschied und Bestatten als Tor zum Leben</b>	S. Kraft und M. Kraft	14, 34
●	05.11. – 07.11.	<b>Dem Leben mehr Farbe geben</b>	R. Lord	31
●	16.11. – 18.11.	<b>Einführung in die Traumatherapie <i>Somatic Experiencing</i></b>	D. Rothbauer	64, 69
●	16.11. – 19.11.	<b>When the Drummers Were Women</b>	S. Bundschu	21, 28
●	18.11. – 21.11.	<b>Reise zu dir selbst</b>	M. Nelles	16
●	19.11. – 21.11.	<b>NIG Master: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten (NIG)</b>	B. Innecken, S. Humez	44, 53
●	26.11. – 28.11.	<b>Weil ich euch beide liebe</b>	B. Innecken	23
●	30.11. – 05.12.	<b>Das Einfach Liebe Retreat für Paare</b>	E. Buchwald und V. Buchwald	21

## DEZEMBER

●	05.12. – 10.12.	<b>Gesunde Aggression, Destruktivität und Depression</b>	W. Büntig	13, 49
●	11.12., 09.30 h	<b>Informationstag zur Approbationsausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen/Psychotherapeuten sowie zur KJP Zusatzqualifikation</b>	W. Büntig	68, 78
●	14.12. – 19.12.	<b>Welche Form(en) der Psychotherapie können echte Bewusstseinsveränderungen konsistent unterstützen?</b>	H. Beaumont	40
●	29.12.21 – 03.01.22	<b>Wach' auf und träume! – Silvester mal anders</b>	M. Solonevich und A. Höveler	20

## 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 *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. Spenden Sie oder werden Sie Mitglied.

Als Mitglied des ZIST Fördervereins

- legen Sie Ihren Jahresbeitrag ab 100 Euro pro Jahr (Studenten/PiA [m/w/d] 50 Euro pro Jahr) fest,
- erhalten Sie 10 % Ermäßigung auf die Kursgebühr einzelner offener Workshops zur Selbsterfahrung und
- bekommen dafür 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 das Klausurprogramm oder einen Selbsterfahrungsworkshop mit bis zu 50 % Zuschuss. Bei Interesse schreiben Sie uns an: [verein@zist.de](mailto: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

Informieren Sie sich über die aktuellen Aktivitäten des Vereins und den Termin der nächsten Mitgliederversammlung auf unserer Internetseite: [www.zist.de/verein](http://www.zist.de/verein)

## 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](mailto:verein@zist.de)

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



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

Wolf Büntig

#### SELBSTERFAHRUNG

- Persönliches Wachstum
- Männer, Frauen, Kinder – Beziehungen
- Gesundheit, Vorsorge, Selbstheilung
- Kreativität
- Spiritualität
- Spiritualität – Diamond Approach
- Fortlaufende Gruppe
- Klausurprogramm *Alltag als Übung*

12  
21  
24  
28  
32  
36  
36  
37

## DATEN &amp; PREISE

**Der allein gebliebene Zwilling**  
**Fr., 21.5., 18.30 h – So., 23.5.21, 14.00 h**

Kursgebühr 335 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210531

**Autonomie – Treue zum Wesen und Entfaltung von Eigenart\***

**Termine:**  
**Beginn jeweils 18.30 h, Ende 14.00 h**

(Geschlossene Gruppe, Workshops können nicht einzeln gebucht werden.)  
**Fr. 30.7. – Mi. 4.8.21**  
**Di., 4.1. – So., 9.1.22**  
**Fr., 26.8. – Mi., 31.8.22**  
**Di., 3.1. – So., 8.1.23**  
**So., 27.8. – Fr., 1.9.23**

**Letzter Termin noch in Planung.**

Terminänderungen ab dem Jahre 2022 sind möglich.

Kursgebühr je Workshop 540 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 62.21

**Sich sein lassen\***  
**Mo., 15.2., 18.30 h – Fr., 19.2.21, 14.00 h**

Kursgebühr 495 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210233

**Das menschliche Potential und seine Entfaltung\***  
**So., 14.3., 18.30 h – Fr., 19.3.21, 14.00 h**

Kursgebühr 600 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210355

**DER ALLEIN GEBLIEBENE ZWILLING**

Peter Bourquin

Dieser Workshop 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. Und er ist für Therapeuten, die mit diesen Menschen arbeiten.

Welche 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.

**AUTONOMIE – TREUE ZUM WESEN UND ENTFALTUNG VON EIGENART\***

Wolf Büntig und Gertraud Eder-Büntig

3 Jahre, 2 x 5 Tage pro Jahr

Diese geschlossene fortlaufende Selbsterfahrungsgruppe zur persönlichen und beruflichen Fortbildung wurde eingerichtet für Personen, die – getragen und gehalten von einer vertrauten Gruppe von gleichbleibender Zusammensetzung – mit ihrer Selbsterkundung in die Tiefe gehen und ihre Entfaltung als Person bewusst gestalten wollen.

Beschreibung siehe Seite 36.

**SICH SEIN LASSEN\***

Wolf Büntig  
N. N. und N. N.: TaKeTiNa

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

Beschreibung siehe Seite 40.

**DAS MENSCHLICHE POTENTIAL UND SEINE ENTFALTUNG\***

Wolf Büntig  
N. N. und N. N.: TaKeTiNa

Beschreibung siehe Seite 48.

## DATEN &amp; PREISE

**Augenhöhe\***  
**Do., 22.4., 18.30 h – Di., 27.4.21, 14.00 h**

Kursgebühr 600 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210455

**Vater – wo bist du?\***  
**So., 9.5., 18.30 h – Do., 13.5.21, 14.00 h**

Kursgebühr 495 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210536

**Singles – All the lonely people ...**

**Di., 26.10., 18.30 h – So., 31.10.21, 14.00 h**

Kursgebühr 610 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 211032

**Gesunde Aggression, Destruktivität und Depression\***

**So., 5.12., 18.30 h – Fr., 10.12.21, 14.00 h**

Kursgebühr 600 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 211255

**neu AUGENHÖHE\***

Wolf Büntig  
N. N. und N. N.: TaKeTiNa

Beschreibung siehe Seite 48.

**VATER – WO BIST DU?\***

Wolf Büntig  
N. N. und N. N.: TaKeTiNa

Beschreibung siehe Seite 41.

**SINGLES – ALL THE LONELY PEOPLE ...**

Wolf Büntig  
N. N. und N. N.: TaKeTiNa

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

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

Sind Sie immer noch auf der Suche nach der Liebe Ihres Lebens? Haben Sie schon zu viele Fehlschläge erlebt, um noch einmal sagen zu können: Ich will dich und keine andere? War vielleicht Ihr Partner nicht der richtige, weil Sie ihn nicht ganz nehmen konnten? Hängen Sie noch an der Frau, die es gewesen wäre und die Sie nicht gefragt

haben? Haben Sie Angst, noch einmal auf einen sexsüchtigen Partner reinzufallen, für den Sie austauschbar waren? Oder trauen Sie sich nicht mehr, ein Versprechen zu geben, weil Sie es schon zu oft gebrochen haben?

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

Wie könnten Freiheit und Verbindlichkeit zusammengehören?

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

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

**GESUNDE AGGRESSION, DESTRUKTIVITÄT UND DEPRESSION\***

Wolf Büntig  
N. N. und N. N.: TaKeTiNa

Beschreibung siehe Seite 49.



\*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.  
\*\*siehe Seite 108

## DATEN &amp; PREISE

**Öfter wohl, zufriedener oder glücklich sein können**  
Fr., 26.2., 18.30 h –  
So., 28.2.21, 14.00 h

Kursgebühr 250 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210235

**Dem Tod neu begegnen – Abschied und Bestatten als Tor zum Leben**  
Fr., 5.11., 18.30 h –  
So., 7.11.21, 14.00 h

Kursgebühr 235 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 211136

### ● 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 willkommenen 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 selbst: wie kann ich weiter mit ihm verbunden bleiben?

Ein Kurs für Freunde, Angehörige, Begleiter und Begleiterinnen. Ein Kurs, um uns auch auf den eigenen Tod vorzubereiten.

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

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

Perikles von Athen

## DATEN &amp; PREISE

**Sechs konkrete Hilfen für den inneren Kritiker ... und wie ein gutes Zusammensein gelingen kann**  
Fr., 10.9., 18.30 h –  
So., 12.9.21, 14.00 h

Kursgebühr 280 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210934

**Come To Life – von Scham und Schuld zu Integration und Verbundenheit**  
Fr., 15.1., 18.30 h –  
So., 17.1.21, 14.00 h

Kursgebühr 290 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210130

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

Eine besondere Einführung ins Focusing  
Elmar Kruithoff

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

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

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

Gemeinsam schauen wir uns beispielsweise an:

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

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

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

### ● 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 Teilnehmerinnen und Teilnehmer erleben, wie Verbundenheit entsteht – anstelle von Beschämung und Isolation – und wie Würde und Integration möglich wird anstelle von Demütigung und Dissoziation.

\*\*siehe Seite 108



## DATEN &amp; PREISE

**Grof Breathwork – Das Abenteuer der Selbstentdeckung und die Kunst der Integration**  
Fr., 18.6., 18.30 h – Di., 22.6.21, 14.00 h

Kursgebühr 515 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210632

**Reise zu dir selbst**  
Do., 13.5., 18.30 h – So., 16.5.21, 14.00 h

Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210530

**Do., 18.11., 18.30 h – So., 21.11.21, 14.00 h**

Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 211132

Kursgebühr je  
Workshop 390 €,  
für beobachtende  
Teilnehmer 350 €,  
zuzüglich Vollpension\*\*.

Maximale  
Teilnehmerzahl  
mit eigenem LIP:  
18 plus beobachtende  
Teilnehmer

● **GROF BREATHWORK – DAS ABENTEUER DER SELBSTENTDECKUNG UND DIE KUNST DER INTEGRATION**  
Viktoria Luchetti und Gilberto Mercado

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

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

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

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

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

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

● **REISE ZU DIR SELBST**  
*Lebensintegrationsprozess und wachstumsorientierte Aufstellungsarbeit*  
Malte Nelles

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

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

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*, <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

## DATEN &amp; PREISE

**Hochsensibilität – Ich darf sein**  
Do., 13.5., 18.30 h – So., 16.5.21, 14.00 h

Kursgebühr 350 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210533

**Herzintelligenz und empathische Kommunikation**  
Fr., 28.5., 18.30 h – So., 30.5.21, 14.00 h

Kursgebühr 255 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210532

● **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 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 jede einzelne Teilnehmerin und jeder Teilnehmer 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".

**HERZINTELLIGENZ UND EMPATHISCHE KOMMUNIKATION**  
Roswitha Pfeleiderer  
Assistenz: Barbara Oswald

*Zwischen Reiz und Reaktion liegt ein Raum. In diesem Raum entstehen Entwicklung und unsere Freiheit.*

Viktor Frankl

Herzintelligenz ist das holistische Herzbewusstsein, das einlädt, mit dem eigenen Herzen zu kommunizieren, denn das Herz ist das Zentrum für physisches, emotionales und mentales Wohlbefinden. Gehirn, Gefühl, Verstand, Sympathikus und Parasympathikus sind mit dem Herzen verbunden. Das Herz ist Kommunikator, Regulator, Synchronisierer, Energetisierer und Dolmetscher. Es symbolisiert den Ort der Liebe und der Seele. Wer sich auf die Reise zum Herzen begibt, eröffnet einen Raum des Seins und erlebt tiefes Verbundensein mit sich selbst und seiner inneren Weisheit (Intuition), und er wird zum bewussten Gestalter seines Lebens.

In dem Workshop wollen wir durch Übungen und Meditationen mit dem *offenherzigen Gewahrsein* den Kontakt zur Herzintelligenz wieder herstellen, damit dieser resiliente, kohärente Zustand mehr und mehr zu einem neuen Grundmuster werden kann, anstatt dass wir, wie bisher, unbewusst in Stresssituationen eingefahrene emotionale Muster aktivieren, jedoch damit nach Viktor Frankl die eigene Freiheit einschränken.

Mit dem Bewusstsein der Herzintelligenz entwickeln wir gleichzeitig eine natürliche intuitivempathische Sprache, getragen von Wertschätzung, Mitgefühl und Akzeptanz, um das Miteinander mit uns selbst und anderen friedlicher zu gestalten.

Literaturempfehlungen  
Robert Gonzales: *Ein Leben in Mitgefühl*  
Doc Childre: *Herzintelligenz*  
Marshall B. Rosenberg: *Empathische Kommunikation*  
Eugene Gendlin: *Focusing, Aktivierung der Intuition*

\*\*siehe Seite 108

## DATEN &amp; PREISE

**Intuition und innere Führung (SAT Modul III)**  
Fr., 1.10., 18.30 h –  
So., 10.10.21, 14.00 h

Kursgebühr 1080 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 211030

**Achtsamkeit als Kunst der Lebendigkeit**  
Fr., 9.4., 18.30 h –  
So., 11.4.21, 14.00 h

Kursgebühr 245 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210432

**Kontakt- und Bindungsfähigkeit**  
Fr., 9.4., 18.30 h –  
So., 11.4.21, 14.00 h

Kursgebühr 270 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210433

### ● INTUITION UND INNERE FÜHRUNG (SAT MODUL III)

Katrin Reuter und Team der internationalen SAT Schule

Kurssprache Englisch mit Übersetzung

Beschreibung siehe Seite

Dieser Workshop ist zur Fortbildung für Fachkräfte aus den Heil- und Sozialberufen geeignet – siehe die Serie SAT Programm *Seekers after Truth* (Seite 54).

### ● ACHTSAMKEIT ALS KUNST DER LEBENDIGKEIT

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

In diesem Workshop, bei dieser *Arbeit*, geht es darum, unsere Bewusstheit für Bewegung, unseren körperlichen Zustand feiner wahrzunehmen, frei zu erforschen und zu schulen. Das Erleben der Stützkraft des Bodens und die Wirkung der Schwerkraft auf unser Befinden führen zu neuer Lebendigkeit. Die Leitlinie dafür ist das Erfahren natürlicher Prozesse in uns. Dem Grunde nach verbietet es sich Natürlichkeit zu definieren, aber sie kann erfahren werden. Indem wir zunehmend erkennen dürfen, wie uns eingefahrene Bewegungsmuster und Verhaltensweisen blockieren, werden sie aus sich heraus veränderbar. Die Ruhe, aus der neue Bewegungsformen entstehen, fördert unsere Regenerationsfähigkeit sowie unsere Resilienz.

Sensory Awareness bildet bis heute die Grundlage für viele körperbezogene Therapieformen, wie etwa die konzentrierte Bewegungstherapie (KBT), die diese Fragestellungen in ein psychotherapeutisches Konzept gossen. In diesem Workshop geht es allerdings weniger um psychotherapeutische Sichtweisen, als vielmehr darum, sich – im Sinne einer Achtsamkeitsarbeit – wieder kreativ als ganze Person erfahren zu dürfen.

Die klassischen Fragestellungen von Elsa Gindler und Charlotte Selver können in Anbetracht der wieder entdeckten Bedeutung von Achtsamkeit als zeitlos modern eingestuft werden. Die Erforschung der eigenen Person ist dabei im wahrsten

Sinne des Wortes sehr bodenständig und führt uns zurück in ursprüngliches Erleben. Auf der Grundlage moderner Erkenntnisse der Psychoneuroimmunologie, der Hirnforschung, aber auch der Osteopathie, wollen wir diesen Ansatz neu interpretieren.

Mehr über *Sensory Awareness* unter *Methoden* auf unserer Webseite.

### neu KONTAKT- UND BINDUNGSFÄHIGKEIT

Ein *Einführungsworkshop in die Bodydynamic Arbeit*  
Michael Rupp

Die Fähigkeit zur Kontakt- und Bindungsfähigkeit ist wesentlich für das Schließen von Freundschaften oder den Aufbau einer intimen Partnerschaft.

Eine besonders wichtige Rolle spielt diese Fähigkeit darüber hinaus auch bei der Überwindung und Heilung interpersonaler traumatischer Erfahrungen. Trauma verletzt unser Vertrauen und unser Gefühl der Sicherheit in Bezug auf alle Personen – dann ziehen wir uns meist emotional und körperlich zurück.

Die Fähigkeit, bewusst und offen Kontakte einzugehen, ist eine wichtige Ressource, um neue Beziehungserfahrungen zu machen und alte Verletzungen zu überwinden. Sie ist deshalb ein wesentlicher Faktor somatischer Resilienz.

An diesem Wochenende *reisen* wir mittels körperlicher Übungen durch die frühen Entwicklungsphasen des Kindes und werden gemeinsam erfahren, wie das Kind diese spezifische Fähigkeit schrittweise aufbauen und verkörpern lernt.

Dabei nutzen wir besonders altersspezifische motorische Bewegungen, um die jeweiligen Faszien und Muskeln und die ihnen innewohnenden natürlichen Ressourcen neu zu aktivieren.

Alle Übungen werden mit einer/einem Partnerin/Partner oder in der Gruppe ausgeführt, damit wir die Möglichkeit haben, neue, heilsame Beziehungserfahrungen zu machen.

Mehr über die körperpsychotherapeutische Arbeit Bodydynamic unter: [www.bodydynamic.de](http://www.bodydynamic.de)

## DATEN &amp; PREISE

**Grenzen in der sozialen Interaktion**  
Fr., 10.9., 18.30 h –  
So., 12.9.21, 14.00 h

Kursgebühr 270 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210932

**Erforschung der Innenwelt**  
Do., 13.5., 18.30 h –  
So., 16.5.21, 14.00 h

Kursgebühr 385 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210534

### neu GRENZEN IN DER SOZIALEN INTERAKTION

Ein *Einführungsworkshop in die Bodydynamic Arbeit*  
Michael Rupp

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

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

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

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

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

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

Mehr über die körperpsychotherapeutische Arbeit Bodydynamic unter: [www.bodydynamic.de](http://www.bodydynamic.de)

### ● 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 Klientinnen und Klienten vor.

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

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

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

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

Näheres siehe unter: [www.ifs-europe.net](http://www.ifs-europe.net)

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

\*\*siehe Seite 108

## DATEN &amp; PREISE

**Wach' auf und träume! – Silvester mal anders**  
**Mi., 29.12.21, 18.30 h – Mo., 3.1.22, 14.00 h**

Kursgebühr 585 €  
 zuzüglich Vollpension\*\*  
 Ort/Anmeldung:  
 ZIST Penzberg Nr. 211230

**Das Leben als Heldenreise**  
**Fr., 23.4., 18.30 h – Di., 27.4.21, 14.00 h**

Kursgebühr 490 €  
 zuzüglich Vollpension\*\*  
 Ort/Anmeldung:  
 ZIST Penzberg Nr. 210434

**Zapchen somatics – Oder: Wie man sich mit alledem schneller wieder wohl fühlen kann\***  
**So., 31.10., 18.30 h – Di., 2.11.21, 14.00 h**

Kursgebühr 240 €  
 zuzüglich Vollpension\*\*  
 Ort/Anmeldung:  
 ZIST Penzberg Nr. 211033

**Emotionales Lernen – Körper und Seele im Dialog\***  
**So., 27.6., 18.30 h – Mi., 30.6.21, 14.00 h**

Kursgebühr 365 €  
 zuzüglich Vollpension\*\*  
 Ort/Anmeldung:  
 ZIST Penzberg Nr. 210631

● **WACH' AUF UND TRÄUME! – SILVESTER MAL ANDERS**

Mischka Solonevich und Anne Höveler

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

So steuern wir auf Silvester zu: Wir sensibilisieren unser Bauchgefühl. Auf dem Weg treffen wir auf lebensgestaltende Themen und Einsichten und stellen uns auch tieferen Gefühlen. Wir wollen Klarheit und Kraft gewinnen, um das Ruder in die eigene Hand zu nehmen. Wir suchen Wege, auf die höhere Stimme in uns zu hören und ihr zu vertrauen oder zu misstrauen. Und jetzt Silvester: Wer mag, kann mit Ideen und Aktivitäten zur Gestaltung des Nachmittags und zur Feier des Silvesterabends beitragen. Finde, was dir wirklich gut tut! Da ist Raum für Spielerisches und Wertiges. Die letzten Stunden des Jahres: Trance und Sitzen in Stille. Das neue Jahr begrüßen wir dann mit einem Feuerritual.

"Träume *und* wach auf!". In den folgenden Tagen geht es um die Harmonisierung von Wunsch und Wirklichkeit. Wer kann schon sagen, warum wir tun was wir tun? Wir begeben uns auf einen Weg der Hingabe an das eigene Handeln, der sich stimmig und weise anfühlt.

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

● **DAS LEBEN ALS HELDENREISE**

Josef Tauscher und Richard Rummler

Jedes Leben ist – wenn man so will – auch eine Heldenreise. Völlig nackt und hilflos werden wir hineingeboren, den Umständen von Zeitgesche-

hen, Kultur, Mutterbauch und Familien- sowie Erziehungsstruktur beliebig anvertraut. Dies alles und ob jemand da war, uns zu halten, zu füttern, mit uns zu spielen und uns zu beruhigen, bestimmt die Art, wie wir uns in der Welt fühlen, was wir wahrnehmen, was wir mögen und woher wir leiden.

Meist können wir uns nicht mehr erinnern, was alles zu dem geführt hat, was wir heute sind. Wir können aber erkunden, neugierig sein und unseren Wahrnehmungsfokus verändern, und dem nachspüren, was noch alles in uns Ausdruck finden möchte, gelebt oder gesehen, angesprochen und geliebt werden möchte.

Von welchen Überzeugungen, Annahmen und auch Selbst-Beschränkungen lassen wir unsere Welt bestimmen? Wie erzählen wir uns Tag für Tag unsere persönliche Lebensgeschichte wieder und wieder? Können wir uns neuen Wendungen und Entwicklungsräumen öffnen? Wir wollen uns ermutigen, um aus dem angstbesetzten Dunkel – unserem Unbewussten – Schätze bergen, uns stabilisieren und träumen, um Veränderung zuzulassen und uns mit Selbstakzeptanz darin unterstützen, uns selbst zu lieben.

In diesen Tagen wollen wir gemeinsam aufbrechen, archaisch inspirierte Abenteuer erleben, mit tieferer Klarheit und erweitertem Handlungsspielraum nach Hause kommen. Dabei verwenden wir körperorientierte Herangehensweisen, meditative Wahrnehmungspraxis (ZEN), hypno-systemische Methoden und Rituale. Spezielle Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Haben wir erst einmal entdeckt, wie unser Geist die Welt erschafft, um dann das Erschaffene als real zu betrachten, haben wir mehr und mehr im Jetzt die Freiheit der Wahl.

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

Ulrike Wichtmann

Beschreibung siehe Seite 45.

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

Transformation von im Körpergedächtnis gespeicherter somatisch-emotionaler Stressmuster  
 Gerhard Zimmermann

Beschreibung siehe Seite 46.

● **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 28.

● **PRÄSENZ IM DIALOG**

Freeman Dhority und Steffi Dobkowitz

Beschreibung siehe Seite 32.

## DATEN &amp; PREISE

**Das Einfach Liebe Retreat für Paare**  
**Mi., 4.8., 18.30 h – Mo., 9.8.21, 14.00 h**

Ort/Anmeldung:  
 ZIST Penzberg Nr. 210830

**Di., 30.11., 18.30 h – So., 5.12.21, 14.00 h**

Ort/Anmeldung:  
 ZIST Penzberg Nr. 211135

Kursgebühr je Workshop  
 680 €\*\*\* pro Person  
 zuzüglich Vollpension  
 410 € pro Person  
 im Doppelzimmer

**When the Drummers Were Women**

**Di., 16.11., 18.30 h – Fr., 19.11.21, 14.00 h**

Kursgebühr 315 €  
 zuzüglich Vollpension\*\*  
 Ort/Anmeldung:  
 ZIST Penzberg Nr. 211138

**Präsenz im Dialog**  
**Fr., 7.5., 16.30 h – So., 9.5.21, 14.00 h**

Kursgebühr 290 €  
 zuzüglich Vollpension\*\*  
 Ort/Anmeldung:  
 ZIST Penzberg Nr. 210535

\*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.  
 \*\*siehe Seite 108  
 \*\*\*Im Preis ist die Ermäßigung für Paare bereits mit eingerechnet.

## DATEN &amp; PREISE

**Beziehung, die man tanzen kann\***  
Fr., 3.9., 18.30 h –  
So., 5.9.21, 14.00 h

Kursgebühr 245 €\*\*\*  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210930

**Familienaufstellungen – als Selbsterfahrung und zur teilnehmenden Beobachtung**  
Fr., 19.3., 18.30 h –  
So., 21.3.21, 14.00 h

Kursgebühr 300 €  
für beobachtende Teilnehmer 270 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210331

● **BEZIEHUNG, DIE MAN TANZEN KANN\***  
Johannes Feuerbach

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

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

Die Themen und Inhalte des Workshops:

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

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

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

Literatur

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

Feuerbach, Johannes (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

(Beide als Sonderdruck in ZIST erhältlich.)

● **FAMILIENAUFSTELLUNGEN – ALS SELBSTERFAHRUNG UND ZUR TEILNEHMENDEN BEOBACHTUNG**

Barbara Innecken

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

Das innere Bild von Familie, das wir in uns tragen, beeinflusst unser Denken, Verhalten und unsere Empfindungen. Es kann als Kraftquelle wirken oder eher hinderlich sein für die Gestaltung unseres eigenen Lebens. Über das Familien-Stellen wird das Eingebunden-Sein in unsere Familie generationenübergreifend sichtbar. Durch Lösung von unbewussten Verstrickungen können wir beginnen, die Verbindung mit den guten Kräften unserer Familie wieder aufzunehmen. Wir geben den Bewegungen der Seele Raum, können Übernommenes zurückgeben, Dank abstellen und Ausgeschlossene wieder einbeziehen. Diese lösungsorientierte Arbeit kann eine wertvolle Hilfe sein, um Kraft für die Ziele unseres eigenen Lebensweges zu finden.

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

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

Teilnehmerzahl: 10 aufstellende Teilnehmer plus Beobachter

## DATEN &amp; PREISE

**Weil ich euch beide liebe**  
Fr., 26.11., 18.30 h –  
So., 28.11.21, 14.00 h

Kursgebühr 300 €  
für beobachtende Teilnehmer 270 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 211134

**Frei werden für Beziehung und gelebte Sexualität**  
Do., 22.4., 18.30 h –  
So., 25.4.21, 14.00 h

Kursgebühr 385 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210431

● **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 oder unsere eigenen Kinder. Die Bindung an die Eltern beeinflusst das Grundgefühl, mit dem wir im Leben stehen, sie gestaltet unser Leben im Innen wie im Außen mit. Mithilfe der Aufstellungen können wir die Beziehung zu Vater oder Mutter betrachten, verborgene Dynamiken sichtbar machen, einen gesunden Abstand finden, unterbrochene Liebe zum Fließen anregen.

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

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

Teilnehmerzahl: 10 aufstellende Teilnehmer plus Beobachter

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

● **FREI WERDEN FÜR BEZIEHUNG UND GELEBTE SEXUALITÄT**

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

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

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

- Die Entwicklungsphasen der menschlichen, sexuellen Entfaltung.
- Die Befreiung von sich wiederholenden ödipalen Dreiecksmustern.
- Die Entwicklung einer erneuerten Unschuld und Erregung in einem Körper, der sich von ererbten Schuldgefühlen und negativen Selbstbildern zu befreien beginnt.
- Wie man Vater- und Mutterkomplexe löst und innere elterliche Bilder entwickelt, die auf Unterstützung und einem inneren Leitsystem beruhen.
- Wie kann ein Paar aus der anfänglichen Leidenschaft in eine nachhaltige, erotische Beziehung entwickeln?
- Was bedeutet Grounding – *Erdung* – in der Sexualität?
- Völlig neue Perspektiven für elterliche Erziehungsfragen entwickeln.

*Sexual Grounding Therapy* (SGT) ist eine vom holländischen Psychologen Willem Poppeliers entwickelte Körpertherapie. Dieser Workshop ist von Poppeliers Methode, langjähriger Praxis als Paartherapeut und Konzepten der Gender Psychology inspiriert. Er steht sowohl Einzelpersonen als auch Paaren offen.

Mehr Information unter: [www.therapie-wirkt.com](http://www.therapie-wirkt.com)

\*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.  
\*\*siehe Seite 108  
\*\*\*Im Preis ist die Ermäßigung für Paare bereits mit eingerechnet.



## DATEN &amp; PREISE

**Phönix aus der Asche\***  
 Sa., 27.3., 18.30 h –  
 Mi., 31.3.21, 14.00 h

Kursgebühr 495 €  
 zuzüglich Vollpension\*\*  
 Ort/Anmeldung:  
 ZIST Penzberg Nr. 210333

**Krise und Krankheit  
 als Chance – Versöhnung  
 mit dem Leben\***  
 Fr., 4.6., 18.30 h –  
 Mi., 9.6.21, 14.00 h

Kursgebühr 600 €  
 zuzüglich Vollpension\*\*  
 Ort/Anmeldung:  
 ZIST Penzberg Nr. 210654

**Sucht\***  
 So., 25.7., 18.30 h –  
 Fr., 30.7.21, 14.00 h

Kursgebühr 600 €  
 zuzüglich Vollpension\*\*  
 Ort/Anmeldung:  
 ZIST Penzberg Nr. 210755

**Bewegungs-Spielräume**  
 Fr., 19.3., 18.30 h –  
 So., 21.3.21, 14.00 h

Kursgebühr 220 €  
 zuzüglich Vollpension\*\*  
 Ort/Anmeldung:  
 ZIST Penzberg Nr. 210335

**Fr., 10.9., 18.30 h –  
 Mo., 13.9.21, 14.00 h**

Kursgebühr 320 €  
 zuzüglich Vollpension\*\*  
 Ort/Anmeldung:  
 ZIST Penzberg Nr. 210933

**● PHÖNIX AUS DER ASCHE\***

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

Wolf Büntig  
 N.. N. und N.. N.: TaKeTiNa

Beschreibung siehe Seite 41.

**● KRISE UND KRANKHEIT ALS CHANCE –  
 VERSÖHNUNG MIT DEM LEBEN\***

Wolf Büntig  
 N.. N. und N.. N.: TaKeTiNa

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

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

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

Krise und Krankheit können unser gewohntes  
 Selbstverständnis infrage stellen, uns mit der End-  
 lichkeit unserer körperlichen Existenz konfrontie-  
 ren und uns öffnen für grundlegende Fragen unse-  
 res Daseins:

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

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

Bitte Schreibzeug mitbringen.  
 Dieser Workshop ist zur Fortbildung für Fachkräf-  
 te aus den Heil- und Sozialberufen sowie für Be-  
 troffene zur persönlichen Fortbildung geeignet –  
 siehe die Serie *Salutogenese* (Seite 50).

**● SUCHT\***

Der vergebliche Versuch, ein wesentliches  
 Bedürfnis mit Ersatz zu stillen

Wolf Büntig  
 N. N. und N. N.: TaKeTiNa

Beschreibung siehe Seite 49.

**● BEWEGUNGS-SPIELRÄUME**

Maja Büntig-Ludwig

Im Laufe unseres Lebens werden die Möglichkei-  
 ten und die Vielfalt, mit der wir unseren Körper  
 gebrauchen, immer eingeschränkter. Wir sitzen  
 mehr, verharren oft über Stunden in mehr oder  
 weniger der gleichen Position und all die Mög-  
 lichkeiten, uns in unterschiedlichster Art und Wei-  
 se zu bewegen, geraten im Nervensystem in Ver-  
 gessenheit, da sie nicht mehr abgerufen werden.

In diesem Workshop geht es darum, die vielen  
 verschiedenen Bewegungs-Spielräume, die uns  
 zur Verfügung stehen, neu zu entdecken. Wir ge-  
 hen auf eine spielerische Forschungsreise durch  
 unseren Bewegungsapparat und sind dabei in der  
 Lage, die Zusammenhänge der einzelnen Körperteile  
 in Bewegung wahrzunehmen. Wir können  
 uns selbst mit einem freundlichen Bewusstsein  
 für unsere Einschränkungen begegnen und mit  
 Neugier und Kreativität neue Möglichkeiten und  
 Wege für motorische Vielfalt finden.



## DATEN &amp; PREISE

**The Embodied Life Retreat**  
 February 25 – 28, 2021  
 Thursday, 6.30 p.m. –  
 Sunday, 2.00 p.m.

Place, registration:  
 ZIST Penzberg No. 210234

**July 8 – 11, 2021**  
 Thursday, 6.30 p.m. –  
 Sunday, 2.00 p.m.

Place, registration:  
 ZIST Penzberg No. 210730

Fee per workshop 425 €,  
 plus room and board\*\*.

**Wozu bin ich krank? –  
 Aufstellungsarbeit zur  
 seelischen Funktion  
 von Symptomen**  
 Fr., 10.9., 18.30 h –  
 Mo., 13.9.21, 14.00 h

Kursgebühr 360 €  
 zuzüglich Vollpension\*\*  
 Ort/Anmeldung:  
 ZIST Penzberg Nr. 210954

**● 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 empha-  
 size the importance of awakening to the present  
 moment. All that we long for – love, joy, pea-  
 ce, harmony, truth – require the fundamental ca-  
 pacity for PRESENCE. This seminar uses ancient  
 and modern methods for directly and simply un-  
 covering 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 our-  
 selves. 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 Eu-  
 gene 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 sophisticat-  
 ed and effective ways of transforming our motor  
 patterns and self-image; these lessons are also in-  
 teresting and fun.

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

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

Thomas Geßner

In diesem Workshop geht es um den Zusammen-  
 hang von Krankheit, Symptombildungen und un-  
 bewusster Liebe. Wir folgen der alten Erfahrung,  
 dass Krankheiten sich nicht nur im unmittelbar  
 sichtbaren Bereich vollziehen. Mithilfe der Auf-  
 stellungsarbeit (Familienstellen, Symptomaufstel-  
 lungen und Weiterentwicklungen) schauen wir  
 darauf, was unsere Krankheitssymptome als Äu-  
 ßerungen der Seele leisten. Sie enthalten in sich  
 selbst die Schwelle zu einem hereindringenden  
 neuen Bereich unseres Lebens.

Manche Symptome verweisen auf frühere Über-  
 lebensleistungen, wie sie etwa in traumatische Er-  
 fahrungen verborgen sind, und drängen auf eine  
 entspannende Transformation. Manche Symptome  
 helfen unbewusst, den Eltern oder anderen Angehö-  
 rigen etwas Schweres abzunehmen beziehungswei-  
 se 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 ge-  
 nau bis zu dem Punkt, wo ein Mensch unbewusst  
 liebt. Wenn diese Liebe gesehen, gefühlt und ge-  
 würdigt 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 unmit-  
 telbare Anschauung in der täglichen Runden-Arbeit.  
 So stellen wir Verbindungen her zu unserer beru-  
 flichen und persönlichen Erfahrung sowie zu den  
 theoretischen Hintergründen dieser Arbeit.

Willkommen sind: Interesse an den systemischen  
 Zusammenhängen von Symptomen, persönliche  
 beziehungsweise berufliche Erfahrung mit Krank-  
 heit, gesunde Skepsis, die Bereitschaft als Stell-  
 vertreter in Aufstellungen zu stehen und eigene  
 Themen oder Fälle einzubringen.

Dieser Workshop ist zur Fortbildung für Fachkräf-  
 te aus den Heil- und Sozialberufen geeignet – sie-  
 he die Serie *Salutogenese* (Seite 50).

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

\*Anerkennung von  
 Fortbildungspunkten  
 wird beantragt.

\*\*siehe Seite 108

## DATEN &amp; PREISE

**The Practice of Welcoming****Di., 2.11., 18.30 h – So., 7.11.21, 14.00 h**

Kursgebühr 660 €  
 zuzüglich Vollpension\*\*  
 Ort/Anmeldung:  
 ZIST Penzberg Nr. 211130

**Freier Fluss für einen freien Kopf – mit indischer Kopfmassage**  
**Fr., 27.8., 18.30 h – So., 29.8.21, 14.00 h**

Kursgebühr 250 €  
 zuzüglich Vollpension\*\*  
 Ort/Anmeldung:  
 ZIST Penzberg Nr. 210832

**Hochsensibilität – Ich darf sein**  
**Do., 13.5., 18.30 h – So., 16.5.21, 14.00 h**

Kursgebühr 350 €  
 zuzüglich Vollpension\*\*  
 Ort/Anmeldung:  
 ZIST Penzberg Nr. 210533

**Achtsamkeit als Kunst der Lebendigkeit**  
**Fr., 9.4., 18.30 h – So., 11.4.21, 14.00 h**

Kursgebühr 245 €  
 zuzüglich Vollpension\*\*  
 Ort/Anmeldung:  
 ZIST Penzberg Nr. 210432

● **THE PRACTICE OF WELCOMING**

*Eine Einführung in die iRest Meditationspraxis*  
 Nöle Giuliani

iRest ist eine fundierte, auf weitreichenden Forschungsergebnissen beruhende Meditationspraxis, die von Richard Miller, Ph.D., USA, entwickelt wurde. Aufbauend auf der Nicht-Dualen Tradition ist sie eine alltagstaugliche Übungspraxis, eine Synthese aus Elementen der Achtsamkeitspraxis, aktuellen Erkenntnissen der Neurowissenschaft und therapeutisch wirksamen Anwendungen. Die Meditationspraxis hat sich erfolgreich bewährt unter anderem bei der Linderung von Stress, Burnout, chronischen Schmerzen, Angstzuständen, Schlaflosigkeit, Depression, PTBS, Suchtverhalten und *compassion fatigue* in psychosozialen Berufen. Sie eignet sich hervorragend als persönliche Praxis und kann höchst wirksam therapiebegleitend angewendet werden.

Neben geführten Meditationen und Dyadenarbeit (einer wertungsfreien und achtsamen Art der Selbstwahrnehmung und Kommunikation) sind das *Körper-Spüren* und das *Atem-Spüren* Teil dieses Workshops, um auf spielerische Weise tief in das Empfinden einzutauchen.

Wir erforschen wie Abenteurer die verschiedenen Identifikationsebenen unserer Persönlichkeit. Wir üben, uns von den Deutungen und Bewertungen unserer Wahrnehmungen und den mit ihnen verbundenen Reaktionen zu lösen. Der bewusste Perspektivenwechsel kann uns die unendliche Weite des reinen Seins eröffnen. Unsere Beziehungsfähigkeit zu uns selbst, zu anderen und der Welt offenbart sich als ein unmittelbares Erfahren von Geborgenheit und Ungetrennt-Sein.

Besondere Aufmerksamkeit schenken wir dabei der Unterstützung der Verwirklichung unseres Potentials im Alltag. Wir begleiten einander als *sacred mirror* (Heiliger Spiegel) und widmen uns dem bedingungslosen Willkommen-Heißen von Wahrnehmungen – Empfindungen, Gefühlen, Emotionen, Gedanken und Grundüberzeugungen – nicht nur in unserem Gegenüber, sondern auch in uns selbst. Das Beschreiben, Auspacken und Würdigen dieser Schätze ohne persönliche Stellungnahme bewirkt ein unmittelbares Erleben der Nicht-Identifikation mit seiner befreienden Wirkung.

Mehr Informationen: [www.irest.org](http://www.irest.org),  
[www.thepracticeofwelcoming.de](http://www.thepracticeofwelcoming.de)

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

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

Beschreibung siehe Seite 42.

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

Beschreibung siehe Seite 17.

● **ACHTSAMKEIT ALS KUNST DER LEBENDIGKEIT**

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

Beschreibung siehe Seite 18.



\*\*siehe Seite 108

## DATEN &amp; PREISE

**When the Drummers  
Were Women**  
**Di., 16.11., 18.30 h –  
Fr., 19.11.21, 14.00 h**

Kursgebühr 315 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 211138

**Special:  
50 Jahre Rhythmus pur –  
TaKeTiNa Workshop  
und Symposium**

**Buchungsoption 1:  
Do., 27.5., 10.30 h –  
So., 30.5.21, 16.00 h**  
(viertägige Veranstaltung  
inkl. Workshop,  
Symposium und aller  
Abendveranstaltungen)

Kursgebühr 495 €  
ohne Vollpension  
Ort: Schlossberghalle,  
Vogelanger 2,  
82319 Starnberg  
Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210540

**Buchungsoption 2:  
Fr., 28.5., 18.30 h –  
So., 30.5.21, 16.00 h**  
(zweitägige Veranstaltung  
inkl. Abendveranstaltung  
am Freitagabend)

Kursgebühr 265 €  
ohne Vollpension  
Ort: Schlossberghalle,  
Vogelanger 2,  
82319 Starnberg  
Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210541

**● 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 Priesterinnen und Gottheiten mit Rahmentrommeln. Sie ist eines der ältesten überlieferten Instrumente und wird auf der ganzen Welt gespielt. Pulsierend als schamanische Trommel mit Stick oder mit der feinen Finger Technik 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 Trommeln 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.

**● SPECIAL:  
50 JAHRE RHYTHMUS PUR – TAKETINA  
WORKSHOP UND SYMPOSIUM**

Reinhard Flatischler und internationales Team, u. a. Anna-Maria Weber, Tania Bosak und Tupac Mantilla u. v. a. m., sowie Vortragende: Wolf Büntig, Frank Rihm u. a.

In diesem Jahr inkludiert der jährliche offene TaKeTiNa Workshop in Starnberg in der Nähe von München und Penzberg, welcher seit vier Jahrzehnten von ZIST organisiert wird, ein Symposium, in dem das 50-jährige Jubiläum von TaKeTiNa gefeiert wird.

Das bedeutet: 50 Jahre eines komplett neuen und tiefgehenden Zugangs zur Urkraft des Lebens – zur Rhythmus.

Vor einem halben Jahrhundert wurde mit TaKeTiNa ein effektives Werkzeug zur Entwicklung von Körper, Geist und Seele geboren und es hat seitdem Begeisterung und tiefes Erstaunen bei unzähligen Menschen auf der ganzen Welt ausgelöst. Mehr als eine Million Teilnehmer wurden in dieser Zeit von dieser Arbeit berührt, heute arbei-

ten TaKeTiNa Pädagogen auf fünf Kontinenten und Spiegel, Geo und Arte widmen dieser Arbeit Headlines.

- Am Donnerstag, 27. Mai, beginnt der Jubiläumsevent mit einem offenen TaKeTiNa Workshop, der sich sowohl für Anfänger und Fortgeschrittene als auch für professionelle Musikerinnen und Musiker eignet, unter der Leitung von Reinhard Flatischler. TaKeTiNa vermittelt Rhythmus so, wie der Mensch ihn von Natur aus am besten aufnehmen und lernen kann. Lernen mit dem Körper hat uralte Tradition: Yoga, Tai Chi oder Chi Gong sehen im Körper eine *Schnittstelle* zwischen Materie und Geist. In TaKeTiNa ist der Körper selbst das Musikinstrument. Er ist zugleich auch ein Instrument, durch das sich mentale, emotionale, rationale und physische Bereiche vernetzen können, jeder einzelne Bereich gewinnt dabei.

Neu an diesen Workshop-Tagen wird sein, dass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zwischen den TaKeTiNa Reisen durch zahlreiche Klangmeditationen mit Reinhard Flatischler an Gongs und seltenen Klanginstrumenten und Anna-Maria Weber an der Flöte geführt werden. Diese neuen Elemente ergänzen und vertiefen die Wirkung der Rhythmusreisen.

- Am Freitagabend, 28. Mai, beginnt das Symposium mit einem Abendprogramm, in dem Dokumentationen und Vorträge über TaKeTiNa präsentiert werden. Ein Überblick über die Entwicklung von TaKeTiNa zeigt, wie TaKeTiNa entstanden und gewachsen ist; Erfahrungsberichte stellen dar, wie sich die anerkannte Methode in unterschiedlichen Bereichen etablierte. Der Fokus dieses Abends richtet sich auf die physischen, psychischen und mentalen Wirkungen von TaKeTiNa sowie auf die Vorstellung des daraus erwachsenen therapeutischen Aspektes von TaKeTiNa. Dazu sind Beiträge von Dr. Wolf Büntig (Gründer und Leiter von ZIST), Frank Rihm (Leitung Kreativtherapie in der Klinik Heiligenfeld), Reinhard Flatischler sowie anderen Referenten geplant.

- Am Samstag, 29. Mai, leiten TaKeTiNa Master und Senior Pädagogen aus verschiedenen Kontinenten Rhythmusreisen an und berichten von ihren Erfahrungen mit TaKeTiNa. Bei der Abendveranstaltung am 29. Mai wird der musikalische Aspekt von TaKeTiNa hervorgehoben. Dazu sind Konzerte unter anderem mit Tania Bosak, Tupac Mantilla, Anna-Maria Weber und Reinhard Flatischler geplant.

- Am Sonntag, 30. Mai, klingt der Jubiläumsevent mit einem Netzwerk verschiedener TaKeTiNa Angebote und einer großen gemeinsamen Abschlusszeremonie aus.

**● TAKETINA – KOSTENLOS!**

*Workshoptage der Absolventen der 16. Ausbildung zum TaKeTiNa Rhythmuspädagogen*

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

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

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

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

Die genauen Prüfungszeiten (etwa in der Zeit zwischen 9. und 17.8.2021 in ZIST Penzberg sowie 23.10. und 29.10.2021 im Zentrum für Umwelt und Kultur in Benediktbeuern) erfahren Sie spätestens vier Wochen vor Workshopbeginn entweder auf unserer Webseite oder können im ZIST Büro telefonisch unter +49-8856-93690 erfragt werden.

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

**● POINT ZERO PAINTING – DIE KRAFT  
DER KREATIVEN FREIHEIT ERLEBEN**

Kathrin Franckenberg

Die Point Zero Methode ist eine einzigartige Methode der Selbsterkundung, die uns in jenen wilden, ungezähmten Raum in uns führt, wo es weder Regeln nach Beurteilungen gibt, wo und wir uns ganz lebendig und kreativ fühlen und das Mysterium unseres Lebens erkunden und ausdrücken können. Dies ist ein Workshop für jene, die nach Authentizität suchen und Kreativität zu einem Teil ihres Lebens machen wollen.

Im Point Zero Painting Workshop können Sie

- Ihre Schaffenskraft entdecken,
- die Freude spontanen Ausdrucks fühlen,
- lernen, Blockaden Ihrer Kreativität zu durchbrechen,
- Ihren eigenen, ursprünglichen Malstil entdecken,
- unnötige Verhaltensmuster fallen lassen,
- die lebendige Verbindung zwischen Ihnen und Ihrem Bild fühlen und
- Ihre Lebensgeister an ihrer Quelle erkunden.

Ihr Werk wird so ursprünglich und einzigartig ausfallen, wie Sie es sind. Der unbehinderte Fluss von Farben und Bildern wird Ihnen Heilung und Einsicht bringen. Es ist weder Vorerfahrung notwendig noch eine besondere Inspiration oder Begabung.

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

## DATEN &amp; PREISE

**TaKeTiNa – kostenlos!  
Circa Mo., 9.8., 18.30 h –  
Di., 17.8.21, 14.00 h**

Ort: ZIST Penzberg  
Anmeldung: ZIST Penzberg  
Nr. 210833

**Circa Sa., 23.10., 18.00 h –  
Fr., 29.10.21, 18.00 h**

Ort: Zentrum für Umwelt  
und Kultur, Zeilerweg 2,  
83671 Benediktbeuern  
Anmeldung: ZIST Penzberg  
Nr. 211040

Kursgebühr 0 €  
ohne Vollpension  
Einzelne Mahlzeiten (oder  
die Gästehauspauschale in  
ZIST) sind jeweils vor Ort  
zu bezahlen.

**Point Zero Painting –  
Die Kraft der kreativen  
Freiheit erleben**  
**Di., 10.8., 18.30 h –  
So., 15.8.21, 14.00 h**

Kursgebühr 680 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung: ZIST  
Penzberg Nr. 210831

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

\*\*siehe Seite 108

**Jubiläumsangebot für zertifizierte TaKeTiNa Rhythmuspädagogen**

Zertifizierte TaKeTiNa Rhythmuspädagogen sowie die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der derzeitigen Ausbildung in ZIST erhalten die Buchungsoption 2 zu einem Preis von 165 € (bitte bei Buchung angeben). Lassen Sie sich vom ZIST Büro oder vom TaKeTiNa Office ([office@taketina.com](mailto:office@taketina.com)) beraten.

## DATEN &amp; PREISE

**Singing Pool**  
Fr., 5.3., 18.30 h –  
Mo., 8.3.21, 14.00 h

Kursgebühr 395 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210330

**Schöpferisches  
Gestalten –  
ein Individuationsprozess**  
Fr., 19.2., 18.30 h –  
Mi., 24.2.21, 14.00 h

Kursgebühr 540 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210236

● **SINGING POOL**

Andreas Gerber und Karin Enz Gerber

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

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

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

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

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

● **SCHÖPFERISCHES GESTALTEN –  
EIN INDIVIDUATIONSPROZESS**

Offene Mal- und Zeichenwerkstatt  
Regine Helke

In diesem Kreativworkshop geht es um die tiefenpsychologisch fundierte kunsttherapeutische Begleitung des eigenen individuellen Weges. Die Mal- und Zeichenwerkstatt ist offen für Menschen, die Lust und Freude haben, sich mit ihren kreativen Kräften im bildnerischen Schaffen zum Ausdruck zu bringen.

In diesem Prozess können wir unbekannte Ressourcen entdecken und ausgestalten. Wir können den grafischen Ausdruck der Gefühle in den Linien, den Formen, dem eigenen Rhythmus und die Klänge in den Farben erfahren und darin eine eigene Bildsprache ausbilden. Das kann ein Weg zu sich selbst sein, durch den das Potential der Seelenbilder sichtbar wird und der die Sehnsucht, sich selbst zu entfalten und gestalterische Fähigkeiten zu entwickeln, wecken kann.

Die noch nicht vertrauten Tiefen der Seele sind mit dem Denken nicht erreichbar. Durch den bildhaften Ausdruck wird Unbewusstes mit den körperlichen und seelischen Sinnen sichtbar und erfahrbar. Für die Verarbeitung und Bewusstwerdung der in das Bild gebrachten Inhalte dient das dialogische Gespräch in der Bildbesprechung.

Das schöpferische Tun setzt kein künstlerisches Können voraus. Es braucht die Bereitschaft und die Einwilligung, sich auf das einzulassen, was aus unserem Inneren und notwendig zum Ausdruck drängt. In diesem bildnerischen Schaffen erspüren wir möglicherweise eine Antwort von uns selbst und erfahren die Verantwortung für unser Selbst.

## DATEN &amp; PREISE

**Dem Leben mehr  
Farbe geben**  
Fr., 5.11., 18.30 h –  
So., 7.11.21, 14.00 h

Kursgebühr 230 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 211137

**Klavierspüren,  
Kalligrafie und Tai Chi**  
Fr., 16.7., 18.30 h –  
So., 18.7.21, 14.00 h

Kursgebühr 230 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210733

● **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.

**neu** **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 Kalligrafiepinsel, 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 Entfaltungen spielen, 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.



\*\*siehe Seite 108



## DATEN &amp; PREISE

**Stimmiger Körper – verkörperte Stimme**  
**Mo., 19.7., 18.30 h – Fr., 23.7.21, 14.00 h**

Kursgebühr 645 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210732

**The Embodied Life Retreat**  
**February 25 – 28, 2021**  
**Thursday, 6.30 p.m. – Sunday, 2.00 p.m.**

Place, registration:  
ZIST Penzberg No. 210234

**July 8 – 11, 2021**  
**Thursday, 6.30 p.m. – Sunday, 2.00 p.m.**

Place, registration:  
ZIST Penzberg No. 210730

Fee per workshop 425 €,  
plus room and board\*\*.

**Präsenz im Dialog**  
**Fr., 7.5., 16.30 h – So., 9.5.21, 14.00 h**

Kursgebühr 290 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210535

**● 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 Teilnehmerinnen und Teilnehmer

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

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

Russell Delman and Linda Evans Delman

Please see description on page 25.

**● PRÄSENZ IM DIALOG**

Freeman Dhority und Steffi Dobkowitz

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

Martin Buber

Der Dialog-Prozess ist ein potentes Instrument für Erkenntnis und Transformation. Um diese Qualitäten des Dialogs in unserem Workshop zu erleben, brauchen wir Bewusstheit und Präsenz. Wir werden unterschiedliche Übungen zur Verankerung von Präsenz anbieten und in den Plenumsdialogen, Kleingruppen als auch in Zeiten der Stille praktizieren.

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

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

## DATEN &amp; PREISE

**The Practice of Welcoming**  
**Di., 2.11., 18.30 h – So., 7.11.21, 14.00 h**

Kursgebühr 660 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 211130

**● THE PRACTICE OF WELCOMING**

*Eine Einführung in die iRest Meditationspraxis*  
Nöle Giuliani

*iRest* ist eine fundierte, auf weitreichenden Forschungsergebnissen beruhende Meditationspraxis, die von Richard Miller, Ph.D., USA, entwickelt wurde. Aufbauend auf der Nicht-Dualen Tradition ist sie eine alltagstaugliche Übungspraxis, eine Synthese aus Elementen der Achtsamkeitspraxis, aktuellen Erkenntnissen der Neurowissenschaft und therapeutisch wirksamen Anwendungen. Die Meditationspraxis hat sich erfolgreich bewährt unter anderem bei der Linderung von Stress, Burnout, chronischen Schmerzen, Angstzuständen, Schlaflosigkeit, Depression, PTBS, Suchtverhalten und *compassion fatigue* in psychosozialen Berufen. Sie eignet sich hervorragend als persönliche Praxis und kann höchst wirksam therapiebegleitend angewendet werden.

Neben geführten Meditationen und Dyadenarbeit (einer wertungsfreien und achtsamen Art der Selbstwahrnehmung und Kommunikation) sind das *Körper-Spüren* und das *Atem-Spüren* Teil dieses Workshops, um auf spielerische Weise tief in das Empfinden einzutauchen. Wir erforschen wie Abenteurer die verschiedenen Identifikationsebenen unserer Persönlichkeit. Wir üben, uns von den Deutungen und Bewertungen unserer Wahrnehmungen und den mit ihnen verbundenen Reaktionen zu lösen. Der

bewusste Perspektivenwechsel kann uns die unendliche Weite des reinen Seins eröffnen. Unsere Beziehungsfähigkeit zu uns selbst, zu anderen und der Welt offenbart sich als ein unmittelbares Erfahren von Geborgenheit und Ungetrennt-Sein.

Besondere Aufmerksamkeit schenken wir dabei der Unterstützung der Verwirklichung unseres Potentials im Alltag. Wir begleiten einander als *sacred mirror* (Heiliger Spiegel) und widmen uns dem bedingungslosen Willkommen-Heißen von Wahrnehmungen – Empfindungen, Gefühlen, Emotionen, Gedanken und Grundüberzeugungen – nicht nur in unserem Gegenüber, sondern auch in uns selbst. Das Beschreiben, Auspacken und Würdigen dieser Schätze ohne persönliche Stellungnahme bewirkt ein unmittelbares Erleben der Nicht-Identifikation mit seiner befreienden Wirkung.

Mehr Informationen: [www.irest.org](http://www.irest.org),  
[www.thepracticeofwelcoming.de](http://www.thepracticeofwelcoming.de)



\*\*siehe Seite 108

## DATEN &amp; PREISE

**The Art of Meditation and Self Inquiry**  
January 29 – 31, 2021  
Friday, 6.30 p.m. – Sunday, 2.00 p.m.

Fee 295 €, plus room and board\*\*.  
Place, registration:  
ZIST Penzberg No. 210132

**Frauen meditieren anders**  
Fr., 5.3., 18.30 h – Mo., 8.3.21, 14.00 h

Kursgebühr 395 € zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210334

**Dem Tod neu begegnen – Abschied und Bestatten als Tor zum Leben**  
Fr., 5.11., 18.30 h – So., 7.11.21, 14.00 h

Kursgebühr 235 € zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 211136

● **THE ART OF MEDITATION AND SELF INQUIRY**

Susannah Grover  
Assistence and TaKeTiNa: Esther Diethelm

Course language English  
(Bei Bedarf kann übersetzt werden)

The art of meditation is a way of bringing ourselves increasingly more in touch with reality. We are conditioned by surface life such that we tend to confuse symbolic representation as if it is reality, just as we confuse our self-image with our true self. Reality, however, is not a concept. Reality can only be known through direct experience. The more we clarify our experience, the more we arrive in deeper truth, deeper Reality. Meditation supports us to relax mental constructions and return to a sense of true connection with our deeper self and, ultimately, with all of life. Self inquiry is a practice which assists us to clarify our direct experience and come to ever deeper truth. We get in touch with the deeper knowing already present in ourselves. Meditation and self inquiry, along with some other practices we will learn, all work together and enhance our ability to find a quiescence and peacefulness, as an antidote to the rushed and stressful demands of our lives.

In addition to meditation and self-inquiry practices, we will include TaKeTiNa, a rhythmical movement and awareness practice. TaKeTiNa is a musical process that supports us to come in resonance with our intuitive and creative potential. A wonderful form of body work that allows us to be in resonance via the regulating, harmonizing and transforming power of rhythm. Led by Esther Diethelm, whose offerings have been an integral part of the ZIST Academy for years.

Our explorations will have profoundly positive psychological, spiritual and health implications, for ourselves and for the clients of any practitioners in attendance. This weekend workshop will address many levels and facets of experiential practice and will become the basis for exploring more advanced psychotherapeutic and spiritual trainings for those wishing to continue the process in future workshops.

● **FRAUEN MEDITIEREN ANDERS**

*Bewusstseitsentwicklung 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 harmonisieren, oftmals besser ansprechen. Sie fühlen sich am wohlsten, wenn das meditative Vorgehen mit ihrem Körper resoniert und ihr Nervensystem sich auf natürliche Weise beruhigen kann. Erst dann darf es im Zentrum des Organismus still werden. Der *Zustand der Meditation* als Erfahrung der Stille und Nicht-Identifikation wird eingeladen. Darüber hinaus ergibt sich ein feminines Vorgehen in der Meditationspraxis aus dem aktuellen Hormonhaushalt der Frau. Da sie sich in einem ständigen hormonellen Wechsel befindet, wirkt sich das auch auf ihre meditativen Bedürfnisse aus: Diese variieren nicht nur vor, während oder nach der Menstruation, sondern auch während der Schwangerschaft oder in den Wechseljahren.

In diesem erfahrungsreichen Kurs erhalten Sie eine praktische Einführung in die Grundlagen femininen Meditierens. Durch die Anwendung körperaffiner Bewusstseits- und Meditationstechniken finden Sie heraus, wie die Innenschau im Einklang mit den Qualitäten Ihres Körpers funktioniert. Gleichzeitig können Sie die Tage der Einkerkehr nutzen, um ein für Sie bedeutsames aktuelles Thema aus einer inneren Perspektive heraus zu beleuchten. Im Kreise interessierter Frauen finden Sie Zeit zur Selbstreflexion.

Literatur  
Katrin Jonas  
*Nackt. Das Körper-Versöhnbuch für Frauen*, Innenwelt Verlag, 2019;  
*Der Weg des Wassers. Frauen meditieren anders*, Innenwelt Verlag, 2018;  
*Meditation heilt. Schmerzfrei in ein neues Leben*, Verlag Via Nova, 2017;  
*Schmerzfrei ohne Medikamente. Meditation und Körperbewusstsein*, Verlag Via Nova, 2017;  
*Die bewegte Frau. Vom Bewegen sollen zum Bewegen wollen*, Innenwelt Verlag 2020.

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

Susanne Kraft und Michael Kraft

Beschreibung siehe Seite 14.

## DATEN &amp; PREISE

**Grof Breathwork – Das Abenteuer der Selbstentdeckung und die Kunst der Integration**  
Fr., 18.6., 18.30 h – Di., 22.6.21, 14.00 h

Kursgebühr 515 € zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210632

**Schamanismus der Huichol Indianer**  
Fr., 26.3., 18.30 h – Mi., 31.3.21, 14.00 h  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210332

**Di., 26.10., 18.30 h – So., 31.10.21, 14.00 h**  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 211031

Kursgebühr je Workshop 610 € zuzüglich Vollpension\*\*

● **GROF BREATHWORK – DAS ABENTEUER DER SELBSTENTDECKUNG UND DIE KUNST DER INTEGRATION**  
Viktoria Luchetti und Gilberto Mercado

Beschreibung siehe Seite 16.

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

Kurssprache Englisch mit Übersetzung

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

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

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

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

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

Kinder sind willkommen.



## DATEN &amp; PREISE

**Ongoing Inquiry**  
February 7 – 11, 2021  
Sunday, 6.30 p.m. –  
Thursday, 2.00 p.m.

Fee 510 €,  
plus room and board\*\*.  
Place, registration:  
ZIST Penzberg No. 210232

**Autonomie – Treue zum  
Wesen und Entfaltung  
von Eigenart\***  
Termine:

**Beginn jeweils 18.30 h,  
Ende 14.00 h**  
(Geschlossene  
Gruppe, Workshops  
können nicht einzeln  
gebucht werden.)

**Fr. 30.7. – Mi. 4.8.21  
Di., 4.1. – So., 9.1.22  
Fr., 26.8. – Mi., 31.8.22  
Di., 3.1. – So., 8.1.23  
So., 27.8. – Fr., 1.9.23**

**Letzter Termin  
noch in Planung.**  
Terminänderungen ab dem  
Jahre 2022 sind möglich.

Kursgebühr je  
Workshop 540 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 62.21

### ONGOING INQUIRY

Jeanne Rosenblum

Course language English

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

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

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

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

### AUTONOMIE – TREUE ZUM WESEN UND ENTFALTUNG VON EIGENART\*

Wolf Büntig und Gertraud Eder-Büntig

3 Jahre, 2 x 5 Tage pro Jahr

Diese geschlossene fortlaufende Selbsterfahrungsgruppe zur persönlichen und beruflichen Fortbildung wurde eingerichtet für Personen, die – getragen und gehalten von einer vertrauten Gruppe von gleichbleibender Zusammensetzung – mit ihrer Selbsterkundung in die Tiefe gehen und ihre Entfaltung als Person bewusst gestalten wollen.

Für die Entwicklung einer Persönlichkeit mit ihrem fixierten Ich-Bewusstsein zahlen wir meist einen hohen Preis in Form von

- Anpassung an überholte Normen (Über-Ich),
- Reaktionen der Kinderseele, die an Groll und Anspruch festhält, vergangenes Leid noch heute abwehrt und auf gegenwärtige Beziehungen überträgt (Regression),
- Einschränkung in Wahrnehmung, Fühlen, Denken und Handeln (Fixierung),
- Mangelbewusstsein, Minderwertigkeitsideen, Schuldgefühle, Perfektionismus, Selbstüberschätzung und Selbstüberforderung (Selbstideal) sowie
- Sehnsucht nach etwas ganz anderem (Abwehr).

Die Gruppe bietet Gelegenheit zur kontinuierlichen Arbeit an den Charakterfixierungen und systemischen Verstrickungen, durch die wir uns selbst fremd werden und uns von anderen fern halten in den unterschiedlichen Rollen der Besonderen – der besonders Guten oder Bösen, Großartigen oder Minderwertigen, Gescheiterten oder Dummen, Bevorzugten oder Benachteiligten und so weiter.

Am Vormittag hilft Gertraud Eder-Büntig mit Einführungen, Wahrnehmungs- und Imaginationsübungen, Malen und strukturierter Kommunikation, an der Oberfläche Verkrustetes und in der Tiefe Begrabenes in Fluss zu bringen.

Am Nachmittag unterstützt Wolf Büntig mit Übungen zur Selbsterkundung, Familienstellen und Einzelarbeit in der Gruppe die Entdeckung und Entfaltung jener persönlichen Weise des Daseins, in der wir uns unserer Natur entsprechend in Ordnung fühlen und sein lassen können.

Ziel ist die bewusste Teilnahme am Prozess der Reifung von der fremdbestimmten Persönlichkeit zur autonomen Person, die ihre eigene Weise Mensch zu sein wahr nimmt und im Alltag lebt.



## DATEN &amp; PREISE

### DAS KLAUSURPROGRAMM ALLTAG ALS ÜBUNG

N. N.

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

Karlfried Graf Dürckheim

Das Klausurprogramm *Alltag als Übung* wurde eingerichtet für Menschen, die eine Auszeit brauchen. Es bietet eine Zeit der Besinnung, der Übung des Selbstmanagement und der Achtsamkeit im alltäglichen Tun sowie der begleiteten Selbsterfahrung. In unserem Klausurprogramm können Sie Raum finden dabei,

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

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

#### Meditation

Am Morgen vor dem Frühstück besteht die Möglichkeit, sich gemeinsam mit anderen Gästen von ZIST in der Meditation (Stilles Sitzen) zu sammeln.

#### Selbsterfahrung

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

#### Arbeit

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

#### Teilnahmebedingungen

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

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

#### Kosten

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

#### MITARBEITENDER GAST

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

An den morgendlichen Meditationen kann selbstverständlich teilgenommen werden.

Bei Interesse wenden Sie sich bitte ans ZIST Büro.

#### Termine 2021

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

\*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

\*\*siehe Seite 108



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
- Weiterbildung | Vorankündigung 2022

40  
47  
56  
63

## DATEN &amp; PREISE

**Welche Form(en) der Psychotherapie können echte Bewusstseinsveränderungen konsistent unterstützen?\***  
**Di., 14.12., 18.30 h – So., 19.12.21, 14.00 h**

Kursgebühr 595 € zuzüglich Vollpension\*\*  
 Ort/Anmeldung:  
 ZIST Penzberg Nr. 211231

**Der allein gebliebene Zwilling Fr., 21.5., 18.30 h – So., 23.5.21, 14.00 h**

Kursgebühr 335 € zuzüglich Vollpension\*\*  
 Ort/Anmeldung:  
 ZIST Penzberg Nr. 210531

**Sich sein lassen\* Mo., 15.2., 18.30 h – Fr., 19.2.21, 14.00 h**

Kursgebühr 495 € zuzüglich Vollpension\*\*  
 Ort/Anmeldung:  
 ZIST Penzberg Nr. 210233

**neu WELCHE FORM(EN) DER PSYCHOTHERAPIE KÖNNEN ECHTE BEWUSSTSEINSVERÄNDERUNGEN KONSISTENT UNTERSTÜTZEN?\***

*Postgraduate Training für approbierte Psychotherapeuten (m/w/d) und für PiA nach der Zwischenprüfung sowie Heilpraktiker (m/w/d) begrenzt auf das Gebiet der Psychotherapie*  
 Hunter Beaumont

COVID-19 hat die Fragilität der Beziehung zwischen *The Industrialized World* des Homo sapiens und der Erde exponiert. Unser Umgang mit der Erde und der Natur ist nicht auf Dauer haltbar. Massive Änderungen der Wirtschaft und politischen Struktur stehen an, wenn wir als Spezies überleben wollen.

Aber wie sollen sie gelingen? Alle Ansätze, die mit *wir müssen, wir sollten* anfangen, übersehen die Tatsache, dass *Über-Ich*-motivierte Verhaltensänderungen Spaltungen des Bewusstseins verstärken und nicht ausreichen, um konsistente Veränderungen zu bewirken.

Wer sich mit der Literatur des Klimawechsels und der wachsenden Konzentration des Reichtums auf immer weniger Menschen auseinandersetzt, kann sehr leicht von der Ernsthaftigkeit der Lage überwältigt und passiv werden. Es gibt neben allem Pessimismus dennoch Grund zur Hoffnung.

Dieser Workshop beschäftigt sich mit der Frage: Welche Form(en) der Psychotherapie unterstützen echte Bewusstseinsveränderungen?

**● DER ALLEIN GEBLIEBENE ZWILLING**

Peter Bourquin

Beschreibung siehe Seite 12.

**● SICH SEIN LASSEN\***

Wolf Büntig  
 N. N. und N. N.: TaKeTiNa

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

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

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

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

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

Die Körperbewusstseinsarbeit TaKeTiNa (Flatschler) ist ein untrügerischer Spiegel für die Gewohnheiten in Wahrnehmung, Fühlen, Denken und Handeln, mit denen wir Sein mit Schein verwechseln.

## DATEN &amp; PREISE

**Phönix aus der Asche\***  
**Sa., 27.3., 18.30 h – Mi., 31.3.21, 14.00 h**

Kursgebühr 495 € zuzüglich Vollpension\*\*  
 Ort/Anmeldung:  
 ZIST Penzberg Nr. 210333

**Vater – wo bist du?\***  
**So., 9.5., 18.30 h – Do., 13.5.21, 14.00 h**

Kursgebühr 495 € zuzüglich Vollpension\*\*  
 Ort/Anmeldung:  
 ZIST Penzberg Nr. 210536

**● PHÖNIX AUS DER ASCHE\***

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

Wolf Büntig  
 N.. N. und N.. N.: TaKeTiNa

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

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

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

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

**● VATER – WO BIST DU?\***

Wolf Büntig  
 N. N. und N. N.: TaKeTiNa

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

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

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

\*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.  
 \*\*siehe Seite 108

## DATEN &amp; PREISE

**Musikalische Gruppenleitung für Therapeutinnen und Therapeuten**  
Fr., 15.1., 18.30 h – Mo., 18.1.21, 14.00 h

Kursgebühr 335 € zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210133

**Trauma, Illusion und Spiritualität – Aufstellungsarbeit mit traumatischen Erinnerungen**  
Fr., 5.3., 18.30 h – Mo., 8.3.21, 14.00 h

Kursgebühr 400 € zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210353

**The Practice of Welcoming**  
Di., 2.11., 18.30 h – So., 7.11.21, 14.00 h

Kursgebühr 660 € zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 211130

**Freier Fluss für einen freien Kopf – mit indischer Kopfmassage**  
Fr., 27.8., 18.30 h – So., 29.8.21, 14.00 h

Kursgebühr 250 € zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210832

● **MUSIKALISCHE GRUPPENLEITUNG FÜR THERAPEUTINNEN UND THERAPEUTEN**

Sabine Bundschu

Diese Fortbildung richtet sich an Therapeutinnen und Therapeuten, die gemeinsames Musizieren in ihre Therapie integrieren möchten.

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

Musik kann als nonverbales Therapeutikum die Seele berühren, wo Worte fehlen. Mit einfach zu lernenden Mitteln, wie Body Percussion, Rahmentrommeln und Stimme, gibt es auch jenseits von großem Instrumentarium die Möglichkeit, gemeinsam einen Raum zu kreieren und eigene Themen zu entdecken.

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

Falls vorhanden, bitte eigene Instrumente mitbringen.

● **TRAUMA, ILLUSION UND SPIRITUALITÄT – AUFSTELLUNGSARBEIT MIT TRAUMATISCHEN ERINNERUNGEN**

Thomas Geßner

Beschreibung siehe Seite 51.

● **THE PRACTICE OF WELCOMING**

Eine Einführung in die iRest Meditationspraxis  
Nöle Giuliani

Beschreibung siehe Seite 26, 33.

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

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

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

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

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

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

## DATEN &amp; PREISE

**SOMA Embodiment – Workshop zur Einführung\***  
Fr., 18.6., 18.30 h – Di., 22.6.21, 14.00 h

Kursgebühr 710 € zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210630

**SOMA Embodiment – Introductory Workshop**  
June 18 – 22, 2021  
Friday, 6.30 p.m. – Tuesday, 2.00 p.m.

Fee 710 €, plus room and board\*\*. Place, registration:  
ZIST Penzberg No. 210630

**neu SOMA EMBODIMENT – WORKSHOP ZUR EINFÜHRUNG\***

Auch als Voraussetzung zur Teilnahme am SOMA Embodiment Training  
Sonia Gomes

Kursprache Englisch mit Übersetzung

Als Somatic Experiencing Practitioner und als Trauma-Therapeutinnen und -Therapeuten müssen wir bestimmte Fähigkeiten entwickeln, um unsere Klientinnen und Klienten dabei unterstützen zu können, ihre Erfahrungen zu halten und den Teil des Nervensystems zu integrieren, den das Erinnerungsvermögen in einer Lebensphase, in der die Klientinnen und Klienten ihre Plastizität (flexible, adaptierende Fähigkeit, sich von Stress oder Verletzung zu erholen) verloren haben, nicht vervollständigen konnte.

Wenn sich das Trauma erst einmal festgesetzt hat, ist der Körper nicht mehr erreichbar und es kommt zur Dissoziation. Wir müssen einen Zugang zum Erinnerungsvermögen finden, in dem Klientinnen und Klienten in das gewohnheitsmäßige Muster des Überlebensinstinkts eingebunden sind, um sie so unterstützen können, ihren Körper, ihren Geist und ihr Gehirn einen Ausweg finden zu lassen.

**Das grundlegende Konzept von SOMA Embodiment**

In jeder Art von Trauma kommt es zu einem Bruch der sensomotorischen Koordination. Dies kann auf jeder Stufe der menschlichen Entwicklung geschehen. Der Körper muss, bevor das emotionale Trauma neu verhandelt werden kann, zu physischer Stabilität finden.

SOMA Embodiment Practitioner unterstützen ihre Klientinnen und Klienten darin, neu durch das Trauma zu navigieren, indem sie mit ihnen Aufmerksamkeit auf das soziale Nervensystem (Porges) richten und alte Bewegungsmuster neu betrachten (Godard, Rolf). So können sie die Klientinnen und Klienten darin unterstützen, physische Stabilität, Wahrnehmung und Propriozeption wieder herzustellen. Practitioner titrieren die Freisetzung gebundener Traumaenergien und -muster, um die physiologische Funktion, Orientierung und Belastbarkeit der Klientin/des Klienten zu verbessern (Levine). Dies spiegelt sich dann in einer größeren Fähigkeit zu persönlicher Handlungsfähigkeit, angemessener Beziehung, zu Leichtigkeit und Freude wieder.

Das von Dr. Sonia Gomes entwickelte SOMA Embodiment Training bietet diagnostische Fähigkeiten, Berührungs- und Bewegungstechniken sowie ein haptisches Gewahrwerden, um Klientinnen und Klienten darin zu unterstützen, emotionale

und Entwicklungs- und Schock-Traumata zu transformieren. Es beinhaltet technische Aspekte der Strukturellen Integration von Dr. Ida Rolf sowie die Tonische Funktions- und Bewegungsanalyse von Hubert Godard. Weiterhin ist der SOMA-Ansatz mit dem psycho-physiologischem Verständnis von Trauma von Dr. Peter Levine durchzogen sowie durch die Polyvagal Theorie von Dr. Stephen Porges und die Beiträge der von Dr. James Gibson entwickelten, Ökologischen Psychologie gestützt. Ansätze von Henri Wallon, Donald Winnicott und André Bullinger ergänzen das Programm.

Zielgruppe  
Somatic Experiencing Studentinnen und Studenten, Somatic Experiencing Practitioner oder andere Fachleute, die mit Trauma arbeiten.

**neu SOMA EMBODIMENT – INTRODUCTORY WORKSHOP**

Qualifying to participate in SOMA Embodiment Training  
Sonia Gomes

Course language English with German translation

As Somatic Experiencing Practitioners and/or as Trauma Therapists, we need to develop certain skills to help our clients to contain their experiences and to integrate that part of the nervous system that the memory could not complete in a phase of life where clients have lost their plasticity (flexible, adaptable ability to recover from stress or damage).

Once the trauma has become ingrained, the body is no longer accessible and dissociation occurs. We need to find an approach to memory in which clients are involved in the habitual pattern of survival instinct to help them let their body, mind and brain find a way out.

**The basic concept of SOMA Embodiment**

In any kind of trauma, there is a break in sensorimotor coordination. This can happen at any stage of human development. The body must find physical stability before the emotional trauma can be renegotiated.

SOMA Embodiment Practitioners support their clients to navigate through the trauma in a new way by focusing attention on the social nervous system (Porges) and looking at habitual movement patterns in a new way (Godard, Rolf). In this way they can help clients to restore physical stability, perception and proprioception. Practitioners titrate the release of bound trauma energies and patterns to improve the client's physiological func-

\*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.  
\*\*siehe Seite 108

## DATEN &amp; PREISE

**NIG Master  
Im Bilde sein**

**Modul 2  
(Silke Humez) – online**  
Sa., 6.2. – So., 7.2.21  
jeweils 9.00 h – 12.30 h  
und 14.00 h – 17.00 h

Kursgebühr 260 €  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210231

**Modul 1  
(Barbara Innecken)**  
Fr., 9.4., 18.30 h –  
So., 11.4.21, 14.00 h

Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210430

**Modul 3  
(Barbara Innecken)**  
Fr., 24.9., 18.30 h –  
So., 26.9.21, 14.00 h

Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210931

**Modul 4  
(Barbara Innecken)**  
Fr., 19.11., 18.30 h –  
So., 21.11.21, 14.00 h

Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 211133

Kursgebühr je  
Workshop 300 €  
zuzüglich Vollpension \*\*

**Traumatherapeutische  
Grundlagen für die  
Aufstellungsarbeit im  
Einzelsetting mithilfe des  
Neuro-Imaginativen  
Gestaltens (NIG)**  
Fr., 24.9., 18.30 h –  
So., 26.9.21, 14.00 h

Kursgebühr 290 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210953

tion, orientation and resilience (Levine). This is then reflected in a greater capacity for personal action, appropriate relationship, ease and joy.

The SOMA Embodiment Training developed by Sonia Gomes, Ph.D., offers diagnostic skills, touch and movement techniques and haptic awareness to help clients transform emotional and developmental trauma and shock. It includes technical aspects of structural integration by Dr. Ida Rolf, as well as tonic function and movement analysis by Hubert Godard. Furthermore, the SOMA approach is interwoven with the psycho-physiological understanding of trauma by Dr. Peter Levine and supported by the Polyvagal Theory of Dr. Stephen Porges and the contributions of ecological psychology developed by Dr. James Gibson. Approaches by Henri Wallon, Donald Winnicott and André Bullinger complement the program.

Target group  
Somatic Experiencing Students, Somatic Experiencing Practitioners and other professionals who work with trauma.

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

Barbara Innecken, Silke Humez

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

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

Beschreibung siehe Seite 53.

● **TRAUMATHERAPEUTISCHE  
GRUNDLAGEN FÜR DIE  
AUFSTELLUNGSARBEIT IM  
EINZELSETTING MITHILFE  
DES NEURO-IMAGINATIVEN  
GESTALTENS (NIG)**

Barbara Innecken

Beschreibung siehe Seite 51.



## DATEN &amp; PREISE

**Kontakt- und  
Bindungsfähigkeit**  
Fr., 9.4., 18.30 h –  
So., 11.4.21, 14.00 h

Kursgebühr 270 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210433

**Grenzen in der  
sozialen Interaktion**  
Fr., 10.9., 18.30 h –  
So., 12.9.21, 14.00 h

Kursgebühr 270 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210932

**Erforschung  
der Innenwelt**  
Do., 13.5., 18.30 h –  
So., 16.5.21, 14.00 h

Kursgebühr 385 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210534

**Frei werden für  
Beziehung und  
gelebte Sexualität**  
Do., 22.4., 18.30 h –  
So., 25.4.21, 14.00 h

Kursgebühr 385 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210431

**Zapchen somatics**  
So., 31.10., 18.30 h –  
Di., 2.11.21, 14.00 h

Kursgebühr 240 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 211033

\*Anerkennung von  
Fortbildungspunkten  
wird beantragt.  
\*\*siehe Seite 108

**neu KONTAKT- UND  
BINDUNGSFÄHIGKEIT**

Ein Einführungsworkshop in die  
Bodydynamic Arbeit

Michael Rupp

Beschreibung siehe Seite 18.

**neu GRENZEN IN DER SOZIALEN  
INTERAKTION**

Ein Einführungsworkshop in die  
Bodydynamic Arbeit

Michael Rupp

Beschreibung siehe Seite 19.

● **ERFORSCHUNG DER INNENWELT**

Systemische Therapie mit der inneren Familie

Irmgard Schmelcher-Haimerl

Beschreibung siehe Seite 19.

● **FREI WERDEN FÜR BEZIEHUNG  
UND GELEBTE SEXUALITÄT**

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

Ingo Vauk

Beschreibung siehe Seite 23.

● **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

## DATEN &amp; PREISE

**Emotionales Lernen –  
Körper und Seele  
im Dialog\***  
So., 27.6., 18.30 h –  
Mi., 30.6.21, 14.00 h

Kursgebühr 365 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210631

● **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 &amp; PREISE

● **POTENTIALORIENTIERTE  
PSYCHOLOGIE IN DER  
MENSCHENFÜHRUNG**

*Berufliche und persönliche Fortbildung  
in tiefenpsychologisch fundierter  
Potentialentfaltung*  
Wolf Büntig

Fortbildung für Menschen, die in ihren Berufen andere Menschen führen und auf der Grundlage von wachsendem Selbstverständnis Menschenkenntnis gewinnen wollen.

Potentialorientierte Psychologie integriert die Menschenbilder konkurrierender Schulen zu einer zeitgemäßen Orientierung.

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

Die Psychoanalyse Sigmund Freuds und seiner Nachfolger erkennt

- das Unbewusste als Triebkraft für menschlicher Motivation,
  - die Verdrängung schmerzlicher und beschämender Bewusstseinsinhalte,
  - die Entwicklung eines idealisierten Selbstbildes durch Anpassung in der frühen Kindheit,
  - die Abwehr von Impulsen, die das Ich-Ideal gefährden könnten,
  - das Wegdrücken (die Depression) von Empfindungen, Gefühlen und Emotionen,
  - die Übertragung frühkindlicher Beziehungserfahrungen auf die Beziehungen der Gegenwart und
  - den Widerstand gegen Veränderung – auch gegen Verbesserung –
- und bemüht sich um Überwindung der Bindung an die Vergangenheit durch Introspektion, Reflexion und begriffliches Verständnis.

Humanistische Psychologie postuliert

- das menschliche Potential – die Begabung zur umfassenden Menschlichkeit – in den Bereichen Da-Sein (Existenz), Dabei-Sein (Zugehörigkeit), Jemand-Sein (Persönlichkeit) und Selbst-Sein (Person) (Abraham Maslow),
- die spezifisch menschliche Tendenz, über die Erfüllung der Grundbedürfnisse hinaus als *höheren oder Meta-Bedürfnisse* erlebte Begabungen (Abraham Maslow) – wie Wahrheitsliebe, Ästhetik, Güte, Kreativität, Humor, Intention, Wille, Werte, Dienst an der Gemeinschaft und Hingabe an Leben und Sterben – im Prozess der *Selbstverwirklichung* (Carl Rogers) zu entfalten, sowie
- Bereitschaft zu Transzendenzerfahrung als Merkmal menschlicher Gesundheit (Maslow).

Moderne Hirnforschung bestätigt alle drei Richtungen: Viel von unserem Verhalten ist Reflexgeschehen; unsere Motivation ist uns meist nicht bewusst, wir verleugnen und verdrängen, was war, und wehren uns gegen Veränderung – und wir können über uns hinauswachsen.

In dieser Serie erforschen wir experimentell die Integration der vier genannten Facetten des Seins als Grundlage einer auf Potentialentfaltung ausgerichteten Menschenführung in Impulsreferaten, Übungen in Kleingruppen und Erfahrungsaustausch im Plenum.

In der täglichen Rhythmischen Körper-Bewusstseinsarbeit TakeTiNa (Reinhard Flatischler) können wir auf spielerische Weise erkunden, wie wir uns für die Entfaltung unseres Potentials verschließen, oder über die Erfahrung von Gelöstheit, Durchlässigkeit, Getragensein lernen, uns für Vertrauen in den Fluss des Lebens und Lebensfreude zu öffnen.

Die Workshops können einzeln zur jeweils angegebenen Kursgebühr gebucht werden. Beim vierten Workshop dieser Serie gewähren wir nachträglich 5 % Ermäßigung auf die Kursgebühr aller vier Workshops.

\*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.  
\*\*siehe Seite 108



## DATEN &amp; PREISE

**Das menschliche Potential und seine Entfaltung\***  
**So., 14.3., 18.30 h – Fr., 19.3.21, 14.00 h**

Kursgebühr 600 € zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210355

**Augenhöhe\***  
**Do., 22.4., 18.30 h – Di., 27.4.21, 14.00 h**

Kursgebühr 600 € zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210455

**● DAS MENSCHLICHE POTENTIAL UND SEINE ENTFALTUNG\***

Wolf Büntig  
N. N. und N. N.: TaKeTiNa

Das menschliche Potential

- ist von Natur als Inbild mit Instinktcharakter gegeben,
- wird an einem Vorbild als wertvoll erkannt,
- als Bedürfnis, Notwendigkeit und Auftrag erlebt und
- in Abhängigkeit von den verfügbaren Ressourcen
- durch Übung im Alltag verwirklicht.

Erlebe ich mein Selbstbild als stimmig oder nur richtig in den Augen anderer? Welche Vorbilder haben mich zu persönlicher Entfaltung angeregt? Was brauche ich und was braucht mich? Wie bereit bin ich, aus Fehlern zu lernen? Was steht mir in der Welt zur Verfügung? Was bin ich bereit einzusetzen für die Gestaltung eines erfüllten Lebens?

Mit diesen und anderen Fragen zum Umgang mit Entwicklungsmöglichkeiten können und werden wir uns beschäftigen.

**neu AUGENHÖHE\***

Wolf Büntig  
N. N. und N. N.: TaKeTiNa

*Wenn die Therapeutin nicht bereit ist, ihr Selbst authentisch in die Beziehung einzubringen, wird die Patientin vielleicht analysiert, doch letztlich nicht gefunden worden sein.*

Martha Stark: Modes of Therapeutic Action

Psychodynamische Psychotherapie dient nicht nur der Einsicht in die strukturellen innerpsychischen Konflikte dank der Deutung der sexuellen und aggressiven Impulse des Patienten durch den Analytiker alter Schule und auch nicht allein dem Ausgleich struktureller Defizite durch Versorgung des Patienten mit guten Selbst- und Objekt-Beziehungserfahrungen. Bei beiden Verfahren macht der Therapeut bei Vermeidung persönlicher Begegnung etwas mit dem Objekt Patient und gestaltet so mit ihm – im Sinne Martin Bubers – eine Ich-Es-Beziehung.

Sandor Ferenczis Plädoyer für ein größeres persönliches Engagement des Psychoanalytikers führte im Verlauf von bald hundert Jahren – über H. S. Sullivan, K. Horney, F. Perls, D. Stolorow, S. Mitchell, M. Stark und anderen – zur intersubjektiven Wende in der Psychoanalyse. Dabei lässt sich der Therapeut möglichst authentisch, kongruent und respektvoll (C. Rogers) als Mitmensch mit eigener Lebensgeschichte auf eine Ich-Du-Beziehung auf Augenhöhe mit seinem Patienten ein.

Im Workshop erkunden wir einerseits, wie wir uns zur Wahrung unseres Status als wissende Fachperson, zur Stabilisierung unserer Selbst-Ideale und zum Schutz vor Kränkungen gegen die Nivellierung der professionellen Asymmetrie wehren; und andererseits, wie wir *die unerträgliche Leichtigkeit des Seins* (Milan Kundera) in der Beziehung zu den Menschen, die sich unserer Führung und Begleitung anvertrauen, ertragen lernen können, um sie nicht nur fachlich richtig, sondern auch persönlich stimmig zu gestalten.

## DATEN &amp; PREISE

**Sucht\***  
**So., 25.7., 18.30 h – Fr., 30.7.21, 14.00 h**

Kursgebühr 600 € zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210755

**Gesunde Aggression, Destruktivität und Depression\***  
**So., 5.12., 18.30 h – Fr., 10.12.21, 14.00 h**

Kursgebühr 600 € zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 211255

Die Serie wird in den nächsten Jahren fortgesetzt mit neuen Themen.

**● SUCHT\***

*Der vergebliche Versuch, ein wesentliches Bedürfnis mit Ersatz zu stillen*  
Wolf Büntig  
N. N. und N. N.: TaKeTiNa

Sucht (altdeutsch: *suht*) bedeutet das Leiden an einer Krankheit. Im heutigen Sprachgebrauch verstehen wir Sucht als ein krankhaftes, weil vergebliches Verlangen. Sucht ist eine normale Begleiterscheinung der Entfremdung des zivilisierten Menschen von seiner wesentlichen Natur. So ist auch die Sehnsucht eine Krankheit – das Leiden daran, woanders sein zu wollen, als da, wo wir sind, und nicht zu wissen, wie wir dorthin gelangen können.

Allen Süchten ist gemeinsam, dass das Suchtmittel – ob Zucker, Nikotin oder Heroin; ob Grübeln, Schnatzen, Fernsehen, Arbeit oder Sex – das wesensgemäße Verlangen nicht stillen kann. Deshalb muss die Dosis, die aufgewendet werden muss, um – immer nur vorübergehend – den ersehnten Zustand vorzutauschen, fortwährend erhöht werden.

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

**● GESUNDE AGGRESSION, DESTRUKTIVITÄT UND DEPRESSION\***

Wolf Büntig  
N. N. und N. N.: TaKeTiNa

Aggression – von lat. *aggredi*: entgegengehen, angreifen – bedeutet im allgemeinen Sprachgebrauch eine feindselige, destruktive Verhaltensweise, zu deren Erklärung Sigmund Freud den Todestrieb erfand. Dem setzte Karen Horney das Konzept der konstruktiven Aggression entgegen, das Fritz Perls ergänzte durch das Durchkauen zur notwendigen Zerstörung von materieller oder geistiger Nahrung als Vorbedingung für deren Assimilation (Aneignung)<sup>1</sup>. Aggression kann auch auf das Selbst gerichtet sein: zum einen als selbstverletzendes Verhalten bis hin zu Autoimmunkrankheiten; zum anderen als Abwehr von Impulsen zur Potentialentfaltung und schließlich als liebevolle Hinwendung zum Selbst als Interesse am eigenen Sein.

Depression heißt auf deutsch Wegdrücken und meint in der Psychologie die psychosomatische Aktivität, in der Vergangenheit Unverdautes und für den Kompromiss der Anpassung Bedrohliches mit Gedanken- und mit Muskelkraft dem Bewusstsein fernzuhalten.

Im Workshop erkunden wir Gewohnheiten destruktiver und Möglichkeiten konstruktiver Aggression gegenüber anderen und uns selbst.

<sup>1</sup> Perls, F.: *Das Ich, der Hunger und die Aggression*.



\*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.  
\*\*siehe Seite 108

## DATEN &amp; PREISE

**Krise und Krankheit als Chance – Versöhnung mit dem Leben\***  
Fr., 4.6., 18.30 h – Mi., 9.6.21, 14.00 h

Kursgebühr 600 € zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210654

**Wozu bin ich krank? – Aufstellungsarbeit zur seelischen Funktion von Symptomen**  
Fr., 10.9., 18.30 h – Mo., 13.9.21, 14.00 h

Kursgebühr 360 € zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210954

● **SALUTOGENESE – FÖRDERUNG DES HEILUNGSPOTENTIALS**

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

Wolf Büntig, Thomas Geßner

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

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

Bei Menschen, die Mitverantwortung für ihre Gesundheit und Gesundheit übernehmen und ihre Abwehrkraft stärken wollen, sind psychotherapeutische Methoden angezeigt, die zur unmittelbaren Teilnahme am gegenwärtigen Leben, zum emotionalen Ausdruck und zur kreativen Alltagsgestaltung durch Autonomie, Kohärenzgefühl, Selbstwirksamkeit, Rhythmus, freies Atmen, ge-

sunde Ernährung, Imagination, Vertrauen, Humor, Lebensfreude, Wahrheitsliebe, Sinn und andere heilsame Faktoren motivieren.

Die Workshops können einzeln zur jeweils angegebenen Kursgebühr gebucht werden.

● **KRISE UND KRANKHEIT ALS CHANCE – VERSÖHNUNG MIT DEM LEBEN\***

Wolf Büntig

N. N. und N. N.: TaKeTiNa

Beschreibung siehe Seite 24.

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

Thomas Geßner

Beschreibung siehe Seite 25.

## DATEN &amp; PREISE

**Trauma, Illusion und Spiritualität – Aufstellungsarbeit mit traumatischen Erinnerungen**

Fr., 5.3., 18.30 h – Mo., 8.3.21, 14.00 h

Kursgebühr 400 € zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210353

**Traumatherapeutische Grundlagen für die Aufstellungsarbeit im Einzelsetting mithilfe des Neuro-Imaginativen Gestaltens (NIG)**  
Fr., 24.9., 18.30 h – So., 26.9.21, 14.00 h

Kursgebühr 290 € zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210953

● **DAS PERSÖNLICHE TRAUMA IM KONTEXT DER AUFSTELLUNGSARBEIT**

Thomas Geßner, Barbara Innecken

Diese Fortbildungsreihe widmet sich explizit dem Umgang mit persönlich traumatisierten Klientinnen und Klienten in den verschiedenen Formen der Aufstellungsarbeit im Einzel- und im Gruppensetting. Aufstellungsarbeit kann in der Behandlung von persönlichem Trauma von hohem Wert sein. Es bedarf der Fähigkeit der Aufsteller, Trauma zu erkennen, um angemessen zu handeln und Retraumatisierung zu vermeiden beziehungsweise heilsame Prozesse einzuleiten. Thomas Geßner und Barbara Innecken beleuchten den Traumaaspekt aus jeweils unterschiedlichen Ansätzen, Perspektiven und Schwerpunkten der Aufstellungsarbeit.

Eine Fortsetzung der Reihe in den Folgejahren, zum Beispiel auch zu Aspekten kollektiver Traumata, ist geplant.

● **TRAUMA, ILLUSION UND SPIRITUALITÄT – AUFSTELLUNGSARBEIT MIT TRAUMATISCHEN ERINNERUNGEN**

Thomas Geßner

Aufstellungen haben ihren Antrieb in einer aktuellen inneren Anspannung. Diese Anspannung gehört selten zur Gegenwart. Oft diente sie in der Vergangenheit dem Überleben einer Bedrohung, meist einer vernichtenden Ohnmachtserfahrung. Wie kommt eine innere Anspannung aus der Vergangenheit in unsere Gegenwart? Dies ist eine Leistung des Phänomens *Trauma*: Es will uns vor weiteren vernichtenden Erfahrungen schützen, indem es die Bedrohung von damals in uns festhält.

So reagiert *Trauma* in ähnlichen Situationen von heute so wie damals, obwohl die Situation heute *nur so aussieht, als ob sie bedrohlich wäre*. Es versucht dann, uns mit den damals nützlichen Überlebensenergien und -mustern zu retten. Aus Überlebensgründen folgt *Trauma* der Illusion, weiterhin in Lebensgefahr zu sein. Erst wenn diese Illusion nicht mehr zu halten ist, bilden Körper und Psyche Symptome, die einen zwingen, sich mit der damaligen Erfahrung zu beschäftigen. Was geschieht dabei und wie können wir eine Entspannung unterstützen?

Man braucht einen sicheren, unbedrohten Ort, um die gefühlte Bedrohung als Illusion aus dem *Damals* wahrnehmen zu können und dabei von ihr zu genesen. Dieser Ort ist die momentane Gegenwart, das *Jetzt*. Es ist das Sicherste, was wir haben, im Grunde auch das Einzige. Hier kommt

*Spiritualität* ins Spiel. Unter (erwachsener) *Spiritualität* verstehe ich die Praxis der Gegenwärtigkeit, die Hingabe an das, was gerade im Moment geschehen und sich zeigen will. Sie liefert uns die Arbeitsgrundlage für eine sichere Begleitung und Entspannung von traumatischen Erinnerungen.

Vom *Jetzt* aus können wir mit achtsamen Aufstellungen sehr präzise die Distanz zur damaligen Bedrohung wahrnehmen und bestimmen, und zwar körperlich, emotional und mental. So kann die damalige Anspannung sich lösen in ihrem eigenen Tempo. Sie lässt dabei alle Ressourcen und Kräfte frei, die sie damals entwickelt hat. Heute kommen sie unserer Lebendigkeit zugute.

Literatur

Thomas Geßner: *Wie wir lieben. Und was wir alles aus Liebe tun oder vermeiden*, Innenwelt Verlag, Köln, Edition Neue Psychologie, 2018

Thomas Geßner: *Trauma, Illusion und Spiritualität*. In Peter Bourquin, Kirsten Nazarkiewicz (Hg.): *Trauma und Begegnung. Praxis der Systemaufstellung*, Jahrbuch der DGfS, Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen, 2017

Wilfried Nelles, Thomas Geßner: *Die Sehnsucht des Lebens nach sich selbst*, Innenwelt Verlag, Köln, 2014  
Mehr über die Arbeit von Thomas Geßner: [www.gessner-aufstellungen.de](http://www.gessner-aufstellungen.de)

● **TRAUMATHERAPEUTISCHE GRUNDLAGEN FÜR DIE AUFSTELLUNGSARBEIT IM EINZELSETTING MITHILFE DES NEURO-IMAGINATIVEN GESTALTENS (NIG)**

Barbara Innecken

Das Neuro-Imaginative Gestalten (NIG) ist eine kreative Methode, die sich in der Aufstellungsarbeit im Einzelsetting vielfach bewährt hat. Als verantwortungsvolle Therapeuten, Berater und im psychosozialen Bereich Tätige sind wir in der Aufstellungsarbeit gut beraten, die Ergebnisse der Traumaforschung und die Erfahrungen der verschiedenen traumatherapeutischen Ansätze in unserer Arbeit zu berücksichtigen.

In diesem Workshop widmen wir uns in Theorie und Praxis folgenden Fragen: Wie kommt es zu Traumatisierung? Woran erkennen wir Traumasymptome? Wie gehe ich mit auftretenden Traumaaktivierungen um? Wie können wir Retraumatisierungen in der Aufstellungsarbeit im Einzelsetting vermeiden?

\*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.  
\*\*siehe Seite 108



## DATEN &amp; PREISE

**Annäherung an die allerfrühesten Schichten unseres Erlebens – The Primitive Edge of Experience\***  
**Termine:**  
**Beginn jeweils 18.30 h, Ende 14.00 h**  
**So., 11.4. – Fr., 16.4.21**  
**Fr., 15.10. – Mi., 20.10.21**

Kursgebühr 1800 €, zahlbar in Raten pro Workshop, zuzüglich Vollpension\*\*  
 Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 85.21

Die spezifischen Antworten des NIG auf diese Fragen werden durch die Vermittlung theoretischer Grundlagen, durch Körperübungen und die Bearbeitung eigener persönlicher und beruflicher Anliegen erarbeitet. In Aufstellungs-demonstrationen, Kleingruppenarbeit und im lebendigen Miteinander der Gruppe werden auf das Thema bezogene Beobachtungsaufträge ausgewertet und methodische Vorgehensweisen zusammengefasst. Dadurch, sowie durch unterstützende Supervision, lässt sich das Erlernte sofort in die Praxis umsetzen.

Dieser Workshop ist zugleich Teil des *NIG Master Trainings*.

## Literatur

Barbara Innecken: *Traumaspesifische Vorgehensweisen in Aufstellungen*. In Peter Bourquin, Kirsten Nazarkiewicz (Hg.): *Trauma und Begegnung. Praxis der Systemaufstellung*, Jahrbuch der DGfS, Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen, 2017

Eva Madelung und Barbara Innecken: *Im Bilde sein. Vom kreativen Umgang mit Aufstellungen in Einzeltherapie, Beratung, Gruppen und Selbsthilfe*. Carl-Auer Verlag, Heidelberg, 2015

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

*NARM Meisterkurs*  
 Laurence Heller

Kursprache Englisch mit Übersetzung  
 10 Tage, April und Oktober 2021

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

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

ventionen auf dieser Grundlage wie der Arbeit rund um das Thema Identität aus einer tieferen Warte als der unserer Identität. Zudem geht es um eine Vertiefung unseres Verständnisses im Hinblick darauf, welche Vorteile ein somatisch orientierter Erkundungsprozess für die Arbeit mit den frühesten und tiefsten Traumata mit sich bringt.

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

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

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

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

## Lerninhalte

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

## DATEN &amp; PREISE

**NIG Master Im Bilde sein**

**Modul 2 (Silke Humez) – online**  
**Sa., 6.2. – So., 7.2.21**  
**jeweils 9.00 h – 12.30 h und 14.00 h – 17.00 h**  
 Kursgebühr 260 €  
 Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 210231

**Modul 1 (Barbara Innecken)**  
**Fr., 9.4., 18.30 h – So., 11.4.21, 14.00 h**  
 Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 210430

**Modul 3 (Barbara Innecken)**  
**Fr., 24.9., 18.30 h – So., 26.9.21, 14.00 h**  
 Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 210931

**Modul 4 (Barbara Innecken)**  
**Fr., 19.11., 18.30 h – So., 21.11.21, 14.00 h**  
 Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 211133

Kursgebühr je Workshop 300 € zuzüglich Vollpension\*\*

\*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.  
 \*\*siehe Seite 108

## Voraussetzung zur Zertifizierung

- Teilnahme an allen Unterrichtseinheiten der NARM Master Class (10 Tage) mit Dr. Laurence Heller
- Vier Einzelsitzungen mit anerkannten NARM Therapeuten
- Sechs Supervisionsitzungen mit anerkannten NARM Therapeuten (zwei davon mit Dr. Laurence Heller). Die Supervision dient in erster Linie der Fallsupervision. Sie können als Einzel-, Kleingruppen- oder Großgruppensupervision vereinbart werden. Zwei der verbleibenden vier Supervisionsstunden sollen als Einzelsupervision genommen werden.
- Eine Livesitzung (live oder aufgezeichnet auf DVD) mit Nachbesprechung.

Die Einzel- und Supervisionsitzungen sind nicht im Trainingspreis enthalten.

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

Barbara Innecken, Silke Humez

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

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

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

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

Die vier Master Module sind weiterführende Seminarangebote zu vertiefenden Themen in Verbindung mit dem NIG: Familien- und Organisa-

tionsaufstellungen, Integration innerer Anteile, traumatherapeutische Grundlagen für die Aufstellungsarbeit sowie Modelle für wertschätzende Gesprächsführung.

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

**Modul 1:**

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

**Modul 2:**

Kommunikationsmodelle für wertschätzende Gesprächsführung in der Aufstellungsarbeit mit dem NIG

**Modul 3:**

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

**Modul 4:**

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

Die Workshops können einzeln zur jeweils angegebenen Kursgebühr gebucht werden. Beim vierten Workshop dieser Serie gewähren wir nachträglich 10 % Ermäßigung auf die Kursgebühr aller vier Workshops.

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

## Begleitende Lektüre

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

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

## DATEN &amp; PREISE

**Intuition und innere Führung (SAT Modul III)**  
Fr., 1.10., 18.30 h –  
So., 10.10.21, 14.00 h

Kursgebühr 1080 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 211030

● **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 Teilnehmerinnen und Teilnehmern 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 Teilnehmerinnen und Teilnehmer als auch des Lehrkörpers international besetzt. Die Module werden von Katrin Reuter und dem Team der internationalen SAT Schule durchgeführt.

Im Oktober 2019 startete der sechste SAT Zyklus in Deutschland mit Modul I (*Selbsterkenntnis und Lebendigkeit*). Darauf aufbauend wird Modul II (*Wiederherstellung der Beziehungen*) aufgrund der Pandemie nun erst im März 2021 im Elsass, nördlich von Straßburg, angeboten. Modul III (*Intuition und innere Führung*) findet im Oktober 2021 in ZIST statt und Modul IV ist für 2022 geplant.

Information und Anmeldung unter:  
[www.naranjo-sat.com](http://www.naranjo-sat.com)

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

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

Katrin Reuter und Team der internationalen SAT Schule

Kurssprache Englisch mit Übersetzung

In diesem dritten Modul des SAT Programms wird die Arbeit mit dem *Enneagramm der Persönlichkeit* fortgesetzt, indem ein *psychotherapeutisches Laboratorium* aufgebaut wird. Wir erforschen, in welcher Weise sich unsere Charakterstrukturen bemerkbar machen, wenn wir mit anderen in Beziehung treten und in helfender oder unterstützender Weise tätig werden. Ein über die neun Tage in Kleingruppen stattfindender Supervisionsprozess vertieft fortlaufend die Erkenntnisse dazu. Es wird ein Lernprozess ermöglicht, der insbesondere für alle in begleitenden, ausbildenden und therapeutischen Berufen engagierte Personen von großem Interesse ist.

Über das Enneagramm hinausgehend hat Claudio Naranjo verschiedene Ansätze zur Neurose und zum menschlichen Leiden integriert. Daraus ist ein spezieller Arbeitsansatz entstanden, der im SAT III vermittelt wird. Zusätzlich verbunden mit Naranjos *drei Lieben* führt er zu tieferen Ebenen der Selbstakzeptanz und Vertrauen in die eigenen intuitiven Fähigkeiten.

Das dritte Modul stellt in diesem Sinne das Herzstück innerhalb des SAT Programms dar. Es ist durch seine Struktur sowie seine methodischen Ansätze und Übungen ein außergewöhnliches Training. Die Einführung in die *tibetische Meditation in der Tradition des Vajrajana* eröffnet dabei den Weg zu Mitgefühl für sich und andere, welcher auch durch die achtsame *Körper-, Atem- und Bewegungsarbeit* gefördert wird. Zentrales Element dieses Moduls ist außerdem eine *transformative Methode zu den emotionalen, körperlichen und symbolischen Dimensionen der Geburt*, die eine Heilung perinataler Erfahrungen ermöglicht und die unterbrochenen Bewegungen zu unserer Herkunft wiederherstellt, um in das eigene Sein hineingeboren zu werden.

Voraussetzung ist, an den Modulen I und II des SAT Programms entweder in Deutschland oder in einem anderen Land teilgenommen zu haben. Dabei gibt es keine Einschränkung zum zeitlichen Abstand zwischen den Modulen.

Weitere Informationen unter:  
[www.naranjo-sat.com](http://www.naranjo-sat.com)

## DATEN &amp; PREISE

**Moshé Feldenkrais' Erbe**  
Do., 28.1., 18.30 h –  
Di., 2.2.21, 14.00 h

Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210150

**Mi., 4.8., 18.30 h –  
Mo., 9.8.21, 14.00 h**

Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210850

Kursgebühr je  
Workshop 675 €  
zuzüglich Vollpension\*\*

● **MOSHÉ FELDENKRAIS' ERBE**

Fortbildungsreihe für Feldenkrais Practitioner  
Eli Wadler

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

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

**Eine Reise in die Kindheit**

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

**Gruppensitzungen**

**Awareness Through Movement (ATM)**

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

Die ATM sind thematisch eng verbunden mit den FI Demonstrationen.

Sie gehen manchmal auch ineinander über. So zeigt Eli Wadler während einer ATM, wie eine Bewegung durch die Hände des Practitioners deutlicher und intensiver erlebt oder erlernt werden kann.

**Einzelbehandlung**

**Functional Integration (FI)**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erwerben eine reiche Palette verschiedener FI Techniken und lernen Materialien sinnvoll einzusetzen. Eli Wadlers Akzent auf die Selbstorganisation hat das Ziel, einen nonverbalen Kontakt zum Patienten entstehen zu lassen und während der ganzen FI aufrechtzuerhalten. Durch diesen Dialog können wir erspüren, was unser Patient in jedem Moment der FI braucht, sogar durch die eingesetzten Hilfsmittel hindurch.

**Supervision**

Die Supervision durch Eli Wadler während der Partnerarbeit ist für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer integraler Bestandteil dieser Fortbildungsreihe. Durch unermüdliches Beobachten, Begleiten und Helfen wird er jeden dort abholen, wo sie oder er gerade steht. Gelegentlich begleitet Eli Wadler auch unseren Körper oder unsere Hände bei der Arbeit, um uns zu zeigen, wie ein echter Kontakt, ein Dialog, sich anfühlt.

**Das Wesen unserer Arbeit**

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

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

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

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

## DATEN &amp; PREISE

**Body2Drum**  
Termine:

**Beginn jeweils 18.30 h,**  
**Ende 14.00 h**  
**Mi., 23.6. – So., 27.6.21**  
**Mi., 18.8. – So., 22.8.21**  
**Fr., 12.11. – Di., 16.11.21**  
**Mi., 16.2. – So., 20.2.22**  
**Di., 3.5. – So., 8.5.22**

Kursgebühr 3375 €, zahlbar in Raten pro Workshop, zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 88.21

**neu BODY2DRUM**

*Eine einzigartige Art, Trommeln und Perkussionsinstrumente zu lernen*  
**Reinhard Flatischler und Tupac Mantilla**

Kursprache Englisch, bei Bedarf deutsche Übersetzung durch den Kursleiter  
Juni 2021 – Mai 2022

**Die Essenz von Body2Drum**

Trommeln und Perkussionsinstrumente zu spielen, ist ein faszinierendes Abenteuer. Doch bevor es überhaupt Sinn macht, an ein Musikinstrument heranzugehen, ist es wesentlich, das Urinstrument – den Körper – zu stimmen. Genau das ist es, worum es in Body2Drum geht.

Von Körperperkussion bis zum Ensemblespiel, von Kompositionsunterricht und Arrangieren bis zum Improvisieren, von traditionellen Instrumenten bis hin zu modernen Ansätzen des modernen Schlagzeug-Setups – das Spektrum dieser Ausbildung ist in seiner Vielfalt, Tiefe und Intensität einzigartig.

**Die beiden Methoden von Body2Drum**

Wir öffnen das rhythmische Wissen des Körpers mit dem TaKeTiNa Prozess und entwickeln eine profunde rhythmische Orientierungsfähigkeit. Dann entdecken wir Ihren rhythmischen Spieltrieb und erlernen rhythmische Kommunikation mit R.I.T.M.O. So schaffen wir eine Grundlage, mit der alles, was Sie an einer Trommel oder an einem Perkussionsinstrument lernen, einfacher geht und von Anfang an auf einer ganz neuen Ebene steht.

TaKeTiNa und R.I.T.M.O. sind die beiden Lehrmethoden, auf denen Body2Drum basiert. Beide zusammen ermöglichen, dass Anfänger, fortgeschrittene Spieler und professionelle Musiker gemeinsam lernen.

**TaKeTiNa** wird seit 50 Jahren weltweit in Musikerziehung, Therapie und Meditation angewandt, ebenso in Coaching und Trainings für professionelle Performer.

Mit TaKeTiNa lernt man so, wie es die eigene individuelle Sensomotorik am besten erfassen kann. Man arbeitet mit den elementarsten rhythmischen Bereichen, sozusagen mit der *Essenz von Rhythmus*. Detaillierte Informationen über TaKeTiNa unter: [www.taketina.com](http://www.taketina.com)

Mit TaKeTiNa kann man

- effektiv und lustvoll zugleich das eigene rhythmische Körperwissen wecken,
- eine profunde rhythmische Orientierung entwickeln,
- ein tiefgreifendes Wissen über die vielen unterschiedlichen Rhythmussysteme dieser Welt erlangen,

- spielerisch in den Zustand des Hier und Jetzt gelangen,
- links-rechts Koordination lernen,
- die Fähigkeit der gleichzeitigen Wahrnehmung entwickeln, mit der Sie zwei, drei, vier und noch mehr unterschiedliche Rhythmen zugleich realisieren können.

**R.I.T.M.O.** (Rhythmic Immersion Training for Multidimensional Openness) ist eine neue bahnbrechende Lernmethode, die sowohl die kognitive als auch die physische Welt zu einer ganzheitlichen Körpererfahrung zusammenführt. Detaillierte Informationen über R.I.T.M.O. unter: [www.tupacmantilla.com/ritmo](http://www.tupacmantilla.com/ritmo)

Mit R.I.T.M.O. kann man

- einen direkten Zutritt zu einer integrierten Methode bekommen, die für ein Body Perkussion Training entwickelt wurde,
- technische Tools entwickeln, mit denen jedes Perkussionsinstrument und jede Trommel erlernt werden kann,
- von den Methoden der Rhythmastics, Percbody, Percobjects profitieren,
- pädagogisches Know-how bekommen, das Strategien für den Unterricht im Klassenzimmer vermittelt.

**Zielgruppen**

Body2drum richtet sich an ein breites Spektrum von Menschen. Es heißt gleichermaßen Profis wie Enthusiasten aus vielen verschiedenen Bereichen willkommen und es wurde für Menschen entwickelt, die Rhythmus als Ressource in Bildung, Performance, Musik, Tanz oder Therapie einsetzen möchten.

Möglich wird das durch

- die beiden Methoden TaKeTiNa und R.I.T.M.O.,
- intensives Training in Kleingruppen,
- Ensemblespiel, in dem jeder entsprechend seiner Fähigkeit mitmachen kann,
- maßgeschneiderte individuelle Betreuung während des ganzen Trainings,
- zielgerichtetes Lernen, das sich an der Kapazität der Teilnehmer (m/w/d)\* orientiert.

Body2Drum eignet sich für Sie, wenn Sie

- Rhythmus fasziniert,
- TaKeTiNa und R.I.T.M.O. sowie ihre Verbindung und die Synthese der beiden Methoden kennenlernen möchten,
- Trommeln in Ihr tägliches Leben integrieren möchten, sei es als tägliche Meditation, als kreativen Ausdruck oder als sensorisches Training,
- Lehrer oder Therapeut sind und mit Trommeln und Perkussionsinstrumenten arbeiten möchten,

## DATEN &amp; PREISE

- als Perkussionist Ihre Fähigkeiten erweitern und vertiefen möchten,
- Drumcircle, Circlesong Facilitator oder Body Music Instructor sind,
- Schauspieler, Tänzer, Sänger oder Tanzpädagoge sind,
- als Performer Ihr Repertoire erweitern möchten.

**Ausbildungsziele**

In Body2Drum erleben Sie, wie Ihr Körper das Hauptinstrument ist, mit dem wir rhythmisches Wissen entwickeln und mit Leichtigkeit auf Schlagzeug und andere Schlaginstrumente übertragen können – auf einer einfachen oder komplexen Ebene.

Body2Drum ist so angelegt, dass Trommeln und Perkussionsinstrumente zu Ihren täglichen Begleitern werden können. Sie lernen, sich damit musikalisch auszudrücken, damit zu meditieren oder sie in professionelle Bühnenarbeit einzubauen.

Body2Drum schafft eine Grundlage für eine tiefe Auseinandersetzung mit Rhythmus. Diese Art des Lernens verbindet uns mit innerem Frieden, Inspiration und Gleichgewicht.

**Die Leiter****Reinhard Flatischler, Wien, Österreich**

Begründer von TaKeTiNa, *MegaDrums* und *TaKeTiNa Symphonic*

- Flatischler schloss sein Studium an der *Universität für Musik und darstellende Kunst* in Wien ab und begann seine Karriere als klassischer Konzertpianist.
- Studium bei Meistertrommlern von verschiedenen Kontinenten.
- Mitglied des Wissenschaftlichen Beirats der Internationalen Gesellschaft für Musik in der Medizin.
- Komponist der Orchestersuiten *Waves upon Waves* und *Space beyond Space* in Zusammenarbeit mit Johnny Bertl. Lead-Performer bei Konzerten von Auckland Philharmonia und Auckland Choral Society.
- Autor von vier Büchern und Komponist/Produzent von acht preisgekrönten Alben – Bestseller im Bereich rhythmischer Musik.
- Gründer und Komponist der legendären Gruppe *MegaDrums* mit Airtto Moreira, Zakir Hussain, Glen Velez, Kodo-Schlagzeuger Leonard Eto und Milton Cardona.

Was die Presse sagt:

"... Flatischler setzte einen neuen Standard in perkussiver Musik, in der Musikpädagogik und in Rhythmustherapie."

"... Flatschlers Arbeit in der Musikpädagogik hat Musiker und Kreative in ganz Europa,

Lateinamerika, den USA und Australien maßgeblich beeinflusst."

"... Flatschler wird von der Presse *Botschafter des Worldlanguage Rhythm* genannt."

**Tupac Mantilla, Bogota, Kolumbien/New York, USA**

Begründer von R.I.T.M.O. und Leiter von *Percuaction* und dessen rhythmischen Curriculums

- Master of Music mit Auszeichnung am *New England Conservatory of Music*, Boston, USA.
- Konzerte in der *Carnegie Hall*, im *Lincoln Center*, im *Kennedy Center*, im *Newport Jazz*, in *Montreux* und in den *Umbria Jazz Festivals*.
- Unterrichtserfahrung an der *Harvard University*, dem *Berklee College of Music*, dem *Stanford Jazz*, der *New York University*, dem *England Conservatory* und der *Carnegie Hall*.
- Ausgezeichnet mit dem ersten Preis beim klassischen Solistenwettbewerb des *Bogota Philharmonic Orchestra*.
- Spielte unter anderem mit Bobby McFerrin, Zakir Hussain, John Patitucci, Bob Moses und Steve Smith.
- Grammy nominee.

Was die Presse sagt:

"... Ein großes Wunder." – *Alles über Jazz*

"... Ein musikalisches Phänomen." – *Mittelbayerische Zeitung*

**Was Ihnen Body2Drum bietet****1. Generell****Freiheit**

Der Unterricht bei Body2Drum führt in die Freiheit, den eigenen musikalischen Ausdruck zu finden. Anstatt rhythmische Pattern zu pauken, lernen Sie, archetype rhythmische Bausteine zusammensetzen und sie auf kreative Art und Weise miteinander zu verbinden.

**Energie**

Body2Drum führt durch viele Stunden gemeinsamen Ensemblespiels. Eine Kombination aus Trommeln und Entspannen erhöht die Ausdauer und den Fluss Ihres Spiels. Diese Sessions haben sich für Teilnehmer früherer Trommel- und Perkussion-Trainings als unvergessliche Erlebnisse erwiesen.

**2. Lerninhalte im Plenum****TaKeTiNa Bilaterals Übungen**

In diesen Übungen verwenden wir eine Rassel und einen Klicker, um zwei unterschiedliche Rhythmen zugleich mit beiden Händen auszuführen. Schrittbewegungen und Stimme fügen zwei weitere rhythmische Ebenen hinzu. Diese Praxis stimuliert die Zusammenarbeit beider Gehirnhälften. *Bilaterals* Übungen erhöhen die Koordination und Unabhängigkeit von links und rechts und führen uns in den Zustand der gleichzeiti-

## DATEN &amp; PREISE

gen Wahrnehmung, indem wir vier verschiedene Rhythmen mit Leichtigkeit gleichzeitig realisieren können. Dies ist freilich nicht auf den rhythmischen Bereich beschränkt. Die Übungen schaffen neue neuronale Vernetzungen und erhöhen die mentale Verarbeitungsgeschwindigkeit.

**Rhythmmechanics**

ist eine Methode, mit der Sie die Bewegungen erlernen werden, die der Körper benötigt, um jedes Schlaginstrument, jeden Stil und jede Technik zu beherrschen. Der Prozess führt ein *Körperbewegungsgedächtnis* ein, das im Laufe der Zeit zu einem permanenten Muskelgedächtnis wird, indem Drumsticks und Übungs-Pads sowie der Körper als Instrument verwendet werden.

**Körperperkussion**

Während des Trainings werden die Schüler durch Aufwärmübungen, Klänge, Skalen, Arpeggios, Soli und Etüden geführt, um die Unabhängigkeit von links nach rechts und das Bewusstsein für den rhythmischen Puls zu entwickeln. Die Teilnehmer lernen fortgeschrittene Bodypercussion-Konzepte wie Dun-tas (Kombination aus Hand- und Fußunabhängigkeit) sowie Circulines, eine dreiteilige polyrhythmische Form dieser Body-Percussion-Methode.

**Polyrhythmisches Trommeln**

Beim polyrhythmischen Trommeln werden zwei oder drei verschiedene Instrumentengruppen durch eine rhythmische Sequenz geführt. Auf diese Weise können die Schüler ihre Spieltechnik in ihrer eigenen Zeit verbessern und gleichzeitig die Grundlagen des Ensemble-Trommeln kennenlernen.

**Rhythmastics**

ist ein rhythmisches Lernwerkzeug, das dem Körper beibringt, sich durch Tanz- und körperliche Übungen mit Bewegung zu verbinden, da es rhythmische Erinnerungen fördert.

**Energy Drumming**

ist eine mehrstündige geführte Trommeltour. Diese Form des Lernens ist ein kreativer Weg, um Ausdauer zu entwickeln sowie eine Einführung in das Spielen komplexer Rhythmen in Gruppen.

**3. Lernen in Kleingruppen****3.1. Arrangement-Gruppen**

Welche Instrumente passen zusammen? Welche Rolle kann ein bestimmtes Instrument in einem bestimmten Musikstück spielen? Unabhängig vom individuellen musikalischen Hintergrund erlernen wir die Grundlagen von Improvisation, Komposition und Arrangement im Bereich von Trommeln- und Perkussionsinstrumenten.

Zusätzlich zu den Trommeln, die Sie mitbringen, werden die Leiter von Body2Drum eine Sammlung anderer Schlaginstrumente in die Arrangement-Gruppen aufnehmen.

**3.2. Fokusgruppen**

Um den Unterricht so effektiv wie möglich zu gestalten, werden sowohl Reinhard als auch Tupac Fokusgruppen leiten, die sich auf Instrumente ihrer besonderen Kompetenz konzentrieren.

**Reinhard's Fokusgruppe**

In dieser Fokusgruppe können Sie unter anderem Conga, Bassdrum, Stickdrum, Framedrum, Tschanggo, Shekere, Berimbau und kreative Perkussionsinstrumente lernen, wobei der Schwerpunkt auf der Koordination von links nach rechts liegt. Reinhard entwickelte diesen Stil in Zusammenarbeit mit dem Perkussionmaster Airto Moreira in *MegaDrums*.

Reinhard's Fokusgruppen konzentrieren sich auch auf Rhythmen, die in Trommeltrainings sonst kaum zu hören sind, wie zum Beispiel 5, 7, 9 oder 11 Beat-Zyklen und komplexe Polyrhythmik.

**Tupac's Fokusgruppe**

Tupac's Unterricht im Bereich Percussion-Setups ermöglicht es, sich von einem bestimmten Musikgenre oder -stil zu befreien. Dieser Ansatz ist das Ergebnis der Zusammenführung von Instrumenten und Konzepten aus afrikanischen, nahöstlichen, indischen und südamerikanischen Traditionen zu verschiedenen Kombinationen von Schlaginstrumenten.

Tupac wird sich auf die Vermittlung von Instrumenten wie Cajon, verschiedene Arten von Rahmentrommeln, Bassdrums, Becken und kleinere Perkussionsinstrumente fokussieren.

\*Aus sprachlichen Gründen fügen wir den Zusatz (m/w/d) hier nur einmal stellvertretend für alle im Text auftauchenden Fälle von Personenbezeichnungen ein.

**● EINFÜHRUNGS- UND AUSWAHLWORKSHOP ZUM BODY2DRUM**

*Drum- und Perkussionstraining 2021 – 2022*  
Reinhard Flatischler und Tupac Mantilla

Kursprache Englisch, bei Bedarf deutsche Übersetzung durch den Kursleiter

Dieser Einführungs- und Auswahlworkshop ist der Beginn und Einstieg für das Trommel- und Perkussionstraining *Body2Drum*, das im Juni 2021 startet. Der Workshop richtet sich an alle, die sich für Body2Drum interessieren und die Pädagogikansätze von TaKeTiNa und R.I.T.M.O. sowie ihre Zusammenarbeit kennenlernen möchten.

Der Workshop gibt Gelegenheit, zwei hervorragende Perkussionisten und Pädagogen persönlich kennenzulernen und sich mit ihnen auszutauschen. Er umfasst praktische Übungen, Rhythmusreisen, Konzertteile, Vorträge und Diskussionen.

Inhaltliche sowie formale Fragen zum Training können direkt mit Reinhard Flatischler und Tupac Mantilla besprochen werden. Es besteht die Möglichkeit, verschiedene Trommeln auszuprobieren und sich individuell beraten zu lassen. Zugleich erleben die Teilnehmer (m/w/d) mit TaKeTiNa und R.I.T.M.O. Kreativität, Freiraum und Zeitlosigkeit.

Teilnehmer des Trainings sollen hier entscheiden, welche Trommeln sie lernen möchten. Es werden außerdem Instrumentenbauer beim Workshop anwesend sein, die bei der Wahl und beim Kauf der Instrumente beraten können.

Für alle, die am Trommel- und Perkussionstraining teilnehmen möchten, ist die Teilnahme obligatorisch. Die maximale Teilnehmerzahl des Trainings ist auf 46 Personen beschränkt. Am Ende des Workshops wird bekanntgegeben, wer zum Training zugelassen ist.

Mehr Informationen zum Training:  
<https://www.zist.de/de/veranstaltung/fort-weiter-und-ausbildung/body2drum>

Sie können auch eine detaillierte, kostenlose Broschüre anfordern:  
ZIST  
+49-8856-93690  
info@zist.de

TaKeTiNa Office  
+49-151-50839750  
office@taketina.com  
www.taketina.com

**● INTRODUCTORY AND SELECTION WORKSHOP TO BODY2DRUM**

*Drum- and Percussion-Training 2021 – 2022*  
Reinhard Flatischler and Tupac Mantilla

Course language English

This introductory and selection workshop is the beginning of the Drum- and Percussion-Training Body2Drum, which begins in June 2021. The workshop is aimed at everyone who is interested in Body2Drum, wants to experience the pedagogical approaches of TaKeTiNa and R.I.T.M.O. and likes to see, how they blend together.

The workshop gives you the opportunity to get to know two leading percussionists and educators of our time in person. The workshop includes practical exercises, rhythm journeys, concert parts, lectures and discussions.

If you have any questions about Body2Drum, use these workshop days to talk to Reinhard and Tupac directly, to get answers on questions about the content and also try out different drums. The workshop invites you to exchange ideas with the group, and let TaKeTiNa and R.I.T.M.O. guide you in a state of creativity, freedom and timelessness.

Participants accepted in the training should decide which drums they want to learn so the training can start in the best possible way. There is the possibility that drum makers trusted by the leaders will be present at the workshop, helping you to choose the instrument suited for you.

Participation in the introductory and selection workshop is mandatory for everyone who would like to take part in Body2Drum. The maximum number of participants in this training is limited to 46 people. At the end of the workshop it will be announced who is admitted to the training.

More Information: <https://www.zist.de/de/veranstaltung/fort-weiter-und-ausbildung/body2drum>

You can get a detailed and free information brochure here:  
ZIST  
+49-8856-93690  
info@zist.de

TaKeTiNa Office  
+49-151-50839750  
office@taketina.com  
www.taketina.com

## DATEN &amp; PREISE

**Einführungs- und Auswahlworkshop zum Body2Drum**  
Mi., 31.3., 18.30 h –  
So., 4.4.21, 14.00 h

Kursgebühr 495 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210336

**Introductory and selection workshop to Body2Drum**  
March 31 – April 4, 2021  
Wednesday, 6.30 p.m. –  
Sunday, 2.00 p.m.

Fee 495 €,  
plus room and board\*\*.  
Place/registration:  
ZIST Penzberg  
No. 210336

\*\*siehe Seite 108

## DATEN &amp; PREISE

**Das Neuroaffektive Beziehungsmodell zur Heilung von Entwicklungsstrauma – The NeuroAffective Relational Model (NARM)\***  
**Termine:**  
**Beginn jeweils 18.30 h, Ende 14.00 h**  
**Sa., 17.4. – Do., 22.4.21**  
**Do., 21.10. – Di., 26.10.21**  
**Di., 12.4. – So., 17.4.22**  
**Fr., 14.10. – Mi., 19.10.22**

**Kosten**

Kursgebühr 3580 €, zahlbar in Raten pro Workshop, zuzüglich Vollpension\*\*. Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 83.21

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

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

Interessenten an der Fortbildung erhalten auf Anfrage Anmeldeunterlagen und einen Bewerbungsbogen für die Teilnahme.

Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 83.21

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

Laurence Heller

Kursprache Englisch mit Übersetzung  
20 Tage, April 2021 bis Oktober 2022

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

Dr. Laurence Heller

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

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

**Konzeptionelle Grundannahmen**

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

**Arbeitsweise**

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

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

**Fortbildungsinhalte**

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

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

## DATEN &amp; PREISE

**Zielgruppe**

Diese Fortbildung ist offen für Menschen, die psychotherapeutisch tätig sind. Interessenten füllen einen Bewerbungsbogen aus, der vom leitenden Seniorassistenten Dr. Hellers geprüft wird. Bei Rückfragen wird sich der Seniorassistent persönlich an die Interessentin beziehungsweise an den Interessenten wenden. Außerdem wird die Teilnahme an einem NARM Einführungsseminar empfohlen, sie ist jedoch nicht obligatorisch. Der leitende Seniorassistent Dr. Hellers entscheidet abschließend über die Teilnahme.

**Umfang der Fortbildung**

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

Supervisionen können als Einzel- oder als Gruppensupervision vereinbart werden. Von den ins-

gesamt zehn Stunden Supervision sollen vier Stunden mit Dr. Laurence Heller, von den verbleibenden sechs Stunden mindestens zwei Stunden als Einzelsupervision genommen werden.

**Literatur**

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

Einführungsvideo über NARM mit Dr. Laurence Heller im Internet unter:

[https://www.youtube.com/watch?v=pVZCcg4\\_0mA](https://www.youtube.com/watch?v=pVZCcg4_0mA)



\*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.  
\*\*siehe Seite 108

## DATEN &amp; PREISE

**Integrale Somatische Psychologie (ISP)**  
Beginn jeweils 18.30 h,  
Ende 14.00 h

**Modul 1:  
Die Physiologie  
der Emotionen**

**Mi., 9.6. – So., 13.6.21**  
(kann einzeln als  
Schnupperkurs gebucht  
werden, 875 €)

**Modul 2:  
Die Physiologie der  
Bindungsdynamiken**  
**Fr., 26.11. – Di., 30.11.21**

**Modul 3:  
Die Physiologie von  
Stress und Traumen**  
**Mi., 8.6. – So., 12.6.22**

Kursgebühr 2625 €, zahlbar in Raten pro Workshop, zuzüglich Vollpension\*\*. Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 84.21

**Integral Somatic Psychology (ISP)**  
Beginning 6.30 p.m., end 2.00 p.m.  
**Module 1:  
The Physiology of Emotions**  
**Wednesday – Sunday,  
June 9 – 13, 2021**

(can be booked as a single workshop, 875 €)

**Module 2:  
The Physiology of Attachment**  
**Friday – Tuesday,  
November 26 – 30, 2021**

**Module 3:  
The Physiology of Stress and Trauma**  
**Wednesday – Sunday,  
June 8 – 12, 2022**

Fee 2625 €, payable in installments per workshop, plus room and board\*\*. Place, registration: ZIST Penzberg No. 84.21

● **INTEGRALE SOMATISCHE PSYCHOLOGIE (ISP)**

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

Kursprache Englisch mit Übersetzung Juni 2021 bis Juni 2022

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

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

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

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

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

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

Bitte die ausführliche Broschüre unter [info@zist.de](mailto:info@zist.de) anfordern oder das PDF herunterladen.

● **INTEGRAL SOMATIC PSYCHOLOGY (ISP)**

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

Course language English with German translation June 2021 until June 2022

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

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

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

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

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

Please request our detailed brochure: [info@zist.de](mailto:info@zist.de) or download pdf

● **VORANKÜNDIGUNG SOMATIC EXPERIENCING**

**Doris Rothbauer**  
im dritten Jahr (für Fortgeschrittene):  
**Raja Selvam, Sonia Gomes**

Kursprache Deutsch, im dritten Jahr Englisch mit Übersetzung 36 Tage, März 2022 bis November 2024

Diese Weiterbildung ist zugänglich für Ärzte und Zahnärzte, Psychologen, Psychotherapeuten, Physiotherapeuten, Heilpraktiker, Masseur, Ergotherapeuten und Logopäden mit abgeschlossener Ausbildung und mindestens zwei Jahre Berufserfahrung.

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

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

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

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

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

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

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

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

Bitte beachten Sie: Der Besuch eines Einführungskurses in die Traumatherapie *Somatic Experiencing* (siehe Seite 64) ist Voraussetzung für die Teilnahme an der Weiterbildung.

## DATEN &amp; PREISE

**Somatic Experiencing Beginn:**  
**Mo., 28.3., 18.30 h – So., 3.4.22, 14.00 h**

Kursgebühr 5720 €, zahlbar in Raten pro Workshop, zuzüglich Vollpension\*\*.

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

Ort und Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 86.22

Bei Interesse schicken wir Ihnen gerne detaillierte Informationen zu.

\*\*siehe Seite 108



## DATEN &amp; PREISE

**Einführung in die  
Traumatherapie  
Somatic Experiencing**  
Di., 16.11., 18.30 h –  
Do., 18.11.21, 14.00 h  
Ort/Anmeldung: ZIST  
Penzberg Nr. 211131

Fr., 14.1., 18.30 h –  
So., 16.1.22, 14.00 h  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 220130

Kursgebühr je  
Workshop 265 €  
zuzüglich Vollpension\*\*

● **EINFÜHRUNG IN DIE  
TRAUMATHERAPIE  
SOMATIC EXPERIENCING**

Doris Rothbauer

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

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

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

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

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer lernen, mit dem ganzheitlichen inneren Empfinden zu arbeiten und entwickeln ein Verständnis für die Selbstregulierungsmechanismen unseres Nervensystems.

Der Kurs bietet die Möglichkeit, die Voraussetzungen für die Teilnahme an den dreijährigen Weiterbildungen in Somatic Experiencing zu erfüllen. Die nächste Weiterbildung in ZIST beginnt im März 2022.

\*\*siehe Seite 108





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

Stanley Keleman

WEITERE ANGEBOTE

- Einführungen
- Vorträge
- Symposium

68  
69  
70

## DATEN &amp; PREISE

**TaKeTiNa – Schnuppertag**  
jeweils 10.00 h – 17.00 h  
So., 20.12.20 Nr. 201240  
So., 21.2.21 Nr. 210241  
So., 5.9.21 Nr. 210940

Kursgebühr jeweils 90 €  
Ort: Yogawerkstatt,  
Plinganserstr. 23,  
81369 München  
Anmeldung:  
ZIST Penzberg

**Informationstag zur  
Approbationsausbildung  
zu Psychologischen  
Psychotherapeutinnen/  
Psychotherapeuten  
sowie zur  
KJP Zusatzqualifikation**  
jeweils 9.30 h –  
circa 17.00 h

So., 14.2.21 Nr. 210200  
Sa., 17.4.21 Nr. 210400  
So., 18.7.21 Nr. 210700  
Sa., 18.9.21 Nr. 210900  
Sa., 11.12.21 Nr. 211200

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>

**Einführungs- und  
Auswahlworkshop  
zum Body2Drum**  
Mi., 31.3., 18.30 h –  
So., 4.4.21, 14.00 h  
Kursgebühr 495 €  
zuzüglich Vollpension\*\*  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210336

**Introductory and  
selection workshop  
to Body2Drum**  
March 31 – April 4, 2021  
Wednesday, 6.30 p.m. –  
Sunday, 2.00 p.m.  
Fee 495 €,  
plus room and board\*\*.  
Place/registration:  
ZIST Penzberg No. 210336

## ● TAKETINA – SCHNUPPERTAG

Sabine Bundschu und Martin Höhn (Surdo)

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

● INFORMATIONSTAG  
ZUR APPROBATIONS-AUSBILDUNG  
ZU PSYCHOLOGISCHEN  
PSYCHOTHERAPEUTINNEIN/  
PSYCHOTHERAPEUTEN  
SOWIE ZUR KJP ZUSATZQUALIFIKATION

Dr. Wolf Büntig

Beschreibung siehe Seite 78.

● EINFÜHRUNGS- UND AUSWAHL-  
WORKSHOP ZUM BODY2DRUM

Drum- und Perkussionstraining 2021 – 2022  
Reinhard Flatischler und Tupac Mantilla

Beschreibung siehe Seite 59.

● INTRODUCTORY AND SELECTION  
WORKSHOP TO BODY2DRUM

Drum- and Percussion-Training 2021 – 2022  
Reinhard Flatischler and Tupac Mantilla

Please see description on page 59.

● 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.

Beschreibung siehe Seite 64.

● 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.

## ● SEX UND EROTIK\*

Dr. Wolf Büntig

Selbstbefriedigung, Suchtmittel, Leistungssport, oder die schönste Weise, DU zu sagen.

## ● XENOPHOBIE\*

Dr. Wolf Büntig

Über die Furcht vor dem Fremden (in mir?).

## DATEN &amp; PREISE

**Einführung in die  
Traumatherapie  
Somatic Experiencing**  
Di., 16.11., 18.30 h –  
Do., 18.11.21, 14.00 h  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 211131

Fr., 14.1., 18.30 h –  
So., 16.1.22, 14.00 h  
Ort/Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 220130

Kursgebühr je  
Workshop 265 €  
zuzüglich Vollpension\*\*

**Einführung in moderne  
bewusstseinszentrierte  
Körperpsychotherapie\***  
Do., 11.2.21, 19.30 h

Gebühr 15 €  
Ort: EIDOS-Haus,  
Wehnerstr. 23,  
81243 München  
Vor Anmeldung telefonisch  
unter 089-89689424  
oder an:  
[office@gottwald-eidos.de](mailto:office@gottwald-eidos.de)

**Sex und Erotik\***  
Do., 29.4.21,  
18.00 h – 19.45 h

Gebühr 15 €  
Ort: Psychosomatische  
Beratungsstelle,  
Richard-Wagner-Str. 9,  
80333 München  
Anmeldung ist  
nicht erforderlich.

**Xenophobie\***  
Mo., 25.10.21,  
18.00 h – 19.45 h

Gebühr 15 €  
Ort: Psychosomatische  
Beratungsstelle,  
Richard-Wagner-Str. 9,  
80333 München  
Anmeldung ist  
nicht erforderlich.

\*Anerkennung von  
Fortbildungspunkten  
wird beantragt.  
\*\*siehe Seite 108

## DATEN &amp; PREISE

**Special:****50 Jahre Rhythmus pur –  
TaKeTiNa Workshop  
und Symposium****Buchungsoption 1:  
Do., 27.5., 10.30 h –  
So., 30.5.21, 16.00 h**

(viertägige Veranstaltung  
inkl. Workshop,  
Symposium und aller  
Abendveranstaltungen)

Kursgebühr 495 €  
ohne Vollpension

Ort: Schlossberghalle,  
Vogelanger 2,  
82319 Starnberg  
Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210540

**Buchungsoption 2:  
Fr., 28.5., 18.30 h –  
So., 30.5.21, 16.00 h**

(zweitägige Veranstaltung  
inkl. Abendveranstaltung  
am Freitagabend)

Kursgebühr 265 €  
ohne Vollpension

Ort: Schlossberghalle,  
Vogelanger 2,  
82319 Starnberg  
Anmeldung:  
ZIST Penzberg Nr. 210541

**Jubiläumsangebot für  
zertifizierte TaKeTiNa  
Rhythmuspädagogen**

Zertifizierte TaKeTiNa  
Rhythmuspädagogen  
sowie die Teilnehmerin-  
nen und Teilnehmer der  
derzeitigen Ausbildung in  
ZIST erhalten die Bu-  
chungsoption 2 zu einem  
Preis von 165 € (bitte bei  
Buchung angeben).

Lassen Sie sich vom ZIST  
Büro oder vom  
TaKeTiNa Office (office@  
taketina.com) beraten.

**● SPECIAL:****50 JAHRE RHYTHMUS PUR – TAKETINA  
WORKSHOP UND SYMPOSIUM**

Reinhard Flatschler und internationales Team,  
u. a. Anna-Maria Weber, Tania Bosak und  
Tupac Mantilla u. v. a. m., sowie Vortragende:  
Wolf Büntig, Frank Rihm u. a.

Beschreibung siehe Seite 28.





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

Wolf Bütig

ZIST AKADEMIE FÜR  
PSYCHOTHERAPIE

- ZIST Akademie für Psychotherapie
- Institutsambulanz
- Wolf Bütig: Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie auf den einfachsten Nenner gebracht

74

78

79

**DIE NÄCHSTEN  
AUSBILDUNGEN**

5-jährige Ausbildung zu  
Psychologischen  
Psychotherapeutinnen  
und Psychotherapeuten  
mit Beginn

ab Februar 2021  
(AA 21.01)

ab Mai 2021  
(AA 21.02)

ab Oktober 2021  
(AA 21.03)

**● AUSBILDUNG ZU  
PSYCHOLOGISCHEN  
PSYCHOTHERAPEUTINNEN UND  
PSYCHOTHERAPEUTEN**

*nach dem Psychotherapeutengesetz mit dem  
Schwerpunkt tiefenpsychologisch fundierte  
Psychotherapie*

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

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

**ZIST AKADEMIE**

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

und Psychologen zur Erlangung der Approbation als Psychologische Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten.

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

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

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

**ZIEL DER AUSBILDUNG**

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

- Die PiA sollen am Ende der Ausbildung
- *viel wissen* dank der integrativen Vermittlung des theoretischen Hintergrundes eines breiten Spektrums von Varianten moderner tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie.
  - *viel können* dank der praktischen Tätigkeit in der Klinik, der Umsetzung der im theoretischen Unterricht vermittelten Vorgehensweisen in praktischen Übungen in Patient-Therapeut-Supervisor-Triaden sowie der in der Patientenbehandlung unter Supervision erworbenen Praxiserfahrung.
  - *viel sein* in dem Sinn, dass sie durch Selbsterfahrung persönlich gereift sind, aus eigener Erfahrung um die Möglichkeiten der Überwindung von Krisen durch Potentialentfaltung wissen und auf dem Hintergrund dieses Wissens Hilfesuchende *einladen, inspirieren* und *ermutigen* können, ihr Heilungspotential durch Selbsterkundung zu aktivieren.

sowie eine Grundkompetenz im Umgang mit Patienten, in der Gesprächsführung und der Selbstfürsorge zu erwerben.

**PRAKTISCHE TÄTIGKEIT**

Zu Beginn der Ausbildung absolvieren die Teilnehmerinnen und Teilnehmer 1800 Stunden praktische Tätigkeit, davon 1200 Stunden an psychiatrischen klinischen Einrichtungen und 600 Stunden an psychosomatischen Einrichtungen, Reha-Kliniken oder Praxen.

**SELBSTERFAHRUNG**

Die Ausbildungs- und Prüfungsverordnung schreibt während der Ausbildung mindestens 120 Stunden Selbsterfahrung vor. In der ZIST Akademie werden davon mindestens 40 Stunden Einzelselbsterfahrung bei kooperierenden Lehrtherapeuten absolviert. Der Großteil der geforderten Einzelselbsterfahrung soll bis zur Zwischenprüfung absolviert sein, damit die PiA gelernt haben, ihre eigenen, in ihrer Persönlichkeit wurzelnden Reaktionen während der Patientenbehandlung – die sogenannte Gegenübertragung – wahrzunehmen, bevor sie 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 freie Spitze: 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*

Wir empfehlen, nicht sofort mit der praktischen Tätigkeit in Kliniken zu beginnen, sondern in den ersten Workshops der theoretischen Ausbildung psychiatrisches und psychodynamisches Wissen

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 Dozentinnen und Dozenten finden Sie auf der Webseite der ZIST Akademie: [www.zist-akademie.de](http://www.zist-akademie.de)

Eine Liste der aktuell mit der ZIST Akademie kooperierenden Dozentinnen und Dozenten finden Sie auf unserer Webseite unter: [www.zist.de/de/zist-akademie/dozenten](http://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 fünf-tägigen stationären Workshops im Seminarzentrum ZIST Penzberg vermittelt. Die Workshops beginnen in der Regel am Sonntagabend und enden Freitagmittag, damit die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ausgeruht vom Wochenende zur Ausbildung kommen und am Wochenende nach dem Workshop Zeit zur Integration des Gelernten haben.

Die theoretische Ausbildung beinhaltet

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

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

Die freie Spitze enthält an der ZIST Akademie

- Workshops zur Ergänzung des theoretischen Hintergrundes und zur Vermittlung des Handwerkszeugs neuer Therapieverfahren;
- zusätzliche Gruppenselbsterfahrung;
- die Rhythmische Körper-Bewusstseinsarbeit TaKeTiNa nach Reinhard Flatischler, die – wie die *Konzentrierte Bewegungstherapie* – die Möglichkeit bietet, die theoretischen Inhalte in Selbsterfahrung zu reflektieren;
- Meditationsübungen, die erfahrungsbasiertes Lernen sowie psychosomatische Heilungsprozesse unterstützen und beschleunigen;
- gelegentlich das Studium von während der Workshops erstellten Video-Mitschnitten der Demonstrationen sowie der zur Übung durch die Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten in Ausbildung kollegial geleiteten und supervidierten Therapiesitzungen;
- das Studium psychodynamischer und soziologischer Prozesse sowie existenzieller Konflikte in Spielfilmen,
- den Austausch und die kollegiale Supervision in den Intervallen zwischen den Workshops sowie
- Zeit für die Examensvorbereitung.

Alle Seminare im Rahmen der *Grundlagen der Psychotherapie* sowie *vertiefte theoretische Ausbildung* im Schwerpunktgebiet *tiefenpsychologisch*

*fundierte Psychotherapie*, die Übungen in Kleingruppen beinhalten, sind auf achtzehn Teilnehmerinnen und Teilnehmer beschränkt, neben den maximal sechzehn Gruppenmitgliedern des eigenen Ausbildungsjahrgangs können bis zu zwei Nachholer oder Gasthörer hinzukommen. Für Seminare mit vorwiegend Vorlesungscharakter können zwei Gruppen von je sechzehn Teilnehmerinnen und 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

Die ZIST Akademie führt für die PiA über ihren Internetauftritt zugängliche Listen von bundesweit kooperierenden psychiatrischen und psychosomatischen Kliniken und Praxen, an denen die PiA ihre praktische Tätigkeit absolvieren können. Lehrpraxen, in denen die PiA die Patientenbehandlungen im Rahmen der praktischen Tätigkeit durchführen und Lehrtherapeutinnen und Lehrtherapeuten, bei denen die PiA zum einen die geforderte Einzel-selbsterfahrung und zum anderen die Supervision der Patientenbehandlungen absolvieren können.

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

### ALLEINSTELLUNGSMERKMALE DER AUSBILDUNG

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

#### Breiter theoretischer Hintergrund

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

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

### Theorievermittlung integriert mit Selbsterfahrung

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

### Die Lerngemeinschaft

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

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

**ANMELDUNG**  
Bitte melden Sie Ihr Interesse an der Ausbildung über unsere Webseite ([www.zist.de/de/akademie/bewerbung-und-termine](http://www.zist.de/de/akademie/bewerbung-und-termine)) an.



**Informationstag zur  
Approbationsausbildung  
zu Psychologischen  
Psychotherapeutinnen/  
Psychotherapeuten  
sowie zur  
KJP Zusatzqualifikation  
jeweils 9.30 h –  
circa 17.00 h  
So., 14.2.21 Nr. 210200  
Sa., 17.4.21 Nr. 210400  
So., 18.7.21 Nr. 210700  
Sa., 18.9.21 Nr. 210900  
Sa., 11.12.21 Nr. 211200**

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 Patientinnen  
und Patienten  
und überweisende  
Kolleginnen  
und Kollegen**  
Bitte wenden Sie sich  
entweder telefonisch  
oder per E-Mail an die

**Ambulanz der  
ZIST Akademie**  
Zist 1 | 82377 Penzberg  
Telefon:  
+49-8856-936917  
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](http://www.zist.de/de/institutsambulanz) finden.

● **INFORMATIONSTAG  
ZUR APPROBATIONS-AUSBILDUNG  
ZU PSYCHOLOGISCHEN  
PSYCHOTHERAPEUTINNEIN/  
PSYCHOTHERAPEUTEN  
SOWIE ZUR KJP ZUSATZQUALIFIKATION**  
Dr. Wolf Büntig

An den Informationstagen können Psychologinnen und Psychologen, die an einer Ausbildung in tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie für Erwachsene sowie zur KJP Zusatzqualifikation nach der Approbation in Erwachsenenpsychotherapie an der ZIST Akademie für Psychotherapie interessiert sind,

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

kennenlernen und alle Fragen stellen, die sie bewegen.

● **INSTITUTSAMBULANZ DER  
ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE**  
Leitung: Dr. med. Wolf E. Büntig

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

**Behandlung**

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

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

**Kosten**

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



**Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie  
auf den einfachsten Nenner gebracht**  
Text: 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 das Unbewusste, Identifizierung, Übertragung und Gegenübertragung, Abwehr, Widerstand und Regression.

Menschliches Verhalten ist weitgehend motiviert durch unbewusste Triebe wie

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

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

- uns mit diesem Ich-Ideal *identifizieren*,
- das Ich-Ideal gefährdende Impulse zur Wahrnehmung und Durchsetzung der Eigenart abwehren,
- damit verbundene Empfindungen, Gefühle und Emotionen wegdrücken (deprimieren),
- unliebsame Erinnerungen verdrängen,
- frühe Beziehungserfahrung auf die Beziehungen der Gegenwart übertragen und
- 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 stellt und in der Regression zur Entlastung von der Selbstüberforderung im Dienst an der Selbstoptimierung führen kann. Deshalb ist – vor aller therapeutischen Kunstfertigkeit – die Konfrontation dieser Abwehr durch beharrlichen mitmenschlichen Kontakt das wirksamste Mittel der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie.





REFERENTINNEN  
UND REFERENTEN ● A – Z

82

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

Lucius Annaeus Seneca



Hunter  
Beaumont



Tania  
Bosak



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.  
→ Welche Form(en) der Psychotherapie können echte Bewusstseinsveränderungen konsistent unterstützen?, Seite 40

**Tania Bosak**, Senior TaKeTiNa Rhythmspädagogin in Mastertraining, Musikerin, Komponistin, Schauspielerin; studierte Musik, Tanz und Darstellende Kunst in Australien, wo sie seit 1991 als Profimusikerin und Musikpädagogin tätig ist. Sie ist zudem ausgebildete Therapeutin und erhielt das Churchill-Stipendium für Studien in Korea an Drum & Dance. Tania ist Begründerin von *Pulse Rhythm*, unterrichtet Rhythmus und TaKeTiNa am NMIT und arbeitet mit dem *IDJA Tanztheater* als Komponistin und Rhythmusexpertin. Als Assistentin und Co-Leiterin von und mit Reinhard Flatscher leitet sie Trainings und Workshops in Europa. Außerdem ist sie im Bereich Klinische Rhythmus-Forschung tätig.  
www.taniabosak.com

→ 50 Jahre Rhythmus pur – TaKeTiNa Symposium, Seite 28, 70

**Peter Bourquin** ist gebürtig Deutscher und lebt und arbeitet seit 1998 in der Nähe von Barcelona in Spanien. Er ist Humanistischer Therapeut und Leiter des Instituts ECOS. Er arbeitet 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 fünf Büchern sowie zahlreicher Artikel.

Auf Deutsch sind bisher 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

Peter Bourquin & Kirsten Nazarkiewicz  
(Hg.): *Einflüsse der Welt*, Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen, 2018

www.ecosweb.net

→ Der allein gebliebene Zwilling  
Seite 12, 40

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

www.einfach-liebe.de

→ Das Einfach Liebe Retreat für Paare,  
Seite 21

**Volker Buchwald**, Vater von drei erwachsenen Kindern, ist Golf- und Meditationslehrer und ausgebildet in Bewusstseinsarbeit (LIP) nach Nelles. 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 leitet Seminare für Paare zu diesem Thema.  
www.einfach-liebe.de

→ Das Einfach Liebe Retreat für Paare,  
Seite 21



Wolf  
Bütig



Maja  
Bütig-Ludwig



Sabine  
Bundschu



Russell  
Delman



Freeman  
Dhority

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

→ Informationstag zur *Approbationsausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen/Psychotherapeuten sowie zur KJP Zusatzqualifikation*, S. 68, 78  
→ Vortrag: Sex und Erotik, Seite 69  
→ 50 Jahre Rhythmus pur – TaKeTiNa Symposium, Seite 28, 70  
→ Vortrag: Xenophobie, Seite 69

Selbsterfahrung

→ Autonomie – Treue zum Wesen und Entfaltung von Eigenart, Seite 12, 36  
→ Krise und Krankheit als Chance – Versöhnung mit dem Leben, S. 24, 50  
→ Singles – All the lonely people, S. 13  
Fortbildung Workshop

→ Sich sein lassen, Seite 12, 40

→ Phönix aus der Asche, Seite 24, 41

→ Vater – wo bist du?, Seite 13, 41

Fortbildung – Serie

→ Potentialorientierte Psychologie in der Menschenführung, Seite 47

→ → Das menschliche Potential und seine Entfaltung, Seite 12, 48

→ → Augenhöhe, Seite 13, 48

→ → Sucht, Seite 24, 49

→ → Gesunde Aggression, Destruktivität und Depression, Seite 13, 49

ZIST Akademie für Psychotherapie, S. 74

**Maja Bütig-Ludwig**, geb. 1963. Vierjährige Ausbildung in der Feldenkrais-Methode bei Bruria Milo, Edward Dwell, Alison Rapp, Carl Ginsburg, Angel De Benedetto, Myriam Pfeffer und Roger Russell. Anschließend Advanced Trainings bei Eli Wadler. Weiterbildung Somatic Experiencing bei Peter Levine und Larry Heller. Seit 2010 selbstständig als Feldenkrais Lehrerin.  
→ Bewegungs-Spielräume, Seite 24

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

→ TaKeTiNa – Schnuppertag, Seite 68

→ Musikalische Gruppenleitung für Therapeutinnen und Therapeuten, S. 42

→ When the Drummers Were Women,  
Seite 21, 28

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

For more information, please visit:

www.russelldelman.com

→ The Embodied Life Retreat, Seite 25, 32

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

→ Präsenz im Dialog, Seite 21, 32



**Esther Diethelm**



**Steffi Dobkowitz**



**Gertraud Eder-Büntig**



**Karin Enz Gerber**



**Linda Evans Delman**

**Esther Diethelm**, a graduate music teacher, Esther trained as a TaKeTiNa rhythm teacher and rhythm therapist. She has been involved with advanced studies in Bodypercussion, Circle Singing and Improvisation. From 1991–2012 she was a member of the *Ridhwan School*. Now Esther offers workshops for a wide audience, leading rhythm trainings at music academies and working with orchestras and choirs. Since 1993, Esther has supported groups with self-exploration and self-realization processes, especially in collaboration with Wolf Büntig. Since 2014 she is also teaching at ZIST Academy.

Esther Diethelm, Dipl.-Musikpädagogin. Ausbildung in TaKeTiNa Rhythmspädagogik und Rhythmustherapie bei R. Flatischler und W. Büntig. Weiterbildungen in Bodypercussion und Circle Singing. 1991–2012 *Ridhwan School*. Neben offenen Workshops gibt sie Rhythmusschulungen an Musikhochschulen und arbeitet mit Orchestern und Chören. Seit 1993 begleitet sie Gruppen, die der Selbsterforschung und Potentialentwicklung dienen, vor allem in Zusammenarbeit mit Wolf Büntig. Seit 2014 auch im Rahmen der ZIST Akademie tätig.  
→ The Art of Meditation and Self Inquiry, Seite 34

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

→ Präsenz im Dialog, Seite 21, 32

**Gertraud Eder-Büntig**, Dipl.-Soz.arb. (FH), Heilpraktikerin beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie, Fortbildung in verschiedenen Methoden der Humanistischen Psychotherapie, Weiterbildung am *Center for Movement Education*, San Francisco; in Bioenergetik und Gestalt bei Wolf Büntig; in Gestalt am *Gestalt Training Institute*, San Diego und in Hakomi am *Hakomi Institut*. Zertifizierte Lehrerin des Diamond Approach (Ridhwan Schule).

→ Autonomie – Treue zum Wesen und Entfaltung von Eigenart, Seite 12, 36

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

www.koerpermusik.ch  
→ Singing Pool, Seite 30

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

→ The Embodied Life Retreat, Seite 25, 32



**Johannes Feuerbach**



**Reinhard Flatischler**



**Kathrin Franckenberg**



**Andreas Gerber**



**Thomas Geßner**

**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 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.

www.feuerbach.biz

→ Beziehung, die man tanzen kann, S. 22

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

Veröffentlichungen

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

*Urkraft Rhythmus*, Junfermann Verlag (2009)

*Rhythm for Evolution*, Schott Verlag (2006)

*Rhythmus als Weg*, Synthesis Verlag (2000)

Mehr auf: www.taketina.com

Reinhard Flatischler, born in 1950. Reinhard Flatischler studied piano at the prestigious *Music University in Vienna*. Flatischler is

the founder of the TaKeTiNa rhythm process, which today is used in education, therapy and performance worldwide. With his compositions and his educational approach, Flatischler has fundamentally influenced the European drums and percussion scene. The media repeatedly describes him as the "ambassador of the global language of rhythm." Flatischler's CDs and books (e. g. *Rhythm for Evolution*, Schott) won several awards and are regarded as standard music literature. Flatischler performed with some of the best drummers of our time, amongst them Airtto Moreira, Zakir Hussain, Glen Velez, Leonard Eto of KODO, the *Auckland Philharmonia* amongst others.

→ Einführungs- und Auswahlworkshop zum *Body2Drum*, Seite 59, 68

→ 50 Jahre Rhythmus pur – TaKeTiNa Workshop und Symposium, S. 28, 70

→ *Body2Drum*, Seite 56

→ TaKeTiNa – kostenlos!, Seite 29

**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 29

**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. Lehrbeauftragter Dozent an der FHNW (*Hochschule für Musik/Soziale Arbeit/Pädagogik*) und in der LehrerInnenfortbildung. Seit 2007 Leitung der Aus- und Weiterbildung *Körpermusik* mit Karin Enz Gerber.

www.koerpermusik.ch

→ Singing Pool, Seite 30

**Thomas Geßner**, Berlin. Dipl.-Theologe, Lehrtherapeut für Systemaufstellungen (DGfS), Autor, geb. 1964 in Halle/S. Er verbindet das Potential der phänomenologischen Aufstellungsarbeit mit seinen spirituellen Wurzeln in zwanzig Jahren Seelsorgepraxis. Sein methodischer Fokus liegt auf der Unterscheidung zwischen dem relativ sicheren *Jetzt* sowie einem vielleicht bedrohlichen, jedoch vergangenen *Damals*. Inhaltlich geht es darum, was das Leben gerade von uns will und wie wir dem folgen können.

Literatur

Thomas Geßner: *Wie wir lieben. Und was wir alles aus Liebe tun oder vermeiden*, Innenwelt Verlag, Köln, Edition Neue Psychologie, 2018

Thomas Geßner: *Trauma, Illusion und Spiritualität*. In Peter Bourquin, Kirsten Nazarkiewicz (Hg.): *Trauma und Begegnung. Praxis der Systemaufstellung*, Jahrbuch der DGfS, Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen, 2017

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

www.gessner-aufstellungen.de

→ Trauma, Illusion und Spiritualität – Aufstellungsarbeit mit traumatischen Erinnerungen, Seite 42, 51

→ Wozu bin ich krank? – Aufstellungsarbeit zur seelischen Funktion von Symptomen, Seite 25, 50

**Nöle  
Giulini****Devapria  
Gokani****Sonia  
Gomes****Christian  
Gottwald****Susannah  
Grover**

**Nöle Giuliani**, USA, ist zertifizierte Senior iRest Yoga Nidra Lehrerin und Senior Ausbilderin nach Richard Miller, Ph.D. Nöle studierte Kunst, Kunsttherapie und Psychologie und ist zertifizierte Yogalehrerin mit dreißig Jahren Erfahrung. Durch ihren einzigartigen, humorvollen und lebendigen Stil, komplexe und tiefgreifende Lehren nachvollziehbar als direktes Erleben zu vermitteln, verwirklicht sie ihr tiefstes Anliegen: die Verbindung des Schöpferischen mit dem Spirituellen zu leben.  
www.tenderpawsofyoga.com  
www.thepracticeofwelcoming.de  
→ The Practice of Welcoming, S. 26, 33, 42

**Devapria Gokani**. Geboren 1964 in einer indischen Familie, lebt und atmet Devapria Ayurveda und Massage länger als sie sich erinnern kann. Sie ist ausgebildet in Tiefengewebssmassage (Rebalancing), Holistischer Massage, Craniosacraler Biodynamik, Ayurvedischer Yogamassage, Hawaiischer Massage, Japanischer Gesichtsmassage, Primärtherapie und Gurdjieff Movements. Außerdem hat sie verschiedene indische Tanzstile studiert und sich mit anderen internationalen Tanzstilen beschäftigt. Sie leitet Tanzworkshops, Trainings in Massage und gibt Einzelsitzungen in vielen Ländern. Ihre meditative Haltung ist ihr dabei die wichtigste Inspirations- und Kraftquelle. Derzeit ist sie dabei, ihre Ausbildung als *Holistic Counsellor* bei Turiya Hanover und Rafia Morgan abzuschließen.  
→ Freier Fluss für einen freien Kopf – mit indischer Kopfmassage, Seite 26, 42

**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.

→ SOMA Embodiment – Workshop zur Einführung, Seite 43

**Christian Gottwald**, Dr. med., geb. 1943, verheiratet seit 1974, zwei erwachsene Söhne. Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Psychoanalyse. Hakomi-Lehrtherapeut. Eigene vertragsärztliche Praxis in München. Dozent und Supervisor in der Weiterbildung von Psychotherapeuten in bewussteinzentrierter Körperpsychotherapie. Coaching und Teamentwicklung. Veröffentlichungen zum Thema Neurobiologie und Körperpsychotherapie.  
www.gottwald-eidos.de  
→ Vortrag: Einführung in moderne bewussteinzentrierte Körperpsychotherapie, Seite 69  
→ Öfter wohl, zufriedener oder glücklich sein können, Seite 14

**Susannah Grover** is a regular faculty member of the ZIST Academy, where she teaches the final class of the 5-year training program. She teaches *Spirituality in Psychotherapy*, where the therapists come to understand the transpersonal. For more than 50 years Susannah has been immersed in psychological and spiritual trainings and practice. She was initiated into Buddhism and Sufism, as well she was made a spiritual teacher by her teachers. She has been a professor of anatomy and physiology, of Eastern and Western Spirituality. Susannah had a large multi-disciplinary healing clinic in California as a Chiropractor and Craniopath. She was a Diamond Approach teacher for over 20 years and had groups in Ireland and Sweden, offering individual session work, small group work, and large group didactic teaching. Her current approach to inner work emphasizes facilitating direct experiences of the teachings.

→ The Art of Meditation and Self Inquiry, Seite 34

**Regine  
Helke****Laurence S.  
Heller****Martin  
Höhn****Anne  
Höveler****Silke  
Humez**

**Regine Helke**, geb. 1943, Künstlerin und Kunsttherapeutin. Abgeschlossene Ausbildungen an der *École Nationale Supérieure des Arts Décoratifs*, Paris und der Kunsthochschule Kassel. Ab 1968 eigener psychotherapeutischer Prozess. Ab 1972 Mitarbeit, Austausch und Supervision bei Prof. Dr. K. Dürckheim und Dr. M. Hippius an der *Schule für Initiatische Therapie* in Todtmoos-Rütte. Weiterbildungen in Gestalt- und Körperarbeit. Seit 1973 Zen-Praxis und Zen-Künste. Von 1978–1979 Japanaufenthalt in einem Rinzaï-Zenkloster bei Juho Seki Rôshi. 1980–2008 Leitung von Weiterbildungsgruppen mit Wolfram Helke. Seit 2005 Gruppenleiterin in ZIST. Ab 2017 Dozentin an der ZIST Akademie. Eigene Praxis in Freiburg. Berufsbegleitende Fortbildungen in Frankreich, Spanien und Deutschland.  
www.regine-helke.de  
→ Schöpferisches Gestalten – ein Individuationsprozess, Seite 30

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

→ Annäherung an die allerfrühesten Schichten unseres Erlebens – The Primitive Edge of Experience, Seite 52  
→ Das Neuroaffektive Beziehungsmodell zur Heilung von Entwicklungsstrauma – The NeuroAffective Relational Model (NARM), Seite 60

**Martin Höhn**, geb. 1976. Studium an der *Hochschule für Musik Würzburg*. Diplom-Musiklehrer für elementare Musikpädagogik und Gitarre. Ausbildung zum TaKeTiNa Rhythmspädagogen bei Reinhard Flatischler. Ausbildung in Focusing am DAF. Langjährige Tätigkeit als Musiklehrer, Gruppenleiter, Dozent. Sein Interesse gilt dem heilsamen Aspekt von Musik und Rhythmus.  
→ TaKeTiNa – Schnuppertag, Seite 68

**Anne Höveler**, Kabarettistin, Sängerin, Bauchrednerin. Trainerin für Körpersprache und Kommunikation. Leiterin der *Clownschule Paradox* in Freiburg. Ausbildung in humanistischer und transpersonaler Psychologie (Mischka Solonevich, M.Ed.) und Bioenergetik (Ansgar Rank). Clown-Diplom bei David Gilmore. Sie hat in langjähriger Erfahrung Konzepte entwickelt, die Methoden der Selbsterfahrung mit clownesken Humortechniken verbindet.  
→ Wach' auf und träume! – Silvester mal anders, Seite 20

**Silke Humez**, Dipl.-Päd. und NIG Dozentin des NIG Instituts, ausgebildet von Barbara Innecken. Aus- und Weiterbildungen als Mediatorin, Coach sowie in systemischer Therapie und Beratung, Schwerpunkt Systemaufstellungen. Sie leitet als Trainerin seit zwanzig Jahren kommunikationsorientierte Seminare sowie Seminare zur persönlichen Weiterentwicklung. Zudem begleitet sie als Mediatorin Prozesse zur effektiven Kommunikation im Wirtschafts- und Arbeitsleben sowie als Coach Menschen, die sich beruflich und persönlich weiterentwickeln wollen.  
www.silkehumez.com  
→ NIG Master: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten, Seite 44, 53



**Barbara Innecken**



**Katrin Jonas**



**Michael Kraft**



**Susanne Kraft**



**Elmar Kruthoff**

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

Publikationen

*Im Bilde sein* (mit E. Madelung), Carl-Auer Verlag

*Weil ich euch beide liebe*, Tredition Verlag

*Kinesiologie – Kinder finden ihr Gleichgewicht*, Don Bosco Verlag

www.barbara-innecken.de

www.nig-institut.de

→ NIG Master: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten, S. 44, 53

→ Familienaufstellungen, Seite 22

→ Traumatherapeutische Grundlagen für die Aufstellungsarbeit im Einzelsetting mithilfe des Neuro-Imaginativen Gestaltens (NIG), Seite 44, 51

→ Weil ich euch beide liebe, Seite 23

**Katrin Jonas** ist eine international tätige Körper-Mind-Therapeutin, Feldenkrais Lehrerin (E. Bloom), Meditationsmentorin, BodyWareness-Trainerin und Autorin, die ihren Erfahrungsschatz aus über fünfundzwanzigjähriger Berufstätigkeit mit Passion weitergibt. Sie leitet weltweit Seminare und bietet darüber hinaus Intensivprogramme für Einzelpersonen (unter anderem BMD, Body-Mind-Deprogramming) an. Besonders am Herzen liegt ihr die Arbeit mit Frauen, die mit gesundheitlichen Herausforderungen, Körperaversionen oder Stress kämpfen. Katrins Lebensmittelpunkt ist in London.

www.katrin-jonas.com

→ Frauen meditieren anders, Seite 34

**Michael Kraft**. Nach der Schule freie Mitarbeit in der Ausgrabung Alt-Ägina. Zivildienst in einer Schule für mehrfach behinderte Kinder. Studium der klassischen Archäologie und Altphilologie. Ausbildung an der *Graf-Bothmer-Schule für Gymnastik*. Selbstständiger Inhaber eines Fachgeschäftes für Naturkost und Baubiologie. Berater und Entwickler für ökologische und soziale Projekte. Seit 2005 selbstständiger Bestatter zusammen mit Susanne Kraft. Seit 2005 Trainer für Gewaltfreie Kommunikation.

→ Dem Tod neu begegnen – Abschied und Bestatten als Tor zum Leben, Seite. 14, 34

**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 14, 34

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

→ Sechs konkrete Hilfen für den inneren Kritiker ... und wie ein gutes Zusammensein gelingen kann, Seite 15



**Sabine Löffler**



**Regina Lord**



**Viktoria Luchetti**



**Tupac Mantilla**



**Gilberto Mercado**

**Sabine Löffler**, Dipl.-Psych., Familientherapeutin, international zertifizierte PBSP Therapeutin (im deutschen Sprachraum als Pessso-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 Pessso 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 Pessso-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 15

**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, S. 31

**Viktoria Luchetti**, Mitarbeiterin des Grof Legacy Trainings und Co-Leiterin von internationalen Ausbildungsgruppen mit Dr. Ingo Benjamin Jahrsetz seit 2020. Sie leitet Seminare in Europa, Nord- und Südamerika seit dreißig Jahren und ist über 14 Jahre Co-Leiterin des Grof Transpersonal Trainings in Südamerika (Chile, Argentinien, Peru und Kolumbien). Langjährige Mitarbeit bei internationalen Seminaren von Stan Grof und Jack Kornfield. Pädagogische und therapeutische Arbeit mit Kindern über zwanzig Jahre. Ausbildung in Life/Art Process bei Anna Halprin; Sandspieltherapie nach Dora Kalff und Authentic Movement nach Janet Adler; Körpertherapeutische Fortbildungen unter anderem von John Kabat Zin und dem *Upledger Institute USA*. Autorisierte Ausbilderin in Holotropem Atmen nach Stan Grof.

→ Grof Breathwork – Das Abenteuer der Selbstentdeckung und die Kunst der Integration, Seite 16, 35

**Tupac Mantilla**. Der kolumbianische Perkussionist und Drummer ist der Gründer und Direktor des globalen Percussion Netzwerks PERCUACTION und Direktor der kolumbianischen Percussion- und Bodypercussion-Gruppe TEKEYÉ. Mantilla ist als Perkussionist für den Grammy nominiert und hat mit Musikern wie Bobby McFerrin, Zakir Hussain, Savion Glover, Bill Cosby, Julian Lage und dem Bogotá Philharmonic Orchestra zusammengearbeitet. Er gilt als einer der kreativsten, versiertesten und einzigartigsten Künstler seiner Generation. *Never seen anything like him*.

Bobby McFerrin

Tupac Mantilla, Colombian percussionist, is considered nowadays one of the leading forces in the contemporary rhythm world. His prolific career includes appearances in venues such as Carnegie Hall and collaborations with artist such as Bobby Mc-

Ferrin, Esperanza Spalding and Zakir Hussain. 2009 Tupac was recognized with a Grammy nomination. Tupac's innovative rhythm and body percussion related methods, books and systems have benefited directly more than 150 000 people around the world.

www.tupacmantilla.com

→ Einführungs- und Auswahlworkshop zum *Body2Drum* Seite 59, 68

→ 50 Jahre Rhythmus pur – TaKeTiNa Symposium, Seite 28, 70

→ Body2Drum, Seite 56

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

→ Grof Breathwork – Das Abenteuer der Selbstentdeckung und die Kunst der Integration, Seite 16, 35

**Uwe Minde****Malte Nelles****Masako Ohta****Karin Ortner-Willnecker****Roswitha Pfeleiderer**

**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 15

**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*, <https://www.zist.de/de/veroeffentlichung/das-eintreten-das-eigene-geistige-sein-interview-mit-dr-wilfried-nelles-und-malte>  
→ Reise zu dir selbst, Seite 16

**Masako Ohta** stammt aus Tokio, Japan. Die Pianistin, Komponistin, Performerin und Dipl.-Klavierpädagogin ist in den Bereichen Klassische und Neue Musik, Improvisation, Film- und Theatermusik tätig. Sie unterrichtet Klavier und Kammermusik. Masako Ohta beschäftigt sich intensiv mit Poesie, Klang und Musik aus Japan und Europa sowie anderen Kulturkreisen und kreiert interkulturelle und interdisziplinäre Projekte und Konzerte. Sie ist Preisträgerin zahlreicher Musik- und Kulturpreise. Masako Ohtas Arbeit ist in Rundfunkproduktionen und auf CDs dokumentiert. Sie ist eine *Poetin des Klaviers*. SZ, Feuilleton.  
www.masako-ohta.de  
→ Klavierspüren, Kalligrafie und Tai Chi, Seite 31

**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 (Dürckheim), Mentaltechniken (unter anderem H. Leuner, L. Reddemann), Stimmimprovisation (Carl Adamek), Ethnomedizin (Institut für Ethnomedizin München). Seit 18 Jahren Praxis für Souveräne Lebensführung mit Schwerpunkt Hochsensibilität und Vielfachbegabung.  
www.ortner-willnecker.de  
→ Hochsensibilität – Ich darf sein, Seite 17, 26

**Roswitha Pfeleiderer**, Heilpraktikerin Coach, Mediatorin, zertifizierte Kommunikationstrainerin (GfK). Transpersonale Prozessarbeit bildet unser Seminarfundament, das mit weiteren Elementen verknüpft ist. "Das offenherzige Gewahrsein lässt mich auf meinem Weg immer tiefer den inneren Raum der Verbundenheit von allem erfassen. Eine Erfahrung der Ganzheit, die die Vielfalt und Komplexität des Lebens einschließt."  
→ Herzintelligenz und empathische Kommunikation, Seite 17

**Katrin Reuter****Jeanne Rosenblum****Doris Rothbauer****Ulrich Rothmund****Richard Rumler**

**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  
→ Intuition und innere Führung (SAT Modul III), Seite 18, 54

**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 36

**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 ist sie seit einigen Jahren Mitglied des Lehrteams des *Somatic Experiencing Trauma Institute* (SETI) und leitet SE Trainings europaweit. Zu ihrem Hintergrund gehören unter anderem Ausbildungen und Lehrtätigkeit in NARM (Dr. Laurence Heller) und Neuroaffektiver Entwicklungspsychologie (Dr. Susan Hart, Marianne Bentzen).  
www.dorisrothbauer.de  
→ Einführung in die Traumatherapie *Somatic Experiencing*, Seite 64, 69  
→ Somatic Experiencing, Seite 63

**Ulrich Rothmund**, Jahrgang 1966, Dipl.-Sozialarbeiter und Heilpraktiker in Ravensburg. Umfangreiche therapeutische Erfahrungen in einer psychiatrischen Tagesklinik und seit 2012 in eigener Praxis. "Wichtige Inhalte meiner Arbeit waren und sind Theaterarbeit auf der Bühne und in der Klinik, NLP, klassische und Ericksonsche Hypnose, systemischer Ansatz, Enneagramm, Qi Gong sowie Craniosakrale/Psychodynamische Osteopathie." Seit 2009 Sensory Awareness unter anderem bei Seymour Carter und Ned Dwelle.  
www.praxis-rothmund.de  
→ Achtsamkeit als Kunst der Lebendigkeit, Seite 18, 26

**Richard Rumler**, Dr. med., Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, lebt und arbeitet nach längeren Auslandsaufenthalten seit 1990 in eigener Praxis in München. Dozent, Lehrtherapeut und Supervisor für integrale Tanz- und Ausdruckstherapie (ITA). Aus- und Weiterbildungen in klinischer Hypnose, NLP sowie Methoden der Körpertherapie und systemischen Therapie.  
→ Das Leben als Heldenreise, Seite 20

**Michael Rupp****Irmgard Schmelcher-Haimerl****Brant Secunda****Raja Selvam****Lisa Sokolov****Mischka Solonevich**

**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](http://www.bodydynamic.de)

→ Kontakt- und Bindungsfähigkeit, Seite 18, 45

→ Grenzen in der sozialen Interaktion, Seite 19, 45

**Irmgard Schmelcher-Haimerl**, Dipl.-Sozialpädagogin (FH) und Heilpraktikerin für Psychotherapie in eigener Praxis. Seit 1991 unter anderem ausgebildet in Bioenergetik (in ZIST: Marianne Ingen-Housz, Wolf Büntig, Hunter Beaumont) sowie in ressourcenorientierter Fachberatung in Psychotraumatologie (DeGPT/BAG) und als IFS Therapeutin bei Richard Schwartz und Susan McConnell. Langjährige Assistentin in der IFS Ausbildung des IIFS Instituts Heidelberg sowie von Susan McConnell und Leiterin des IIFS Instituts Berlin.

[www.praxis-schmelcher-haimerl.de](http://www.praxis-schmelcher-haimerl.de)

→ Erforschung der Innenwelt, Seite 19, 45

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

[www.shamanism.com](http://www.shamanism.com)

→ Schamanismus der Huichol Indianer, Seite 35

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

[www.traumahealing.com](http://www.traumahealing.com)

[www.integralsomaticpsychology.com](http://www.integralsomaticpsychology.com)

→ Integrale Somatische Psychologie (ISP), Seite 62

**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- und Singbildung 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](http://www.lisasokolov.com)

→ Stimmiger Körper – verkörperte Stimme, Seite 32

**Mischka Solonevich**, M.Ed., Heilpraktiker beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie (Deutschland) und Psychotherapeut (Österreich). Seit 1975 Referent in ZIST. Basis seiner Berufung ist die Wirkung eigener tiefer Selbsterfahrung und von Meditation. Darauf aufbauend: Aus- und Fortbildungen in Values Clarification; Körperpsychotherapie; Encounter; Gruppendynamik und Konfliktmanagement; Hypnotherapie; Transaktionsanalyse; Traumatherapie und neue Potenziale aus den Grenzbereichen zur Epigenetik. Entwickler der Methode *WertSpüren*, einer Integration der obigen Methoden zur Förderung von innerer Stimmigkeit und Lebendigkeit.

[www.silvesterseminar.de](http://www.silvesterseminar.de)

→ Wach' auf und träume! – Silvester mal anders, Seite 20

**Josef Tauscher****Ingo Vauk****Eli Wadler****Anna-Maria Weber****Ulrike Wichtmann****Gerhard Zimmermann**

**Josef Tauscher**, Psychotherapeut und Facharzt für Allgemeinmedizin, blickt auf 35 Jahre Meditationspraxis zurück, die letzten 17 Jahre davon bei Richard Baker Roshi im Zen. Seit 23 Jahren Arzt in eigener Praxis mit psychosomatischem Schwerpunkt hat er sich die letzten Jahre zunehmend auf Kurzzeit-Psychotherapie, Krisenintervention und Entwicklung des KOSBA-Trainings (*Körper-Orientierte-Selbst-Beziehungs-Akzeptanz*) konzentriert. Weiterbildungen bei Wolf Büntig in Potentialorientierter Psychotherapie und als *embodied-life-teacher* bei Russell Delman. Kürzere Fortbildungen unter anderem bei Gunther Schmid, Stephen Gilligan, Hunter Beaumont und Hansjörg Ebell.

→ Das Leben als Heldenreise, Seite 20

**Ingo Vauk**, Sexual Grounding Therapist (Willem Poppeliers, Holland), Potentialorientierte Psychotherapie (Wolf Büntig, ZIST), Creative Couple Worker (*Centre for Gender Psychology*, London), Therapeut für Gruppenworkshops bei Internatsbedingter Traumatisierung (*Boarding School Survivors*). Heilpraktiker beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie. Ständige Weiterbildungen und Arbeit am eigenen Prozess. Eigene Praxis für Paare, Familien und Individuen. Englischsprachiges Therapieangebot, daher internationales und multikulturelles Klientel und Engagement. Gruppentherapie und Arbeit mit Männergruppen. Langjährige Erfahrung in der Arbeit mit internationalen Gruppen, Workshops: Leitung und Konzeption.

→ Frei werden für Beziehung und gelebte Sexualität, Seite 23, 45

**Eli Wadler**, jüngster der zwölf Schüler der ersten Stunde, war jahrelang persönlicher Assistent von Dr. Moshé Feldenkrais. Die Zusammenarbeit mit seinem Lehrer und Mentor sowie seine über vierzigjährige Erfahrung in der eigenen Praxis resultieren in einer ungewöhnlich reichen, eigenständigen, subtilen und genauen Arbeitsmethode. Er etablierte am *Zinman College of Physical Education and Sport Sciences* im *Wingate Institute* die Feldenkrais-Methode, die seitdem in Israel ein eigenständiges Studienfach ist, und war *educational director* der dortigen Feldenkrais Ausbildungen.

[www.feldenkrais-wadler.com](http://www.feldenkrais-wadler.com)

→ Moshé Feldenkrais' Erbe, Seite 55

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

Anna-Maria Weber, studied flute, instrumental pedagogy and chamber music at the *Music University Trossingen* with Prof. Arife Gülsen Tatu. She attended a further training in music mediation at the *University of the Arts Bremen* as well as amongst others masterclasses with Andrea Lieberknecht, Christina Fassbender and Gudrun Hinze. She won several awards in international music competitions. Anna is a freelance musician in various orchestras and ensembles and a flute teacher as well as

TaKeTiNa teacher. She works on incorporating the TaKeTiNa knowledge into the classic field.

→ 50 Jahre Rhythmus pur – TaKeTiNa Workshop und Symposium, S. 28, 70

**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, 45

**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](http://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

AUFSATZ	● Gustl Marlock: Zum Strukturwandel des Seelischen in der Postmoderne	100
ZIST	● Hintergrund	96
	● Aufenthalt in ZIST	108
	● Wegbeschreibung	110
	● In eigener Sache	111
	● Impressum	118



**HUMANISTISCHE PSYCHOLOGIE**

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

Dritte Kraft

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

Hierarchie der Bedürfnisse

Das menschliche Potential ist als Inbild (genetischer Code) eingeboren; es wird an einem Vorbild als Wert erkannt, als Bedürfnis, Notwendigkeit und Auftrag erlebt und durch Übung im Alltag als menschliche Kompetenz verwirklicht. Das menschliche Potential entfaltet sich im Lauf der Entwicklung entsprechend einer Hierarchie der Bedürfnisse: Aufbauend auf den Grundbedürfnissen, deren Befriedigung das Überleben sichert (Nahrung, Geborgenheit, Schutz) und das Dasein bestätigt (Beachtung), werden

die sozialen Bedürfnisse (Zugehörigkeit, Geselligkeit, Anerkennung und Achtung) sowie die Selbstbehauptungsbedürfnisse (Territorium, Fortpflanzung, Rang und Status) aktualisiert. Ein unbefangener Umgang mit diesen Grundbedürfnissen ist nach den Beobachtungen Maslows eine gute Basis für die Realisierung der spezifisch menschlichen Neigungen – der höheren oder Meta-Bedürfnisse: Interesse, Anteilnahme, Freude, Wille, Wahrheitsliebe, Präsenz, Ästhetik und Kreativität, Wertschätzung und Wertbildung, Dienstbereitschaft, Hingabe, Autonomie, Sinnfindung und so weiter, bis hin zum Streben nach Selbsterkenntnis, Selbstbewusstheit und Selbstverwirklichung.

Selbstverwirklichung bedeutet dabei keinesfalls ich-bezogene Durchsetzung individueller Vorlieben. Vielmehr gehören zum Menschsein das Mitgefühl und die Bereitschaft zum Dienst an der Gemeinschaft ebenso wie – nach Viktor Frankl – die Transzendenz: der Drang, über die durch Sozialisierung definierten Ich-Grenzen hinaus zu wachsen und die Ausrichtung auf eine umfassende Wirklichkeit jenseits der durch gesellschaftliche Übereinkunft festgelegten Realität.

Die sogenannten höheren, spezifisch menschlichen Neigungen haben nach Maslow ebenso Instinktcharakter wie die biologischen Bedürfnisse, von denen sie sich nicht prinzipiell, sondern lediglich durch größere Differenziertheit einerseits und geringere Triebkraft andererseits unterscheiden. Wissensdurst, Mitgefühl und Spiritualität gehören demnach ebenso zu unserer menschlichen Natur wie der Durst nach Wasser, der Beachtungshunger und der Sexualtrieb. Kulturelle Leistung ist – so gesehen – kein Widerspruch zu menschlichen Trieben, sondern deren Erfüllung.

Humanistische Psychologen vertreten hinsichtlich der Möglichkeiten der Entfaltung des menschlichen Potentials vorzugsweise eine optimistische Sichtweise – zum einen durch die Behauptung einer menschlichen Neigung zum Guten, zum anderen durch die Wahrnehmung einer lebenslangen Entwicklungsfähigkeit.

Einzelne Autoren beziehen in die sich entwickelnde Wissenschaft vom Menschen auch das Böse, das Leiden sowie schicksalhafte Verstrickungen ein.

Dabei wird die Aggression – in Anlehnung an Karen Horney – von der Destruktivität unterschieden und als eine Leben unterstützende Kraft gesehen, die den Menschen wie alle Lebewesen befähigt, auf das zuzugehen, was nährt und nützt, von dem wegzugehen, was zehrt und schadet, und gegen das anzugehen, was Integrität bedroht.

**HUMANISTISCHE PSYCHOTHERAPIE**

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

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

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

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

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

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

- umfasst darüber hinaus ein breites und differenziertes Spektrum von gegenwarts-, körper- und personenbezogenen Verfahren, die auf die Entfaltung des menschlichen Potentials ausgerichtet sind,
- ermöglicht den Begleitung bei der Selbstfindung Suchenden die Lösung von Blockaden gegen die Wahrnehmung von Gefühlen sowie den Ausdruck von Emotionen,

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

In der praktischen therapeutischen Arbeit achtet Humanistische Psychotherapie mehr darauf, wie die Person ihr Potential unterdrückt beziehungsweise entfaltet, als auf Anpassung an eine Konsensrealität, 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 PSYCHOTHERAPIE

Potentialorientierte Psychotherapie ist eine Variante der Humanistischen Psychotherapie für Menschen, die

- an dem inneren Konflikt zwischen übermäßiger Anpassung an die Normen anderer (Normopathie) einerseits und dem Bedürfnis nach Selbstbestimmung (Autonomie) andererseits leiden oder gar krank geworden sind,
- Krise, Leiden und Krankheit als Herausforderung erleben, eigene Möglichkeiten und Fähigkeiten nicht länger fremden Vorstellungen zuliebe zu unterdrücken, und
- Symptome als Wegweiser in die wesensgemäße Richtung werten entsprechend der Devise "Angst ist Lust, der man keine Richtung gibt".

Krankheit als Herausforderung

Symptome als Wegweiser

Fühlen

Eine zentrale Rolle kommt in der Potentialorientierten Psychotherapie dem Fühlen zu. Das Fühlen ist – im Gegensatz zu den Gefühlsreaktionen, die durch unspezifische Reize reflexartig und der Situation meist unangemessen ausgelöst werden – ein bewusstes Tun in der Gegenwart. Fühlen bedeutet, mit Sinnen wahrzunehmen, was uns im Inneren bewegt, und der immer neuen inneren Bewegung eine der immer wieder neuen Situation angemessene Bedeutung zu geben.

Durch das Fühlen kann die fühlende Person

- die Prägung durch die Bedingungen ihrer Sozialisierung erkennen,
- sich lösen von der Identifikation mit dem Opfer der eigenen Geschichte,
- situationsgemäß handeln,
- wahrnehmen, was jetzt wahr ist und
- Zeuge werden des gegenwärtigen unbedingten Seins.

### METHODEN DER SELBSTERFAHRUNG

#### Diamond Approach

Der Diamond Approach ist die von H. A. Almaas vermittelte Lehre und Methode zur Entwicklung von spiritueller Reife und Vollständigkeit der Person. Dieser sehr pragmatische, auf Erfahrung gründende Weg verbindet traditionelles Wissen über die menschliche Essenz und Entfaltung mit zeitgenössischen psychologischen Erkenntnissen.

*Ridhwan School, www.ridhwan.org*

#### Ericksonsche Hypnotherapie

Die Hypnotherapie nach Milton Erickson nutzt ein vielfältiges Repertoire an Interventionen, um Zugang zu unbewussten Ressourcen zu finden und für eine erfüllende Lebensgestaltung zur Verfügung zu stellen.

*Milton H. Erickson Gesellschaft für Klinische Hypnose e. V., www.meg-hypnose.de*

#### Familienstellen

Unser Leben wird entscheidend mitbestimmt durch die glücklichen oder leidvollen Schicksale unserer Vorfahren. Auch wenn wir von ihnen wenig oder gar nichts wissen, können schwere Schicksale in unserem Familiensystem unser eigenes Leben belasten. Es kann sein, dass wir Leid mittragen, dass wir die Schuld anderer Familienmitglieder übernehmen oder uns zu eigen machen. Mit dem systemisch-phänomenologischen Familienstellen können wir Belastungen aus der Vergangenheit erkennen und Lösungen finden.

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

#### Feldenkrais

Die Feldenkrais-Methode ist nach ihrem Begründer, Moshé Feldenkrais, benannt. Ihrem Selbstverständnis nach orientiert sie sich am Prinzip des sogenannten organischen Lernens, eines somatischen Bewegungslernens, und ist damit im Feld der Körpertherapien angesiedelt.

*www.feldenkrais.de*

#### Gestalttherapie

Die von Fritz und Lore Perls sowie Paul Goodman entwickelte Gestalttherapie steht in der Tradition der humanistischen Verfahren und basiert auf einem ganzheitlichen Weltbild, in dem der Mensch als Einheit von Körper, Seele und Geist, eingebunden in ein soziales und ökologisches Umfeld, betrachtet wird. Die Wurzeln liegen in einer Integration von Psychoanalyse, Gestaltpsychologie, Feldtheorie, Phänomenologie und Existentialismus. Die Methode fördert sowohl die Bewusstheit im Hier und Jetzt als auch Körperlichkeit und Kreativität.

*Deutsche Vereinigung für Gestalttherapie e. V. (DVG), www.dvg-gestalt.de*

### Holotropes Atmen

Holotropes Atmen wurde von Stanislav Grof als Bestandteil der Humanistischen und Transpersonalen Psychologie entwickelt, um außergewöhnliche Bewusstseinszustände, spirituelle Erfahrungen und Aspekte des kollektiven Unbewussten als menschliches Potential in die biografische Arbeit einzubeziehen.

### Körperpsychotherapie

Tiefenpsychologisch fundierte Körperpsychotherapie ist – in der Tradition von Wilhelm Reich, Alexander Lowen, Karlfried Graf Dürckheim und Stanley Kellerman – Psychoanalyse des Leibes. Der Organismus wird als essentielle Verkörperung des mentalen, emotionalen, sozialen und spirituellen Lebens verstanden. Dabei wird vom körperlich-seelischen Erleben in der Gegenwart ausgegangen.

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

### Lebensintegrationsprozess

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

*www.nellesinstitut.de*

### Somatic Experiencing

Somatic Experiencing ist eine von Dr. Peter Levine entwickelte psycho-physiologische Methode zur Bewusstmachung und Überwindung von posttraumatischen Störungen und zur Befreiung der darin gebundenen Lebensenergie.

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

### TaKeTiNa

TaKeTiNa Rhythmspädagogik nach Reinhard Flatischler ist ein musikalischer Gruppenprozess, der auf spielerische Weise zur Wahrnehmung von vertrauter Gebundenheit, möglicher Lösung und neuer Sammlung führt – und darüber hinaus zum unmittelbaren Erleben unserer rhythmischen Natur.

*www.powerofrhythm.com*

### Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie

Die von Sigmund Freuds Psychoanalyse abgeleitete tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie kann Hilfe Suchenden dabei helfen, in den frühen Beziehungen erworbene Fixierungen in Wahrnehmung, Fühlen, Denken und Handeln in Frage zu stellen, den Widerstand gegen Veränderung als Übertragung der seinerzeit sinnvollen Abwehrreaktionen in die Gegenwart zu erkennen und sich in der heilsamen Beziehung zur Therapeutenperson auf neue, das beschränkte Welt- und Selbstbild erweiternde Erfahrungen einzulassen.

*Deutsche Fachgesellschaft für tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie e. V. (DFT), www.dft-online.de*

### Hinweis

Die Beschreibung dieser in unserem Programm häufig angewandten Methoden dient lediglich der kurzen Orientierung. Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an die entsprechenden Fachgesellschaften.

# ZUM STRUKTURWANDEL DES SEELISCHEN IN DER POSTMODERNE

von Gustl Marlock

Wir danken Gustl Marlock sehr herzlich für diesen Beitrag.



Freud entwickelte bei dem Versuch, die Hysterie zu verstehen, eine Theorie, die vor allem in den metatheoretischen Überlegungen auf eine Kritik an der Viktorianischen Gesellschaft hinauslief.

Die Symptome, mit denen sich die Freudsche Psychoanalyse herumschlug, nämlich hysterische, rigide und zwanghafte Charakterneurosen, spiegelt eindeutig die autoritäre, sexuell repressive Gehorsamkeitskultur des frühen 20. Jahrhunderts wider. Und die psychoanalytische Theorie hat die entscheidenden Stichworte zur Kritik der sexuell verklemmten Viktorianischen Gesellschaft geliefert. Nicht nur die Frauenbewegung, die am Anfang des 20. Jahrhunderts aufkam, bezog sich in ihren emanzipatorischen Diskursen weitreichend auf die Psychoanalyse. Auch die avantgardistische Kunst und Literatur und deren vielfältige Bewegungen zirkulierten um die Sexualität. Diese großen und umfassenden Inspirationen haben das letzte Jahrhundert entscheidend geprägt und die euro-amerikanische Kultur massiv in Richtung Freiheit verändert.

**Die therapeutische Zunft im engeren Sinn ist dem gegenüber auf dem kulturellen Auge und der Tatsache, dass psychisches Leid nicht unwesentlich durch die jeweilige Vergesellschaftung von Menschen bedingt ist, allerdings merkwürdig blind geblieben.**

Der Mainstream der Psychoanalyse hat schon früh die Perspektive verengt und die bürgerliche Kleinfamilie und ihre konfliktbeladene Dynamik im Dreieck von Vater, Mutter, Kind als wesentlichen Bezugsrahmen etabliert; vor allem innerhalb dieses Rahmens werden die Prägungen und Ursachen des Leids von Menschen gesucht, meist ohne einen weitreichenderen Blick, der die familiären Dramen, Tragödien und Komödien aus einem historisch-kulturellen Kontext heraus verständlich machen würde.

Die in therapeutischen Kreisen eigentlich selbstverständliche psychoanalytische Neigung, alles Entscheidende in Bezug auf menschliche Entwicklung in der Kindheit zu verorten, führt unter anderem dazu, das Frühe und das Kindliche zu betonen und zu idealisieren – damit auch die Bedeutung der frühen Erfahrungen gegenüber der reiferen Selbst-Entwicklung.

Wilhelm Reich entwickelte eine eigenwillige Interpretation der Freudschen Theorie, die stark gesellschaftsbezogen war und die die Institutionen der bürgerlichen Gesellschaft, wie die Kleinfamilie aber auch die Erziehung als ebenso von der jeweiligen Gesellschaftsform geprägt, beschrieb wie die individuellen, psychischen und charakterlichen Strukturen. In seinen visionären Entwürfen einer freieren Gesellschaft hat er einen romantischen Mythos von der ursprünglichen Natürlichkeit des Menschen und der kulturbedingten Entfremdung wiederbelebt, der noch immer auch im Rest der therapeutischen Welt sehr verbreitet ist.

Dieser Mythos geht in modernen Zeiten zumindest bis Rousseau zurück und wurde von einem französischen Admiral, Louis Antoine de Bougainville, der als erster im 18. Jahrhundert mit seinem Schiff auf Tahiti landete, berühmt gemacht. Bougainville bezeichnete die Südseeinsel als *Garten Eden*. Dem französischen Seefahrer begegneten Frauen, die einen ungebrochenen und naturverbundenen Eros verkörperten, der später noch einmal vor allem über Gauguin das frühe 20. Jahrhundert als Phantasma begeisterte.

Wahrscheinlich hatten die einheimischen Schamanen Tahitis eine Intuition, wonach Anzeichen einer Degeneration des lokalen Genpools auf dessen Begrenztheit basierten. Also forderten sie die Frauen der Insel auf, die Fremden besonders freizügig und kopulationsfreudig zu empfangen. Die französischen Seeleute wählten sich im Paradies. Der Traum dauerte drei Monate, dann schlug die Stimmung der Tahitianer in extreme Feindseligkeit um und Bougainvilles Schiff musste fliehen.

Was übrig blieb war die Blume, die Bougainville mitbrachte und die seither seinen Namen trägt – und das Buch, das er nach der Weltumsegelung schrieb und das in der damaligen Zeit eines der meist gelesenen Bücher war. Bougainville war Rousseaus *Edlen Wilden* tatsächlich begegnet.

In den therapeutischen Welten kann man Spuren des Edlen Wilden in dem sich regelmäßig heute noch *unentfremdeten* Kind, in der *primären Persönlichkeit* oder im *ursprünglichen* oder *wahren Selbst* finden. Wilhelm Reich hatte seine eigenen sexuallibertären Südseefantasien, sie stammten aus den Büchern des Ethnologen Malinowski und den von ihm beschriebenen Trobriandern. Reichs utopisch-therapeutisches Selbst zeichnete sich durch eine unblockierte, vitale Körperlichkeit, Emotionalität und Sexualität aus. Diese Figur hieß genitaler Charakter und wurde vor allem in den 70er-Jahren zu einem idealisierten Klischee, an dem ein Teil der nach-reichianischen Kreise für eine Weile in narzisstischer Selbstinszenierung hängen blieb.

Die Fragen der Sexualität blieben bis in die 70er-Jahre des 20. Jahrhundert essentiell – vor allem in den eher progressiven therapeutischen Kreisen und haben sich seit Anfang der 80er-Jahre auf sonderbare Weise verflüchtigt. Dies fiel weder auf noch wurde es weitreichender kommentiert. Das Verschwinden des Eros aus den therapeutischen Gefilden heißt aber nicht notwendigerweise, dass die Fragen und Herausforderungen, die Eros stellt, inzwischen beantwortet oder erledigt wären.

## Der Wandel hin zur Postmoderne

Gegenwärtig finden wir uns in einer wirklich anderen gesellschaftlichen und kulturellen Situation wieder. Die Koordinaten, innerhalb derer sich die theoretischen wie praktischen Fragen unserer Profession stellen, sind verschoben.

Die Postmoderne ist keine Gehorsamskultur mehr, auch wenn neo-autoritäre Figuren wie Erdogan, Gauland oder Le Pen diese gerne wieder hätten.

Sie ist eher eine Kultur, die Freiheit, Individualität und Glück verspricht. Ihre propagierten Ideale bestehen nicht auf autoritärer Unterwerfung und Anpassung, sondern auf der Ausschöpfung aller Möglichkeiten und Erfüllung aller Wünsche, frei nach dem Motto eines Jimmy Cliff Songs, der heißt: "You can get it if you really want." Die Frage, warum wir alles bekommen sollten, beantworten die jungen Zeitgeist-Geeks in den Werbeagenturen folgendermaßen: "Weil du es verdienst." oder "Weil du es dir wert bist."

Sowohl die Ökonomie als auch die Weltanschauung der Postmoderne sind geprägt von dem, was wir als Neoliberalismus bezeichnen. Der Neoliberalismus beinhaltet eine Propaganda, wonach sich die Glücksversprechen durch freie unbehinderte Märkte und unbegrenztes Wirtschaftswachstum realisieren. Ronald Reagan und Margaret Thatcher waren die beiden zentralen Geburtshelfer einer Wirtschaftsordnung, die ohne wohlfahrtsstaatliche Einschränkung das *Haben-Wollen* zur obersten Maxime erklärt hat.

Zu dieser Freiheit des Marktes gehören *freie, selbstverantwortliche* Individuen, die sich durch Individualität, Eigenverantwortung und vor allem ein hohes Maß an Leistungsbereitschaft auszeichnen. Für dieses postmoderne Individuum haben Soziologen und Philosophen verschiedene Metaphern geprägt. Der Franzose Alain Ehrenberg spricht vom *Unternehmerischen Selbst* und Michel Foucault vom *Homo oeconomicus*.

Der deutsch-koreanische Philosoph Byung Chul Han ist einer der Autoren, der in seinem Buch über die *Müdigkeitsgesellschaft*

(Burnout Society) die symptomatischen Folgen des erhöhten Leistungsdrucks und Erfolgszwangs skizziert hat. Wie zu Zeiten Freuds manifestiert sich der unbewusste Zusammenhang zur gesellschaftlichen Struktur auch bei dieser Symptomlage über den Körper, aber im Gegensatz zur Hysterie nicht als Explosion, sondern als somatische Implosion; in den unteren Schichten meist als depressiv colorierte schwere Psychosomatosen, wo das Elend und der Schrei nach Hilfe über die schwer verständliche Organsprache nicht hinauskommt. In den erfolgreicher, smarten, oft auch therapeutisch gebildeten Etagen der postmodernen Gesellschaft spricht man weniger klinisch-pathologisch und mehr hip vom *Burnout*. Es wurde eine Lifestyle Begrifflichkeit gefunden, die signalisiert, dass man nicht zu den unteren Schichten der Erfolglosen gehört, die in den Medien lange als potenziell faul, parasitär oder erfolgswillig denunziert wurden. Wer ausbrennt, muss vorher zumindest heiß gebrannt und sich verausgabt haben.

Eine zweite Kategorie symptomatischer Manifestationen, in denen der Geist der Zeit durchschimmert, sind die weitverbreiteten sogenannten Panikattacken und generalisierten Angststörungen. Im Gegensatz zu den Phobien enthalten diese Angstzustände kaum noch klassische Konflikte. Die den Phobien eigene Konflikthaftigkeit zwischen *triebhaften* Wünschen und unbewusster Hemmung konnte man noch per Deutung aufspüren. Die postmodernen Angstsymptome enthalten kaum noch Symbolisierungen, auch keine biografischen Implikationen, sondern bleiben amorph und diffus atmosphärisch wie der Nebel, der sich in den alten Hitchcock Filmen überall ausbreitet. Einige kluge Sozialpsychologen, wie Oliver Nachtwey, haben die massive Zunahme von Angst, auch der besser situierten Kreise, mit der allgegenwärtigen Bedrohung vor Verlust von Arbeit und sozialem Abstieg in Verbindung gebracht. Die unkontrollierbare Dynamik einer Wirtschaftsordnung, die nur auf Profitraten ausgelegt ist und die die Individuen für eine ersetzbare Größe hält, unterminiert die Sicherheiten von Menschen in Bezug auf Lebensplanung und Zukunft fundamental.

Menschen fürchten sich zu Recht davor, aus den Erfolgskreisläufen des Neoliberalismus herauszufallen und zu unverwertbaren Menschen zu werden. Big Data Firmen wie Axiom, die circa 300 Millionen Amerikaner aufgrund ihrer Datenprofile in verschiedene Kategorien einteilt und weiter verkauft, bezeichnet Menschen mit niedrigerem ökonomischen Wert als waste (Müll).

Um nicht als Müll zu enden, sind Menschen mehr als bereit, sich für die Arbeits-Bildungs- und Beziehungsmärkte und die postmodernen Leistungs-Arenen in shape zu bringen. Die Vereinnahmung des Körpers durch den neoliberalen Zeitgeist zeigt sich in der inzwischen allumfassenden Präsenz von Fitnesskulturen.

Fitness ist eines der neoliberalen Zauberworte, zeigt es doch die hohe Bereitschaft von Individuen, sich dem verschärften Leistungsprinzip unterzuordnen und das Durchhaltevermögen und die Willenskraft zu stärken.

Die gesellschaftliche Vereinnahmung geht allerdings noch tiefer. Sie verlangt außer nach fitten auch nach begeisterungsfähigen Individuen. Der neoliberale Kontext begnügt sich nicht mit

der schlichten Ausbeutung der Arbeitskraft, sondern diese muss auch ihre emotionalen, vitalen, kreativen Ressourcen mobilisieren. Dazu gehört auch ihre erotische Ausstrahlung. Diese zählt auf den Märkten viel.

Fitness, High Energy, Eros und die glückliche *Leichtigkeit des Seins* haben als Ich-Ideal, das klassische, depressiv-miserabilistische Über-Ich, abgelöst. Freud hatte ja bekanntlich noch darauf bestanden, dass Glück im Plan der Menschheitsgeschichte nicht vorgesehen ist. Dies hat sich vollkommen ins Gegenteil verkehrt. Glück wird heute zur obersten Maxime. Heiterkeit und Frohsinn als Ausdrucksform von glücklichen Menschen sind tief in den normativen Systemen des kulturellen und individuellen Unbewussten und in den affektmotorischen Schemata verankert. Emotionshistoriker wie Peter Stearns haben darauf hingewiesen, dass diese Entwicklung beim Übergang in die konsumistische Phase des Kapitalismus vor allem in den USA am Anfang des 20. Jahrhunderts beginnt. Zum Glück des Konsums passt eine heitere und sonnige Gemütslage besser. Sie ist von den meisten postmodernen Zeitgenossen so grundlegend körperlich automatisiert. Das können Sie an jeder beliebigen Talkshow wahrnehmen.

Damit das postmoderne Individuum es auf die Höhe dieser gesellschaftlich fabrizierten und über die verschiedenen Medien propagierten Ich-Ideale bringt, stehen ihm milliardenschwere Dienstleistungsbranchen zur Verfügung. Fitness und bis in die tiefsten Tiefen des Körper reichende kosmetische Korrekturen spiegeln einen radikalen Selbstoptimierungsgeist wider. Die Postmoderne hält bisher nie gekannte Möglichkeiten bereit, den Körper zu designen. Er wird zum Rohmaterial für Selbstdesign und Selbstoptimierung.

Die Vorlagen für die idealisierten und narzisstischen Selbst-Körperbilder werden permanent in Form von Myriaden von Bildern durch die Propaganda der Werbeagenturen, Lifestyle Magazine und inzwischen auch von virtuellen Influencer über uns ausgeschüttet. Sie infiltrieren die menschliche Psyche ohne Passierschein.

Während das alte Über-Ich im Kontext der Unterwerfungsrituale patriarchalischer Familienverhältnisse internalisiert wurde und Möglichkeiten der Auflehnung und des Widerstandes bot, verinnahmen die postmodernen Ich-Ideale Menschen viel grundlegender, weil sie die libidinösen Wünsche der Individuen ansprechen und statt dem christlichen Himmel ein maßloses Glück im Diesseits versprechen.

In der Frühzeit der Entwicklung der dynamischen Systemtheorie und der Management-Kybernetik hat man – ganz verwerfungsbezogen – auch daran geforscht, wie weitgehend lebendige Systeme beeinflussbar und steuerbar sind. Dafür wurden zum Beispiel Wasserflöhe mit feinsten Eisensparten gefüttert. Die metallisierten Flohschwärme konnten mithilfe von Magneten an einen gewünschten Ort gelenkt werden – danach wurden sie wieder ihrer Eigenregulation überlassen. Die Koppelung von subtiler Beeinflussung und Lenkung einerseits und zumindest konsumistische Eigenregulation von Menschen andererseits charakterisiert auf grundlegende Weise die Postmoderne. Jenseits eines bestimmten Maßes von Fremdmanipulation gehen die Wasserflöhe zugrunde. So weit ist es bei Menschen noch nicht. Vielleicht weil die menschliche Psyche sich die internalisierten

Ideal-Bilder von selbst durch ein hohes Maß an Identifikation zu eigen macht und dem Versprechen aufsitzt, durch Selbstdesign und Selbstoptimierung all die Wertschätzung, Liebe und das Glück, das man nicht hat, zu bekommen.

Am allerwichtigsten aber scheint es mir zu verstehen, dass das postmoderne körperliche Selbstdesign das nicht hergibt, was es verspricht. Manchmal, weil es einfach im Pfsch endet. Meistens aber, weil das, was eigentlich gesucht wird, nämlich ein bestimmtes Selbst- und Lebensgefühl, sich nicht oder nur kurzfristig einstellt. Wenn ich so aussehe oder mich so inszeniere wie die durchgestylten und fotogeshopten Ikonen der Postmoderne, heißt das noch lange nicht, dass ich mich auch so fühle.

Im Gegenteil, die Orientierung an visuellen Körperbildern oder Imagines unterminiert den fühlenden Kontakt und Selbstbezug; Bild und Selbstgefühl verhalten sich im gegenwärtigen kulturellen Kontext wie Antagonisten. Wir spüren das, wenn wir narzisstische Inszenierungen als künstlich oder hohl erleben.

Design kann Objekte gestalten, unser Gefühl als basale Ausdrucksebene unseres spontanen und subjektiven Selbst- und Weltverhältnisses lässt sich darüber offensichtlich nicht grundlegend manipulieren. Darin dürfte der Grund liegen, weshalb plastisch-chirurgische Selbstdesigner oft zu Serientätern werden und auf diesem Weg an die Grenze der Selbstverstümmelung gehen.

### An Michael Jackson, eine der tragischsten Ikonen der Postmoderne, konnte man die tragische Verwandlung eines begabten und tiefgründig leidenden Jungen in eine frankensteineske Figur verfolgen.

Was man an Michael Jackson und den vielfältigen zum Teil grotesken Formen von Selbstdesign via plastischer Chirurgie manchmal im Extrem sehen kann, ist keine schrille Ausnahme, sondern ein Grundzug der neuen postmodernen Symptomlagen. Klassische neurotische Symptome hatten, wenn sie den Körper involvierten, meist einen *hemmenden* Charakter. Die postmodernen Symptome dagegen, darauf hat der belgische Psychoanalytiker Paul Verhaeghe hingewiesen, sind meist performative Symptome; nicht im theatralischen Sinn, sondern in dem Sinn, dass sie Handlungen meist ungehemmter Natur beinhalten. Verhaeghe macht uns nochmal darauf aufmerksam, dass der alte freudianische Neurotiker endlos in einem konflikthaften, seelischen Innenraum von Dingen *träumte*, die er zu tun wünschte und meist nicht tat. Sein zeitgenössischer Nachfolger träumt nicht mehr, sondern er zieht es vor, zu handeln. Ein Großteil seiner Handlungen ist direkt und ohne Hemmung auf den Körper ausgerichtet; sei es der eigene Körper wie bei den Essstörungen oder den verschiedenen Formen von Selbstverletzung und -verstümmelungen, sei es der des anderen bei gewaltsamer Aggression oder chronifizierter Promiskuität.

Der Hinweis auf die *Ungehemmtheit* der Symptome deutet auf einen grundlegenden Mangel an selbstregulatorischen Fähigkeiten und einem unentwickelten Vermögen zur Selbstbegrenzung hin. Dieser Aspekt zeigt sich am deutlichsten bei den weit verbreiteten Süchten und den sogenannten Borderlinestörungen und ihrem oft grenzenlosen Acting-out. Wilhelm Reich hat dies in einer aus dem Jahr 1925 stammenden und völlig übersehenen Schrift über den *triebhaften Charakter* vorskizziert. Er spricht von einem "primitiven Lustselbst", das sich aufgrund "grober Defekte in der Ich-Struktur" in einem permanenten Kampf mit der Umwelt befindet oder diese sich einverleiben möchte. Verhaeghe spricht in Bezug auf dieses durchbrechende primitive Lust-Ich von einer strukturellen Unfähigkeit die Triebe, Wünsche und Affekte durch Repräsentationen zu regulieren. Damit ist folgendes gemeint: Im Idealfall hilft die Mutter bei der Regulation der Vitalitätsaffekte dadurch, dass sie vor allem schwierige Selbst- und Gefühlszustände des Kindes nicht nur spiegelt, sondern über ihren Gesichtsausdruck und ihre Stimme in modulierter, beruhigter Form zurückgibt. Lacan spricht hier von Spiegelung, Stern von Attunement und Fonagy von markierter Spiegelung. Diese Interaktionen bilden den Kern von symbolischen inner-psychischen Repräsentationen des Selbst und der Objekte, die später dabei helfen, auch schwierige und primitive Trieb-, Affekt- und Selbstzustände zu regulieren.

Auch aufgrund ihrer hedonistischen und gefühlsexpressiven Ausrichtung hat die Körperpsychotherapie diesen Überlegungen Reichs, die neben dem Triebchicksal auch die Ich-Entwicklung im Blick hat, wenig Beachtung geschenkt.

Die traditionelle Version der Körperpsychotherapie basierte noch auf Freuds Vor-Ich-psychologischer, somatobiologischer Theorie, wonach neurotische Symptome und Angst aufgrund einer Hemmung der sexuellen Impulse und Affekte und daraus folgender aufgestauter Sexualspannung, später einfach als Energie bezeichnet, entstehen. Nichts ist fataler, als aufgrund von Stauungsvorstellungen zum Beispiel Borderline-Patienten zum Ausdruck ihrer Affekte zu ermuntern, die sie meist ungehemmt in Beziehungen oder an sich selbst ausagieren. Sie sind es nicht gewohnt, ihre affektive Erregung zu modulieren und sind meist – wie Masterson das beschreibt – mit einem "wertlosen", "verdorbenen" oder "bösen" Partialselbst identifiziert, mit dem sie in Beziehungen triumphal kokettieren und es zur Abwehr eines davon dissoziiertem hilflosen und abhängigen Partialselbst benutzen.

Viele der postmodernen Patienten schaffen es gar nicht mehr auf die Höhe eines inneren neurotischen Konfliktes, weil sie ihre innere Spannung nicht halten können oder wollen. Die meisten der symptomatischen Handlungen und Inszenierungen haben vor allem die Funktion, Spannungszustände regressiv loszuwerden. Auch Körperpsychotherapie hätte ihnen dabei zu helfen, ein bestimmtes Maß an Selbstgespür und Selbsthaltefähigkeit überhaupt erst zu entwickeln.

### Die postmoderne Ökonomie allerdings profitiert von Individuen, die ihre Spannungen nicht aushalten können oder wollen, sondern wie gesteuert von dem primitiven Reichlichen Lust-Ich nach unmittelbarer Triebabfuhr und Befriedung suchen.

Vor allem im Konsum finden postmoderne Zeitgenossen eine Sphäre unmittelbarer Triebbefriedigung und Regression. Die Glückseligkeit des Konsums dirigiert die Massen weltweit durch die Shoppingmalls, die wie Variationen des zur Wirklichkeit gewordenen Schlaraffenlands erscheinen.

In den von Hungersnöten inspirierten mittelalterlichen Vorlagen des Schlaraffenlands flossen Milch, Honig oder Wein in den Flüssen und durch die Luft flogen vorgegarte, mundfertige Tiere, Hühner und Schweine. Heute sind Milch, Honig und die Schweine durch digitales Luxusspielzeug, Fashion ohne Ende, Autos und teure Accessoires, wie Luxusuhren oder personalisierte Brieftaschen von Louis Vuitton, ersetzt. Die egozentrisch-luxuriöse Kultur des *Alles-Habens* und der gelungenen Selbstinszenierung, die den postmodernen Lifestyle und die dazugehörige Psyche prägt, hat in Europa ein wichtiges Datum: den 7. Juni 1654.

An diesem Tag wurde Ludwig XIV. in der Kathedrale von Reims gekrönt.

Mit dem Sonnenkönig wird der gehobene repräsentativ-narzisstische Lebensstil, der die Postmoderne kennzeichnet, zum ersten Mal hoffähig. Ludwig XIV. eignet sich meines Erachtens wesentlich eher als Archetypus der narzisstischen Epoche als der schöne aber spröde und beziehungsunwillige Jüngling aus der griechischen Mythologie. Dieser verliebte sich bekanntlich ja nur aufgrund einer der üblichen Bestrafungslaunen der olympischen Götter in sein Ebenbild, das er im Wasser eines Sees erblickte.

### Vieles, was wir in der Postmoderne als Zutaten eines gelungenen Lebensstils und Hochgefühls feiern und genießen, entsteht während der Herrschaft des Sonnenkönigs und macht Paris zur Lifestyle-Metropole Europas.

Unter den neuen Berufen, die entstehen, sind es vor allem die Coiffeurs oder Hairstylisten, die eine bis dahin unbekannte Berühmtheit erlangen. In Paris entstehen die ersten Modeboutiquen, in denen, natürlich kalkuliert, hübsche junge Frauen bedienen; die ersten Vorläufer der periodischen Modejournale erscheinen und der Champagner, bis heute das Nationalgetränk aller erfolgreichen, narzisstischen Kreise, wird erfunden. Weil

es möglich wird, Stoffe, Teppiche und Möbel aus der ganzen Welt zu importieren, kauft die Elite Europas in Paris das, was wir heute als Interieur-Design bezeichnen und lieben. Das für alle Narzissmus-Spiegeltheoretiker wohl wichtigste Detail diese Geschichte dürfte darin liegen, dass bis zur Mitte des 17. Jahrhunderts Spiegel nur in der Größe einer Postkarte hergestellt werden konnten. Aus Venedig abgeworbenen und geflüchteten Spiegelmachern gelang es in Versailles zum ersten Mal, Spiegel in vielfacher Vergrößerung herzustellen.

Der Spiegelsaal von Versailles ist nur der konzentrierteste Ausdruck davon, wie Ludwig seine Größe und seinen Glanz im äußeren gespiegelt sehen wollte; in seinem Schloss, seinen attraktiven Mätressen, seinen Künstlern und Spektakeln, die er in Versailles organisieren ließ. Ludwig XIV. und Versailles beinhalten starke Anspielungen und Hinweise an die postmoderne Situation und die Art und Weise, wie sich Politiker, Firmen, aber auch singuläre Individuen klassenübergreifend heutzutage inszenieren. In unseren narzisstischen Anteilen sind wir offen oder versteckt allesamt Ur-Urenkel des Sonnenkönigs, also royale Persönlichkeiten; auch wenn im Gegensatz zu Ludwig die Kulissen der Selbstinszenierungen, die in medialer Form Selfies heißen, den Protagonisten, die auf den Selfies für den Moment einer Fotosekunde ins Zentrum eines Privatuniversums geraten, nicht selbst gehören.

Kommen wir zurück zum therapeutischen Terrain.

Was es für die Psychotherapie in Bezug auf den Narzissmus zu verstehen gilt ist, dass sich der narzisstische Persönlichkeitsstil durch ein hohes Maß an Abhängigkeit oder anders formuliert Unabgelöstheit auszeichnet. Unter seiner pseudounabhängigen Oberfläche ist er vor allem darauf aus, von den anderen, psychoanalytisch gesprochen den Objekten, bestätigt, bewundert oder auch beneidet zu werden.

Die Wurzeln des narzisstischen Stils reichen zurück in eine entwicklungspsychologische Phase, die Margaret Mahler als *psychische Geburt des Kindes* bezeichnet hat. Mahler ist für einen Teil ihrer Theorie zu Recht kritisiert worden, weil sie die ersten beiden Phasen der frühen Kindheit im Einklang mit der damaligen psychoanalytischen Theorie als symbiotische Phasen beschrieben hat. Vor allem die Studien von Stern haben darauf hingewiesen, dass schon sehr früh kommunikative Differenzierungen stattfinden und dass die Entwicklung des Selbstempfindens bis weit in die frühe nonverbale Phase zurückgeht.

Dennoch finde ich, dass in dem Perspektivenstreit Mahler/Stern das Kind mit dem Bad ausgeschüttet wurde.

Mahlers Individuations- und Separationstheorie, die sich mit der späteren Entwicklungsphase des nicht mehr Säuglings, also etwa dem 12. bis zum 36. Monat, beschäftigt, halte ich für einige zentrale Fragestellungen nach wie vor für eine wichtige Quelle. Kurz skizziert beschreibt Mahler eine Entwicklungsphase, die ganz wesentlich über die Entwicklung körperlicher Vermögen eingeleitet wird. Das Kind erlebt über die zunehmende Meisterei seiner motorischen Fähigkeiten nicht nur Hochgefühle, sondern erwirbt auch ungekannte Möglichkeiten, den Abstand zwischen sich und der Mutter als zentralem Anderen zu bestimmen und zu verändern. Die Erfahrung gesteigerter Selbstwirksamkeit und Selbstzuschreibung von gelungenen Handlungssequenzen hinterlassen in dem Kind starke Glücks- und auch Omnipotenzgefühle.

Allerdings ist dieser Prozess alles andere als einfach und konfliktfrei. In Mahlers Beschreibung der Wiederannäherungskrisen sind die vielfältigen verunsichernden Erfahrungen des Kindes eingefangen und die Notwendigkeit, sich immer wieder an die Mutter anzulehnen und rückzuversichern. Die Erfahrung der zunehmenden Differenzierung und Separation kann ganz plötzlich umschlagen. Dann ändert sich die Stimmung der gerade noch heldenhaften und frechen Kleinen von einem Moment zum anderen, die Mundwinkel zeigen nach unten und große Kullertränen deuten an, dass jetzt gar nichts mehr geht.

Die Oszillation zwischen Separation und Wiederannäherung, wenn sie von einer **ausreichend** sicheren und verständnisvollen mütterlichen Präsenz begleitet wird, ist wesentlich für die psychische Ausbildung von Objekt Konstanz. Damit wird eine psychische Ich-Leistung bezeichnet, die in der Fähigkeit besteht, eine konstante Vorstellung vom Liebesobjekt über Trennung und wechselnde Stimmungen hinweg zu erhalten. Darüber hinaus beschreibt man mit Objekt Konstanz auch die Fähigkeit, kohäsive, nicht gesplante psychische Repräsentationen zu entwickeln, die *gute* und *schlechte* Partialrepräsentanzen des Selbst und der Objekte zusammenhalten können.

Dieser Entwicklungsprozess ist auf keinen Fall eine sanfte Geburt, sondern krisenhaft und schwierig für alle Beteiligten, auch weil sich im Kind, so wie es sich für eine gute Autonomieentwicklung gehört, ein eigener Wille ausbildet und es diesen übt und die Umgebung damit herausfordert.

In Bezug auf die narzisstische Dynamik kann man davon ausgehen, dass eine Fixierung auf Hoch- und Potenzgefühle übrig bleibt und sich im psychischen Innenraum ein sogenanntes narzisstisches Größenselbst herausbildet.

An dieser Stelle muss man genau hinhören, um den Catch 22 zu erfassen. Wir sprechen ab dieser Entwicklungsstufe vornehmlich nicht mehr von einer Entwicklung im Körperlichen, sondern von einer psychischen Entwicklung: dem Aufbau und der Integration von Selbst und Objektrepräsentanzen, von defensiven psychischen Strukturen wie dem Größenselbst, von Selbstbildern, dem Ich-Ideal und dem Über-Ich – also letztendlich von einer dynamischen psychischen Struktur, die Freud als *psychischen Apparat* bezeichnet hat. Deshalb hat Margaret Mahler in ihrem Buchtitel auch nicht von einer zweiten Geburt gesprochen, sondern von der *psychischen Geburt des Menschen*. Zum Kern dieser

Struktur wird das Ich oder Selbst, das nicht nur innere und äußere Anforderungen wie die sogenannten Triebe und die Anforderungen der äußeren Realität vermittelt, sondern es wird darüber hinaus zunehmend zu einer psychischen Konstanten und führt zu dem Empfinden, in jeder Situation die gleiche Person zu sein. Am Ende der zweiten Lebensdekade, wenn sich diese Empfindung verfestigt, entsteht das, was in der Psychoanalyse Ich-Identität heißt – und ab da glauben wir zu wissen, wer wir sind. Die psychische Struktur, die sich aus dem Körperselbst heraus entwickelt, sondert sich im Lauf der kindlichen Entwicklung immer mehr von dem Körper ab und überlagert diesen. Dieses psychische, mentale Selbst wird dann zunehmend zum primären Referenzpunkt im Selbstverhältnis von Menschen. Über die vielfältigen, meist nur impliziten Bilder, Vorstellungen und Repräsentationen darüber, wer und wie wir sind, wie wir sein sollen oder wollen und wer wir nicht sein sollen oder wollen, werden Teile des spontanen, vitalen und emotionalen Körperselbst abgewehrt, unterdrückt oder dissoziiert. Die unbewusste Ich-Abwehr bedient sich dabei interessanterweise auch der willkürlichen und unwillkürlichen Körpermuskulatur. Die partielle Dissoziation vom Körperselbst und deren weitreichenden Folgen hat Fritz Perls am deutlichsten erfasst. Er hat darauf hingewiesen, dass am Ende *Löcher* in der Person übrig bleiben, die sowohl im Erleben der Patienten als auch in den Darstellungen projektiver Diagnostik zum Ausdruck kommen. Dann haben wir es mit Individuen zu tun, die in ihrem Erleben keine Beine haben und mit der Einschränkung ihrer Selbstständigkeit bezahlen. Manche haben kein Rückgrat, manche keine Ohren und können nicht zuhören. Wenn Menschen an der Stelle ihres Herzens ein Loch verspüren, dann sind sie davon überzeugt, dass es keine wirkliche Liebe in der Welt gibt oder diese zu schwach ist.

Der Verlust des vitalen Körperselbst führt dazu, dass wir am Ende dann oft ganz Kopf *sind* und einen Körper *haben*, wie die Leibtherapeuten sagen. Dann brauchen wir eine Krise und einen entsprechenden Therapeuten, um den verlorenen oder funktionalisierten Körper wieder zurückzugewinnen.

Was das bedeutet, will ich am Ende anhand einer kurzen Fallvignette erläutern. Sie eignet sich gut dafür, einige prinzipielle Aspekte herauszustellen, die den Reassoziationsprozess des Körperlichen kennzeichnen. Man kann an der Vignette sehen, der Prozess ist wenig spektakulär, auch nicht übermäßig laut, kommt also nicht emotional-expressiv daher und gründet dennoch fundamental auf einer Textstelle in Wilhelm Reichs Oeuvre, die ich für eine seiner Wichtigsten halte.

In einem Kapitel der späteren Ausgabe der Charakteranalyse mit dem Titel *Psychischer Kontakt und vegetative Strömung* beschreibt er, dass bei der charakterlichen Panzerung zu den verdrängten Triebregungen und den verdrängenden Abwehrkräften ein drittes Phänomen hinzukommt, welches er als Kontaktlosigkeit bezeichnet. In ihr kommt ein bestimmtes, oft oberflächlich kaschiertes Maß an Beziehungslosigkeit des Patienten mit sich selbst und seiner Umwelt zum Ausdruck. In Bezug auf das eigene Selbst äußert sich diese Kontaktlosigkeit als Gefühllosigkeit, als innere Vereinsamung oder inneres Abgestorbensein. Reich bringt diese Kontaktlosigkeit mit dem Begriff der Dissoziation in Verbindung. Existenziell gesehen äußert sich diese Kontakt-

losigkeit, die wir mit gutem Grund als Entfremdung bezeichnen können, im Selbstverhältnis und nicht im Verhältnis zu irgendeiner Ursprünglichkeit.

In sogenannt methodischer Hinsicht beruht der Prozess der Reassoziations des vital-emotionalen Körperselbsts darauf, dass man dem Patienten dabei hilft, die Fähigkeit und Bereitschaft zu entwickeln, die eigene emotionale Realität wahrzunehmen, anzuerkennen und zu tragen. Über die dafür notwendige Haltefähigkeit muss nicht nur der Therapeut verfügen, sondern sie muss auch vom Klienten gelernt werden. Wilfred Bion hat diese Fähigkeit als Containment bezeichnet.

In therapeutischer Hinsicht kommt es darauf an, respektvoll, aber kontinuierlich auf die verschiedenen Formen körperlicher und psychischer Ich-Abwehr aufmerksam zu machen und diese zu explorieren – und die als Zunahme von Selbstkontakt erlebte Reassoziations der körperlich-emotionalen Subjektivität zu fördern.

Die Patientin der Vignette, eine junge Kanadierin, kam wegen starker Panikattacken. Sie war hübsch, intelligent und erfolgreich, alles weit über dem Durchschnitt. Sie hatte, so sagte sie, eine glückliche Kindheit und immer noch eine enge Verbindung zu ihren Eltern. Sie hoffte, ihre Symptome so schnell wie möglich wieder zu verlieren. Ich verspürte wenig Neigung, mich an ihren Symptom- und damit partiellen Selbsteliminierungsversuchen zu beteiligen. Es ist durchaus möglich und begründet, Symptome für unverständliche aber intelligente Mitteilungen des Organismus an das Selbst aufzufassen, so, als ob uns jemand in einer fremden Sprache sagen wollte: "Something wrong."

Ich bestand darauf, dass symptomatischen Mitteilungen dechiffrierbar wären. Da Panikattacken in Ermangelung jeglicher Symbolisierung nicht klassisch-analytisch gedeutet werden können, schlug ich ihr vor, darauf zu achten, wann und wo diese auftraten. An mehreren Beispielen wurde deutlich, dass sie in allen Situationen etwas tat, was sie eigentlich nicht tun wollte. Diese Einsicht erweiterte ihre Regulationsmöglichkeiten. Allerdings wurde ihr daraufhin langsam und schmerzlich bewusst, wie sehr ihr ganzes Leben von Anpassung, vor allem an die Erwartungen ihrer Eltern, geprägt war. Solch grundlegende – Hilarion Petzold nennt sie – *vitale Evidenzerfahrungen* setzen eine Lockerung der Ich-Abwehr gegen den emotionalen Körper voraus. Die Gefühle, die in diesen Zusammenhängen auftreten, können stark und tief sein – sind aber keine entladungswürdigen Energiemengen, sondern eher intelligente Signale, die sich spontan, nicht forciert, von selbst äußern und an das mentale Selbst gerichtet sind. Wenn dieses mentale Selbst sich von ihnen informieren oder inspirieren lässt, kann das auch zu Handlungen führen. Diese sind oft durch eine nicht reaktive Qualität und eine grundlegendere existenzielle Rationalität und Reife gekennzeichnet.

Je mehr die Klientin ihre Wünsche nach Abgrenzung und Eigenständigkeit spürte, nahmen die Telefonate mit ihren Eltern ab. Das Symptom begann, sich in ein reales Problem zu verwandeln und die Situation eskalierte. Ihre Mutter, die "immer für ihre Tochter gelebt hatte" und nun auf einen cholerischen Mann zurückgeworfen war, wurde schwer depressiv. Der Vater attackierte die Klientin zunehmend in bössartiger Weise.

Das Märchen von der glücklichen Kindheit begann zu zerbröseln, sie erinnerte sich an den Herrschaftsanspruch und die narzisstische Wut ihres Vaters. Die Vergangenheit, die hier in einem existenziell gegenwartsorientierten therapeutischen Dialog auftaucht, braucht keine analytische Rekonstruktion, auch kein gutes Ende.

Es handelt sich um manchmal sehr schmerzhaft  
Einsichten in das, was war, in eine Wirklichkeit,  
die nicht zu ändern ist, die ertragen und getragen  
werden will und auch kann.

Die vitale und existenzielle Stärke, die sich hierbei entwickelt, kommt nicht aus zerdrückten Tennisschlägern, sondern aus der vitalen Tiefung, die das Selbst erfährt, wenn es den emotionalen Körper und damit ein großes Stück auch schwieriger Wirklichkeit zurückgewinnt und als zum Selbst gehörig anerkennt. Dann *haben* wir keinen Körper mehr, sondern *sind* Wesen, deren Selbstgewahrsein Geist und Körper integriert und dann in einem Reifungsprozess lernen, eine ganze Reihe von existenziellen Polaritäten, wie gut und schlecht, leicht und schwer, Glück und Unglück, als zum Leben gehörig anzuerkennen; dies schließt auch die letztendliche Unergründbarkeit und Unverfügbarkeit der menschlichen Existenz mit ein.

Eric Erickson, der psychoanalytische Gründungsvater einer noch in Kinderschuhen steckenden Entwicklungspsychologie des erwachsenen Alters, hat als Erster auf die Möglichkeit einer reifen Integration des Körper-Geist-Verhältnisses hingewiesen und diese Erfahrung als zentaurisch bezeichnet. Ken Wilber hat das Motiv des Zentauren aufgenommen, um die humanistisch-existenziellen Psychotherapieformen zu kennzeichnen. Ihr gemeinsamer Nenner besteht nach Wilber in dem Ziel, authentische Selbstaktualisierung zu ermöglichen.

Es handelt sich um eine Selbstaktualisierung, die in der Gegenwärtigkeit des Hier und Jetzt und nicht auf der therapeutischen Kindheitsbühne stattfindet; sie ist nicht darauf ausgerichtet, ein verbessertes oder optimierteres Selbst oder ein narzisstisches Imago zu verkörpern, sondern eine Form des Daseins oder der Präsens, die die Tiefe und Vitalität des Körpers und die potenzielle Klarheit und Intelligenz des menschlichen Geistes gleichwertig als Erfahrung beinhaltet.

Eines Tages nach einer längeren Phase unglücklicher Einblicke und Trauer um ihr ungelebtes Leben, erzählte die Patientin, dass sie einen jungen Mann gesehen hatte, der Dreadlocks hatte und einen ungewöhnlich aufrechten Gang. Sie war offensichtlich fasziniert von ihm. Der junge Mann verkörperte wahrscheinlich ein bestimmtes Maß an Freiheit, Autonomie und einen *aufrechten Gang* im Bloch'schen Sinn, jenseits der erfolgreichen postmodernen Glitzerwelt, für die sie sich früher geopfert hatte.

Wolf Büntig pflegt an dieser Stelle zu sagen,  
dass das menschliche Potential manchmal  
Vorbilder braucht, um zu erwachen.

Sie kündigte jedenfalls irgendwann ihren hochdotierten Job, lebte von einer großen Abfindung eine Zeit lang in den Tag hinein und war entschlossen, solange zu suchen, bis sie etwas in ihrem Leben finden würde, das ihr wirklich entsprach. Ich sah sie nach dem Ende der Therapie zufällig mit ihren zwei Kindern. Sie sah nicht unglücklich aus.

# PSYCHOSOMATISCHE BERATUNGSSTELLE

bis 2004  
ZIST zugehörig

für Krebskranke,  
psychosomatisch Kranke und Angehörige  
– auch Kinder und Jugendliche



Menschen mit psychischen und psychosomatischen Beschwerden sowie Krebskranke finden bei uns Information, Beratung und psychotherapeutische Begleitung in der Auseinandersetzung mit ihrer Krankheit und der Gestaltung ihres Lebens im Hier und Jetzt. Wir arbeiten schulenübergreifend.

Die Aktivierung der natürlichen Selbstheilungskräfte und die Entfaltung des persönlichen Potentials unterstützen die eigene Wegfindung.

Unserer Arbeit liegt das humanistische Menschenbild zugrunde, das den Menschen als ein sinnorientiertes, schöpferisches, sich selbst entfaltendes und beziehungsorientiertes Wesen sieht.

[www.psychosomatische-beratungsstelle.de](http://www.psychosomatische-beratungsstelle.de)

Richard-Wagner-Str. 9  
80333 München

[info@psychosomatische-beratungsstelle.de](mailto:info@psychosomatische-beratungsstelle.de)

T 089 52 64 63  
F 089 542 02 65

**UNTERKUNFT UND VERPFLEGUNG**

Unterkunft und Verpflegung sind ein wesentlicher und integraler Bestandteil der ZIST Erfahrung. Was in Theorie und Selbsterfahrung in einem ZIST Workshop – ob zur persönlichen Entwicklung oder zur beruflichen Fort-, Weiter- oder Ausbildung – gelernt wurde, wird in der Gemeinschaft der Gruppe im miteinander gelebten ZIST Alltag verdaut, erprobt und integriert. Sie leben während der Workshops der theoretischen Ausbildung zusammen im Seminarzentrum ZIST Penzberg (Bedingung auch für Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus der näheren Umgebung). Sie entwickeln dabei kollegiale Beziehungen und streiten, trauern und feiern miteinander. Sie lernen in Klient-Therapeut-Supervisor-Triaden miteinander, aneinander und voneinander und stellen einander durch Referate in Abendseminaren über die Pflichtfächer hinausgehende theoretische Modelle und praktische Therapieverfahren vor. Aus diesem Grund ist eine Teilnahme an Seminaren ohne Übernachtung (bei mehrtägigen Seminaren) und Verpflegung vor Ort auch leider nicht möglich, da sich nach unserer Überzeugung ansonsten kein ganzheitlicher (Therapie-)Erfolg einstellen kann.

Sie buchen bei uns Unterkunft und Verpflegung pauschal. Wir bitten um Verständnis, dass nicht eingetragene Mahlzeiten nicht erstattet werden.

Die Zimmer in ZIST Penzberg sind einfach und behaglich. Bettwäsche und Handtücher sind selbstverständlich vorhanden. Sie können zwischen Zimmern mit unterschiedlichem Komfort wählen. Bitte kreuzen Sie die gewünschte Kategorie und eine Alternative auf unserem Anmeldeformular auf der Webseite an.

<b>A5 Mehrbettzimmer</b>	Duschen und WCs im Flur	57 €
<b>A4 Mehrbettwohnung</b>	mit Duschbad/WC	57 €
<b>A3 Dreibettzimmer</b>	Duschen und WCs im Flur	57 €
<b>A2 Zweibettzimmer</b>	Duschen und WCs im Flur	69 €
<b>N2 Zweibettzimmer</b>	mit Duschbad/WC & Telefon	82 €
<b>N1 Einzelzimmer</b>	mit Duschbad/WC & Telefon	101 €
<b>H2 Gartenhaus Doppelbelegung</b>	mit Duschbad/WC	88 €
<b>H1 Gartenhaus Einzelbelegung</b>	mit Duschbad/WC	113 €

*Preise inklusive gesetzlicher Mehrwertsteuer. Für unser Programm und die ZIST Akademie gilt derzeit ein Umsatzsteuersatz von 7 % auf Unterkunft und Verpflegung.*

*Bei einer etwaigen Änderung des Umsatzsteuersatzes für Unterkunft und/oder Verpflegung müssen wir diese Änderung auf die Preise umlegen. Bitte informieren Sie sich über den aktuellen Stand auf unserer Webseite. Auch bei im Voraus gebuchten Veranstaltungen müssen wir bei etwaigen Änderungen die Preise anpassen. Preisänderungen in den Folgejahren behalten wir uns vor.*

**WISSENSWERTES****Haustiere**

Wir haben nicht die nötigen Einrichtungen, um Haustiere unterzubringen. Wir bitten Sie um Verständnis, dass Sie – auch mit Rücksicht auf Gäste, die an Allergien leiden – Ihre Haustiere leider nicht mitbringen können.

**Küche**

Die köstliche vegetarische Kost, mit der Sie bei uns verpflegt werden, wird aus frischen und saisonalen Lebensmitteln, überwiegend in zertifizierter Bio-Qualität, liebevoll zubereitet. Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Küche kommen Ihnen – soweit möglich – gerne entgegen, wenn Sie aus Gesundheitsgründen auf eine besondere Diät angewiesen sind. Bitte teilen Sie uns dies gleich bei der Anmeldung mit.

**Telefon und Internet**

In den Zimmern, die über Telefonanschlüsse verfügen, stehen kostenlos LAN Anschlüsse bereit.

Im Vorraum zum großen Saal ist ein kostenloser WLAN Hotspot eingerichtet. Der Hotspot ist mit einer Zeitschaltuhr zwischen 7.00 h und 23.00 h freigeschaltet; in der Nacht ist der Hotspot nicht zugänglich, um die Nachtruhe nicht zu stören. Außerdem stehen in der Nische vor dem Meditationsraum ein Computer mit Internetzugang sowie zwei Kabelanschlüsse für Ihr eigenes Notebook zur kostenlosen Nutzung zur Verfügung.

**Café**

Das Café dient als Aufenthaltsraum für die Pausen und die Abende. Tagsüber stellen wir Ihnen kostenlos Obst, Filterkaffee und verschiedene Tees zur Verfügung. Darüber hinaus können Sie – bei Selbstbedienung – diverse alkoholfreie und alkoholische Getränke, unterschiedliche Kaffeespezialitäten sowie Knabbereien genießen. Den Konsum tragen Sie bitte in bereitgelegte Listen ein und bezahlen ihn am Abreisetag bei der Schlüsselabgabe. Für den Kaffeeautomaten benötigen Sie Kleingeld in Münzen. Unser Büro wechselt Ihnen gerne.

Während Corona ist das Café gegebenenfalls wegen der Hygienemaßnahmen geschlossen. Sie können dann während bestimmter Zeiten untertags dort an der Tür einkaufen.

**Seminarladen**

Der Empfang ist zugleich unser Seminarladen, in dem Seminarbedarf, ausgewählte Literatur, CDs, DVDs, Postkarten, Meditationsartikel sowie kleine Geschenke zum Verkauf angeboten werden. Hier können Sie auch eine Umgebungskarte zum Wandern oder Radfahren erwerben.

**Freizeitmöglichkeiten**

Das Seminarhaus liegt in Alleinlage im Wald und in unmittelbarer Nähe zu verschiedenen Seen. ZIST ist ein idealer Ausgangspunkt für Spaziergänge und Radtouren und zum Schwimmen im Frühjahr und Sommer – oder zum Langlaufen und Ski Alpin im Winter. Einige einfache Leihfahrräder stellen wir zur Verfügung. Für längere Radtouren empfehlen wir Ihnen, Ihr eigenes Fahrrad mitzubringen.

**Stilles Sitzen**

Jeden Morgen von 7.30 h – 8.00 h können alle Interessierten im Meditationsraum zur Übung des Stillen Sitzens zusammenkommen.

**Zusätzliche Einzelbehandlungen auf Wunsch**

Während Ihres Aufenthalts in ZIST haben Sie die Möglichkeit, zusätzliche Einzelbehandlungen zu buchen. Bitte sprechen Sie Termine rechtzeitig telefonisch ab.

Für Feldenkrais bei Maja Büntig-Ludwig unter Telefon 08809-1065.

Für Massagen bei Anke Ramirez Schmidt unter Telefon 08851-6159713.

**Kinder**

Für Kinder von sechs Jahren bis zum vollendeten vierzehnten Lebensjahr, die im Zimmer der Eltern schlafen, bieten wir eine reduzierte Pauschale für Vollpension in Höhe von fünfundzwanzig Euro an. Für jüngere Kinder ist der Aufenthalt bei Übernachtung im Zimmer der Eltern kostenfrei.

**Kleidung**

Sie brauchen in ZIST lockere, bequeme sowie der Jahreszeit angemessene Kleidung und feste Schuhe für Ihre Spaziergänge. In den Zimmern und im Gruppenraum bitten wir Sie, Hausschuhe oder Socken zu tragen.

**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 auf der Startseite unserer Webseite abrufen.



**Datenschutz**  
Ihre Daten sind bei uns in guten Händen. Unsere Datenschutzerklärung können Sie auf unserer Webseite unter [www.zist.de/de/datenschutz/erklaerung](http://www.zist.de/de/datenschutz/erklaerung) abrufen.



## 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 Penzberg. Von dort geht es weiter mit dem Taxi. Wir empfehlen, das Taxi vorzubestellen unter den Rufnummern:

+49-8856-81844 oder +49-8856-2270

### Anreise mit dem Auto

Mit dem Auto fahren Sie auf der Autobahn München–Garmisch bis zur Ausfahrt Penzberg, dann rechts in Richtung Iffeldorf, nach etwa 120 m direkt nach dem Ortsschild Untereurach (dort steht links ein Wegweiser Richtung ZIST) wieder nach rechts und auf dem Nantesbucher Weg durch Wiesen und Wälder und an Seen vorbei genau 3,7 km bis ZIST.



## WERBUNG

### ZIST Programmheft

Trotzdem wir uns bemühen, Änderungen zu vermeiden, kommt es immer wieder einmal vor, dass im Heft angekündigte Kurse aus verschiedenen Gründen abgesagt werden müssen oder noch nicht im Heft angekündigte Kurse stattfinden. Das ist zur Zeit wegen der sich ständig ändernden Lage während der Coronapandemie nicht zu umgehen. Bitte informieren Sie sich daher immer auch auf unserer Webseite: [www.zist.de](http://www.zist.de)

### zist.de

Auf unserer Webseite finden Sie unser aktuelles Programm sowie Informationen über Ausstellungen in ZIST und neue Veröffentlichungen und Interviews von und mit unseren Referentinnen und Referenten. Ebenso gelangen Sie an die Seiten der *ZIST Akademie für Psychotherapie*, der *Institutsambulanz* sowie des *ZIST Förderverein e. V.* 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

Die ZIST Webseite wurde 2020 durch einen Blog erweitert, in dem wir uns regelmäßig spannenden Themen rund um die Humanistische Psychologie und unsere Workshopinhalte widmen. Neben Biografien von Referentinnen und Referenten, 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, über Aktivitäten von Wolf Büntig und Kunstausstellungen in ZIST sowie andere Neuigkeiten aus ZIST entnehmen.

Fordern Sie die ZIST POST einfach über unsere Webseite [www.zist.de](http://www.zist.de) an.

### 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 Referentinnen und Referenten 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, 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](mailto:info@zist.de). Vielen Dank!

## SEMINARHAUS

### Einmietungen

Auch wenn die Auslastung unseres Hauses mit eigenen Gruppen sehr gut ist, vermieten wir gerne – wenn es terminlich möglich ist – unsere Seminarräume. Bitte wenden Sie sich bei Interesse direkt an Irene Hansel:

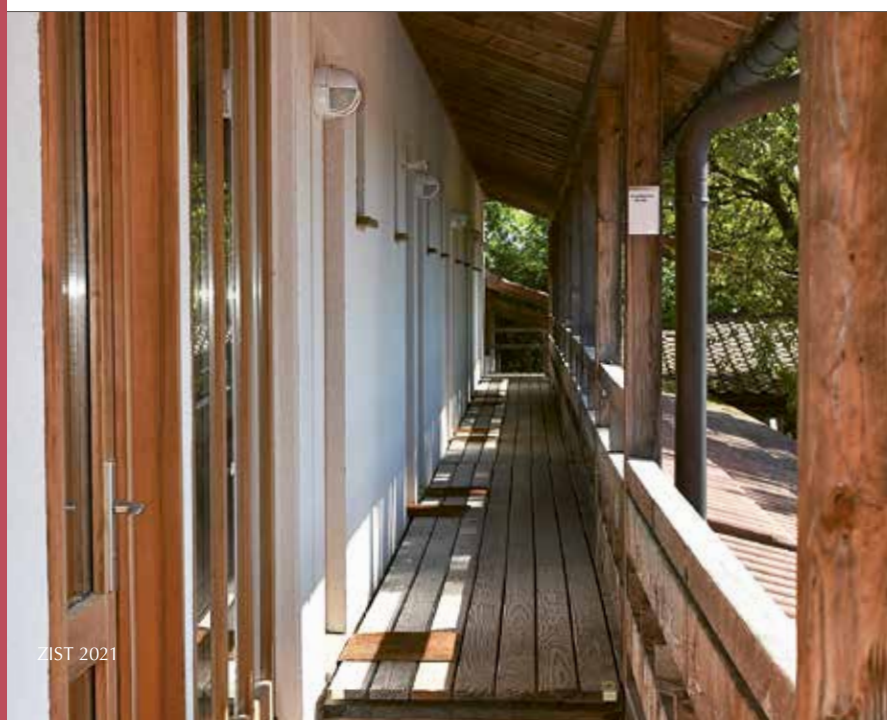
E-Mail: [hansel@zist.de](mailto:hansel@zist.de) oder  
Telefon +49-8194-999638

### Kunstaussstellungen

Wir zeigen ständig Kunstausstellungen in den öffentlichen Räumen unseres Seminarhauses. Die Ausstellungen werden von Bunda S. Watermeier und Sabine Grünwald geplant und organisiert und jeweils über einen Zeitraum von circa sechs Monaten gezeigt. Der erste Tag einer neuen Ausstellung wird jeweils 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 liegen Falblätter 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, und in den Büroräumen und im kleinen Speisesaal eine ständige Ausstellung mit Bildern von Clemens Büntig. 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.





### SPENDEN

ZIST ist ein unabhängiges Seminarzentrum, das sich ohne öffentliche Fördermittel selbst finanziert. Durch eine Vielzahl von großen und kleinen Spenden wurde vieles ermöglicht, das sonst kaum für uns zu finanzieren gewesen wäre. Ohne diese Unterstützung unserer großzügigen Spender wäre ZIST nicht das, was es heute ist! Dafür sind wir sehr dankbar und freuen uns natürlich über jede weitere Zuwendung, zumal die Umsatzeinbußen durch die Coronakrise erheblich sind.

### SPONSORING

#### Förderung der Teilnahme an unseren Veranstaltungen im Bereich Selbsterfahrung durch den ZIST Förderverein e. V.

Für Menschen in finanzieller Notlage besteht die Möglichkeit zur Kostenübernahme bis zu 50 % der Kursgebühr für Workshops zur Selbsterfahrung durch den ZIST Förderverein e. V. Wenden Sie sich im Bedarfsfall gerne an Heike Brandt-Frederiks, Telefon +49-8856-936914. Wir behandeln Ihr Anliegen selbstverständlich vertraulich.

### ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Bitte entnehmen Sie unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen unserer Webseite (<https://www.zist.de/de/allgemeine-geschaeftsbedingungen>). Sie stehen dort auch als PDF zum Download zur Verfügung. Sollten Sie keinen Zugang zum Internet haben, können Sie Anmeldeformulare sowie Ausdrucke der Allgemeinen Geschäftsbedingungen in unserem Büro telefonisch unter +49-8856-93690 anfordern.

### DANK

Wir möchten unseren Gästen einen geschützten Raum bieten, in dem sie sich in einer entspannten und umhегten Atmosphäre selbst erkunden und für wertvolle Erfahrungen öffnen können. Dies möchten wir vor allem auch während der Corona-Krise gewährleisten. Der Einsatz und die Flexibilität aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter macht das möglich.

Wir danken unseren Kolleginnen und Kollegen, die sich für

- Planung und Organisation der Veranstaltungen sowie
- deren Bewerbung,
- die Beratung und Betreuung der Gäste, der Referentinnen und 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 Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten in Ausbildung (PiA) da sind, von ganzem Herzen.

Außerdem bedanken wir uns herzlich bei unseren kooperierenden Referentinnen und Referenten sowie den Dozentinnen und Dozenten der ZIST Akademie, die mit unseren Gästen und den Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten in Ausbildung ihre Erkenntnisse teilen, Impulse geben, begleiten und ausbilden.

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

Wolf Büntig  
Geschäftsführung  
Leitung ZIST Akademie für Psychotherapie  
Heike Brandt-Frederiks  
Leitung Verwaltung, Personal  
Sandra Hagen  
Operative Leitung  
ZIST Akademie für Psychotherapie  
Alexander Lippert  
Bunda S. Watermeier  
Leitung Programm, Marketing,  
Corporate Design



**EINFACH LIEBE**  
Entspannter Sexuelle Leben

In der Liebe  
zu Hause sein.

Im eigenen Tempo mit unserem Buch,  
unserem Onlinekurs und im 5-Tages-Retreat  
zum tiefer Eintauchen.

Mehr zu Ela und Volker Buchwald unter [einfach-liebe.de](http://einfach-liebe.de)



Kunst kann eine  
behutsame  
Begleitung für  
heilsame  
Entwicklungen sein.

Clemens Büntig -  
Bilder für die Seele,  
für Lebens-  
und Arbeitsräume



„Light Twig“ - 2020 - Monotypie - 84 x 54 cm

Sie sind herzlich eingeladen, mich in meinem Atelier ganz in der Nähe von Zist zu besuchen. Sie finden Beispiele meiner künstlerischen Arbeit unter [www.clemensbuentig.de](http://www.clemensbuentig.de) und auf Instagram [#clemensbuentig](https://www.instagram.com/clemensbuentig). Oder Sie scannen einfach den QR Code.

Ich freue mich auf Sie.

Clemens Büntig - Mooseurach 10a - Rückgebäude - 82549 Königsdorf - mail: [clemensbuentig@gmx.de](mailto:clemensbuentig@gmx.de) - mobil: +49 15783886380



**Digitales Testabo 4 € für 4 Ausgaben**  
[www.tattva.de/testabo](http://www.tattva.de/testabo)



**Erscheint vier mal jährlich.**  
**Erhältlich im Bahnhofsbuchhandel**

**Online-Akademie**

100 Video-Interviews und Podiumsgespräche  
aus unseren Online Symposien gratis streamen

»Wissenschaft und Spiritualität«  
Wissenschaft • Spiritualität • Sehen 2.0

»Gesellschaft und Spiritualität«  
Wirtschaft • Politik • Bildung • Umwelt • Spiritualität

unter anderem mit:  
Prof. Dr. Hans-Peter Dürr, Prof. Dr. Gerald Hüther,  
Rainer Langhans, Rupert Sheldrake u.a.  
Themen: Quantenphysik, Hirnforschung, Schamanismus,  
Sexualität, Bewusstsein, Medizin, Gefühle, Kraft der Frau,  
Yoga, Geld, Ökologie, Psychologie, Kinder u.v.m.



[www.tattva.de](http://www.tattva.de)

[akademie.tattva.de](http://akademie.tattva.de)

# Psychosozial-Verlag



Monika Dreiner  
**Trauma verstehen und bewältigen**  
Hilfe für Betroffene und Angehörige

106 Seiten  
Broschur • € 16,90  
ISBN 978-3-8379-3010-8

Monika Dreiner gibt Erste-Hilfe-Tipps für Traumatisierte und ihre Angehörige und erklärt die körperlichen und psychischen Folgen eines Traumas.



Thomas Scheskat  
**Aggression als Ressource**  
Eine verkannte Kraft neu erleben

214 Seiten  
Broschur • € 26,90  
ISBN 978-3-8379-2969-0

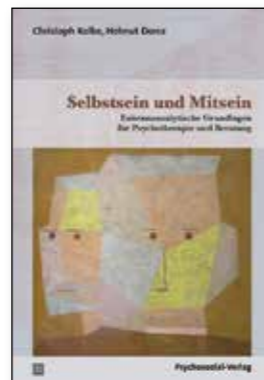
Anschaulich und mit vielen Abbildungen zeigt Scheskat wie man Aggressionen mit körperbasierten Übungen entgiftet und zu einer konstruktiv nutzbaren Ressource wandelt.



Serge K. D. Sulz  
**Kurz-Psychotherapie mit Sprechstundenkarten**  
Wirksame Interventionen bei Depression, Angst- und Zwangserkrankungen, Alkoholabhängigkeit und chronischem Schmerz

230 Seiten  
Broschur • € 26,90  
ISBN 978-3-8379-3019-1

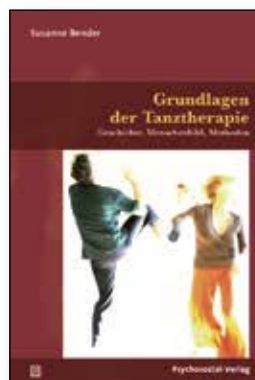
Evidenzbasierte störungsspezifische Psychotherapie, die im 20-Minuten-Setting eingesetzt und beim nächsten Gespräch nahtlos weitergeführt werden kann.



Christoph Kolbe, Helmut Dorra  
**Selbstsein und Mitsein**  
Existenzanalytische Grundlagen für Psychotherapie und Beratung

304 Seiten  
Broschur • € 34,90  
ISBN 978-3-8379-3021-4

Die Autoren vermitteln Grundlagen der Existenzanalyse, die Menschsein in seiner existenziellen Daseinsweise verständlich machen und die aufzeigen, wie wir mit innerer Zustimmung handeln können.



Susanne Bender  
**Grundlagen der Tanztherapie**  
Geschichte, Menschenbild, Methoden

330 Seiten  
Broschur • € 34,90  
ISBN 978-3-8379-2765-8

Anhand zahlreicher Fallbeispiele stellt Susanne Bender die kreativen und vielseitigen Methoden und die wichtigsten Interventionen der Tanztherapie vor.



Februar 2021

Eckhard Schiffer  
**Die Entdeckung sozialer Gesundheit**  
Möglichkeitsräume für Vertrauen, Respekt und kreatives Zusammenspiel in jedem Lebensalter

ca. 260 Seiten  
Broschur • € 24,90  
ISBN 978-3-8379-3041-2

Eckhard Schiffer zeigt wie sich Ressourcen finden lassen, um aus schwierigen Lebenssituationen oder sozialen Konflikten kooperativ gestärkt hervorzugehen.

Walltorstr. 10 • 35390 Gießen • Tel. 0641-969978-18 • Fax 0641-969978-19  
bestellung@psychosozial-verlag.de • www.psychosozial-verlag.de

oya

## Enkeltauglich Leben

Ökonomie der Gabe | Commoning | Landwende | Subsistenz | Ausstieg aus der Tauschlogik | Permakultur | Lassenskraft | Materielle Grundgeborgenheit | Gemeinschaften | Lernorte bilden | Kraft der Vision | das gute Leben für alle  
Kostenloses Probeheft auf: [www.oya-online.de](http://www.oya-online.de)





**ZIST gemeinnützige GmbH**  
Zist 1 | 82377 Penzberg

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

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

**ZIST Akademie  
für Psychotherapie**

Zist 1 | 82377 Penzberg

Telefon: +49-8856-936916  
Fax: +49-8856-936970

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

**Herausgeber**  
**ZIST GEMEINNÜTZIGE GMBH**

**Registergericht**  
Registergericht München, HRB: 155 909

**Umsatzsteuer-Identifikationsnummer**  
DE815474954

**Geschäftsführung**  
Dr. med. Wolf E. Bütig

**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: POFICHBEXXX

**PROGRAMMHEFT AUSGABE 2021**

**Redaktion und Art-Direction**  
Bunda S. Watermeier, watermeier@zist.de

**Lektorat**  
Irene Hansel, hansel@zist.de

**Gestaltung und Satz**  
Stefan Höcherl, stefan.hoecherl@zist.de

**Fotos ZIST und Umgebung**  
Elisa Berger, elisa.berger@zist.de  
Stefan Höcherl, stefan.hoecherl@zist.de

**Fotos Referenten**  
Von Privat

**Anzeigen**  
Elisa Berger, elisa.berger@zist.de

**V.i.S.d.P.**  
Dr. med. Wolf E. Bütig

**Ein herzlicher Dank an**  
alle Referentinnen und Referenten  
für die Kooperation.

**Ein herzlicher Dank an**  
Gustl Marlock für die Erlaubnis, seinen Aufsatz  
*Zum Strukturwandel des Seelischen in der Post-  
moderne* in dieser Ausgabe zu veröffentlichen.

ZIST	● Editorial	3
	● Über ZIST	4
	● Veranstaltungskalender	6
	● ZIST Förderverein e. V.	9
SELBSTERFAHRUNG	● Persönliches Wachstum	12
	● Männer, Frauen, Kinder – Beziehungen	21
	● Gesundheit, Vorsorge, Selbstheilung	24
	● Kreativität	28
	● Spiritualität	32
	● Spiritualität – Diamond Approach	36
	● Fortlaufende Gruppe	36
	● Klausurprogramm <i>Alltag als Übung</i>	37
FORT-, WEITER- UND AUSBILDUNG	● Fortbildung – Workshops	40
	● Fortbildung – Serien	47
	● Längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen	56
VORANKÜNDIGUNG	● Weiterbildung (2022)	63
WEITERE ANGEBOTE	● Einführungen	68
	● Vorträge	69
	● Symposium	70
ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE	● ZIST Akademie für Psychotherapie	74
	● Institutsambulanz	78
	● Wolf Büntig: Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie auf den einfachsten Nenner gebracht	79
REFERENTINNEN UND REFERENTEN	● A – Z	82
AUFSATZ	● Gustl Marlock: Zum Strukturwandel des Seelischen in der Postmoderne	100
ZIST	● Hintergrund	96
	● Aufenthalt in ZIST	108
	● Wegbeschreibung	110
	● In eigener Sache	111
	● Impressum	118
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 Ausbildung vor dem Hintergrund  
der Humanistischen Psychologie –  
psychodynamisch, intersubjektiv und potentialorientiert

[www.zist-akademie.de](http://www.zist-akademie.de)