

ZIST MENSCHLICHES POTENTIAL ENTFALTEN

ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE WISSEN DURCH ERFAHRUNG



INHALT

ZIST	● Editorial	3
	● Über ZIST	4
	● Veranstaltungskalender	6
	● ZIST Förderverein e. V.	9
SELBSTERFAHRUNG	● Persönliches Wachstum	12
	● Männer, Frauen, Kinder – Beziehungen	20
	● Gesundheit, Vorsorge, Selbstheilung	23
	● Kreativität	26
	● Spiritualität	28
	● Spiritualität – Diamond Approach	31
	● Onlineworkshops	32
FORT-, WEITER- UND AUSBILDUNG	● Fortbildung – Workshops	40
	● Fortbildung – Serien	47
	● Längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen	53
	● Ankündigung 2023	58
WEITERE ANGEBOTE	● Einführungen	62
	● Vortrag	63
ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE	● ZIST Akademie für Psychotherapie	66
	● Institutsambulanz	70
	● Wolf Bütting: Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie auf den einfachsten Nenner gebracht	71
REFERENTINNEN UND REFERENTEN	● A – Z	74
ZIST	● Hintergrund	86
	● Aufenthalt in ZIST	90
	● Wegbeschreibung	92
	● In eigener Sache	93
	● Impressum	96
LEGENDE	● ZIST	
	● Selbsterfahrung	
	● Fort-, Weiter- und Ausbildung	
	● Weitere Angebote	
	● ZIST Akademie für Psychotherapie	
	● ZIST Förderverein e. V.	



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

Wolf Bütig



Bunda S. Watermeier

Liebe Leserin, lieber Leser,

Liebe Leserinnen und Leser,

unter dem Eindruck des Todes von Wolf Bütig entstand dieses Vorwort zu unserem digitalen Programmheft 2022. Wir Mitarbeiter sind zugleich traurig und dankbar. Traurig, weil wir Wolf vermissen, und dankbar für die Zeit, die wir mit ihm verbringen durften. Irvin D. Yalom und Marilyn Yalom erzählen in ihrem 2021 erschienenen gemeinsamen Buch *Unzertrennlich – Über den Tod und das Leben* davon, dass das Trauern möglicherweise der Preis ist, den man zahlt, wenn man den Mut zu lieben hat. Ein schönes Bild, das unsere Trauer mit unserer Liebe, unserer Tiefe verbindet.

Wolf Bütig gründete gemeinsam mit Christa Bütig ZIST. Er war bis zu seinem Tod am 14.8.2021 im Alter von 83 Jahren Geschäftsführer von ZIST und der Leiter der 2010 gegründeten *ZIST Akademie für Psychotherapie*.

Er hat sich seit den Anfängen in den frühen Siebzigerjahren inspiriert von den Erfahrungen, die er im Esalen-Institut in Kalifornien gemacht hatte, mit Engagement und Leidenschaft für ZIST als Ort der Stille und der Potentialentfaltung eingesetzt. Wolf hat für ZIST gelebt. Unzählige Menschen sind in den vielen Jahren seines Schaffens von seiner Menschenliebe, seiner Liebe für Individualität und Eigenart und für persönliches Wachstum und Potentialentfaltung, in den Begegnungen und Workshops mit ihm berührt worden.

Ein beeindruckendes Zeugnis dafür ist das Kondolenzbuch für Wolf, das Sie einsehen können unter: www.zist.de/blog/

Uns ist Wolfs Schaffen, das durch das Mittun zahlreicher Menschen, Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, Förderinnen und Förderern, Weg-

begleiterinnen und Wegbegleitern, Freundinnen und Freunden leben konnte, Auftrag für die kommenden Jahre. Inspiriert von seinem Tun und in der Tradition der Humanistischen Psychologie stehend machen wir es uns zur Aufgabe, diesen wertvollen Schatz ZIST in die Zukunft zu führen, indem wir Gemeinsamkeiten suchen und auf Vertrauen und Kooperation setzen.

Wir Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter vermissen ihn täglich, seine Präsenz, seine Gelassenheit und seine Freundlichkeit. Kurz gesagt: seine Eigenart fehlt uns. Die Weite, die er ausstrahlte, war echte Weite, weil sie keine Richtung hatte.

*

Wir haben in diesem wie im letzten Jahr darauf verzichtet, unser Programmheft zu drucken, weil durch die andauernde Coronasituation einfach zu viele Terminverschiebungen trotz sorgfältigster Planung passieren können.

Über alle aktuellen Ereignisse, das aktuelle offene Programm sowie über die *ZIST Akademie für Psychotherapie* können Sie sich jederzeit auf unserer Webseite www.zist.de informieren.

Wir freuen uns darüber, Sie inzwischen wieder ohne Kontaktbeschränkungen unter Einhaltung jeweils aktueller Hygienebestimmungen in ZIST begrüßen zu dürfen.

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

48 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 48 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 66).

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





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

JANUAR

●	06.01., 20.00 h	Fragestunde: "Schreikind", "High Need"-Kind oder hochsensibel? – online	K. Ortner-Willnecker	16, 36
●	06.01. – 09.01.	Einführung in die <i>Yoga-Basierte-Traumatherapie</i>	D. Mitzinger	56, 62
●	14.01. – 16.01.	Einführung in die Traumatherapie <i>Somatic Experiencing</i>	D. Rothbauer	57, 62
●	21.01. – 26.01.	Moshé Feldenkrais' Erbe	E. Wadler	52
●	22.01., 09.30 h	Informationstag zur <i>Approbationsausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen/ Psychotherapeuten</i>	S. Hagen und einen Dozenten (m/w/d) der ZIST Akademie	62, 70
●	28.01. – 30.01.	NIG Practitioner: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten (NIG) Modul 1	B. Innecken, S. Humez	42, 49

FEBRUAR

●	03.02. – 06.02.	The Embodied Life Retreat: Awareness through Meditation, Guided Inquiry and the Teachings of Moshé Feldenkrais	R. Delman and L. Evans Delman	23, 28
●	03.02. – 06.02.	Trauma, Illusion und Spiritualität – Aufstellungsarbeit mit traumatischen Erinnerungen	T. Geßner	40
●	04.02. – 06.02.	Einführung in die Bodydynamic Arbeit mit Entwicklungstrauma	M. Rupp	18, 44
●	04.02. – 06.02.	Ongoing Inquiry – online	J. Rosenblum	31, 37
●	16.02. – 30.03.	Wenn das Herz bricht, bricht es auf – Trauern und Feiern als spirituelle Praxis – online	S. Kraft und M. Kraft	13, 29, 34
●	24.02., 20.00 h	Fragestunde: Hochsensibel – schön anstrengend – online	K. Ortner-Willnecker	16, 36
●	25.02. – 27.02.	Come To Life – von Scham und Schuld zu Integration und Verbundenheit	S. Löffler und U. Minde	15, 43
●	25.02. – 27.02.	Familienaufstellungen – als Selbsterfahrung und zur teilnehmenden Beobachtung	B. Innecken	21
●	25.02. – 27.02.	The Art of Meditation and Self Inquiry – online	S. Grover	28, 33
●	27.02. – 04.03.	Das Einfach Liebe Retreat für Paare	E. Buchwald und V. Buchwald	20

MÄRZ

●	03.03. – 31.03.	Gefühle zum Weglaufen – online	E. Kruithoff	14, 34
●	03.03. – 06.03.	Hochsensibilität – Ich darf sein	K. Ortner-Willnecker	16, 25
●	05.03., 09.30 h	Informationstag zur <i>Approbationsausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen/ Psychotherapeuten</i>	S. Hagen und einen Dozenten (m/w/d) der ZIST Akademie	62, 70
●	11.03. – 13.03.	BodyWareness: Körperbewusstsein als Schlüssel zur Veränderung in Therapie und Coaching – online	K. Jonas	34, 42
●	20.03., 10.00 h	TakeTiNa – Schnuppertag (in München)	S. Bundschu und M. Höhn	62
●	22.03. – 26.04.	Auf der Suche nach der verlorenen Zeit – online	A. Stemberger	19, 37
●	25.03. – 28.03.	Singing Pool	A. Gerber und K. Enz Gerber	26
●	28.03. – 03.04.	Somatic Experiencing	D. Rothbauer	56



APRIL

●	03.04. – 06.04.	Mitgefühl wecken – für sich und andere	L. Reddemann	43
●	03.04. – 06.04.	Gruppen in Workshops – Design – Gestaltung – Dynamik	I. Vauk	45
●	05.04. – 10.04.	The Body of Pleasure: What it means to fully enjoy your life – online	B. Brown	31, 33
●	07.04. – 11.04.	SOMA-Embodiment – Workshop zur Einführung	S. Gomes	54, 63
●	07.04., 19.30 h	Vortrag: Einführung in moderne bewusstseinszentrierte Körperpsychotherapie (in München)	C. Gottwald	63
●	28.04., 20.00 h	Fragestunde: Hochsensibel – Bereicherung und Herausforderung zugleich für Partnerschaft und Familie – online	K. Ortner-Willnecker	17, 36
●	29.04. – 04.05.	Seelische Bildung in der Zeit zwischen Welten	H. Beaumont	40, 47, 48

MAI

●	13.05. – 15.05.	Öfter wohl, zufriedener oder glücklich sein können	C. Gottwald	13
●	19.05. – 22.05.	Werden, was ich bin: Lebensintegrationsprozess, Bewusstsein und Aufstellungsarbeit	T. Geßner	12
●	19.05. – 22.05.	Frauen meditieren anders	K. Jonas	29
●	27.05. – 29.05.	NIG Practitioner: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten (NIG) Modul 2	B. Innecken, S. Humez	42, 49

JUNI

●	12.06. – 15.06.	When the Drummers Were Women	S. Bundschu	20, 26
●	17.06. – 20.06.	Emotionales Lernen – Körper und Seele im Dialog	G. Zimmermann	19, 46
●	23.06., 20.00 h	Fragestunde: "Schreikind", "High Need"-Kind oder hochsensibel? – online	K. Ortner-Willnecker	16, 36
●	26.06., 09.30 h	Informationstag zur <i>Approbationsausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen/ Psychotherapeuten</i>	S. Hagen und einen Dozenten (m/w/d) der ZIST Akademie	62, 70

JULI

●	01.07. – 03.07.	Der allein geliebene Zwilling	P. Bourquin	12, 40
●	01.07. – 03.07.	Einführung in das Enneagramm der Persönlichkeit und das SAT Programm	K. Reuter und C. Chalakani	51, 63
●	03.07. – 06.07.	Yoga-Basierte-Traumatherapie	D. Mitzinger	55
●	08.07. – 10.07.	Bindung und die körperliche Konstituierung von Narzissmus	M. Rupp	18, 44
●	14.07. – 17.07.	The Embodied Life Retreat: Awareness through Meditation, Guided Inquiry and the Teachings of Moshé Feldenkrais	R. Delman and L. Evans Delman	23, 28
●	22.07. – 24.07.	Klavierspüren, Kalligrafie und Tai Chi	M. Ohta	27
●	28.07. – 01.08.	Stimmiger Körper – verkörperte Stimme	L. Sokolov	27
●	29.07. – 03.08.	Moshé Feldenkrais' Erbe	E. Wadler	52



AUGUST

●	04.08. – 09.08.	Point Zero Painting – Die Kraft der kreativen Freiheit erleben	K. Franckenberg	26
●	09.08. – 14.08.	Das Einfach Liebe Retreat für Paare	E. Buchwald und V. Buchwald	20
●	12.08. – 14.08.	Herzintelligenz	R. Pfeleiderer	17
● ●	20.08., 09.30 h	Informationstag zur Approbationsausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen/ Psychotherapeuten	S. Hagen und einen Dozenten (m/w/d) der ZIST Akademie	62, 70
●	26.08. – 31.08.	Die Not-Wendigkeit von Moral in der Psychotherapie	H. Beaumont	40, 47, 48
●	26.08. – 28.08.	Beziehung, die man tanzen kann	J. Feuerbach	21
●	31.08. – 04.09.	SOMA-Embodiment Training	S. Gomes	53

SEPTEMBER

●	09.09. – 12.09.	Reise zu dir selbst	M. Nelles	15
● ●	09.09. – 12.09.	Erforschung der Innenwelt	I. Schmelcher-Haimerl	18, 45
●	09.09. – 11.09.	NIG Practitioner: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten (NIG) Modul 3	B. Innecken, S. Humez	42, 49
● ●	16.09. – 18.09.	Freier Fluss für einen freien Kopf – mit indischer Kopfmassage	D. Gokani	25, 41
● ●	23.09. – 02.10.	Selbsterkenntnis und Lebendigkeit (SAT Modul I)	K. Reuter und Team der internationalen SAT Schule	18, 50
●	25.09., 10.00 h	TaKeTiNa – Schnuppertag (in München)	S. Bundschu und M. Höhn	62
●	29.09., 20.00 h	Fragestunde: Hochsensibel – schön anstrengend – online	K. Ortner-Willnecker	16, 36

OKTOBER

● ●	08.10., 09.30 h	Informationstag zur Approbationsausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen/ Psychotherapeuten	S. Hagen und einen Dozenten (m/w/d) der ZIST Akademie	62, 70
● ●	26.10. – 04.11.	Intuition und innere Führung (SAT Modul III)	K. Reuter und Team der internationalen SAT Schule	18, 50

NOVEMBER

● ●	04.11. – 09.11.	The Practice of Welcoming	N. Giuliani	24, 28, 41
●	04.11. – 09.11.	Schamanismus der Huichol Indianer	B. Secunda	30
● ●	09.11. – 10.11.	Einführung in Das Neuroaffektive Beziehungsmodell (NARM™) – online	M. Mokrus	35, 63
●	11.11. – 13.11.	Dem Tod neu begegnen – Abschied und Bestatten als Tor zum Leben	S. Kraft und M. Kraft	14, 29
● ●	15.11. – 18.11.	Wozu bin ich krank?	T. Geßner	24, 41
●	24.11., 20.00 h	Fragestunde: Hochsensibel – Bereicherung und Herausforderung zugleich für Partnerschaft und Familie – online	K. Ortner-Willnecker	17, 36
●	25.11. – 27.11.	Weil ich euch beide liebe	B. Innecken	22

DEZEMBER

●	02.12. – 07.12.	Das Einfach Liebe Retreat für Paare	E. Buchwald und V. Buchwald	20
●	02.12. – 04.12.	NIG Practitioner: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten (NIG) Modul 4	B. Innecken, S. Humez	42, 49

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 einen Selbsterfahrungsworkshop mit bis zu 50 % Zuschuss. Bei Interesse schreiben Sie uns an: verein@zist.de
Wir helfen Ihnen! Und Ihr Anliegen bleibt vertraulich.

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

Carmen Schickinger (Vorsitz)
Eva Ackermann
Mischka Solonevich

Informieren Sie sich über die aktuellen Aktivitäten des Vereins und den Termin der nächsten Mitgliederversammlung auf unserer Internetseite: 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

ZIST Förderverein e. V.

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



SELBSTERFAHRUNG	● Persönliches Wachstum	12
	● Männer, Frauen, Kinder – Beziehungen	20
	● Gesundheit, Vorsorge, Selbstheilung	23
	● Kreativität	26
	● Spiritualität	28
	● Spiritualität – Diamond Approach	31
	● Onlineworkshops	32

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

Wolf Büntig

DATEN & PREISE

Der allein gebliebene Zwilling
Fr., 1.7., 18.30 h –
So., 3.7.22, 14.00 h
Kursgebühr 335 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220730

Werden, was ich bin: Lebensintegrationsprozess, Bewusstsein und Aufstellungsarbeit
Do., 19.5., 18.30 h –
So., 22.5.22, 14.00 h
Kursgebühr 360 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220530

Maximale Teilnehmerzahl: 20

● 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 mitzerleben 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.

● neu WERDEN, WAS ICH BIN: LEBENSINTEGRATIONSPROZESS, BEWUSSTSEIN UND AUFSTELLUNGSARBEIT

Thomas Geßner

Dieser Workshop bietet die Möglichkeit, in Praxis und Theorie den *Lebensintegrationsprozess* (LIP nach Nelles) kennenzulernen, eine tiefgreifende Weiterentwicklung der Aufstellungsarbeit. Im Unterschied zum Familienstellen geht es im LIP nicht um *die anderen* und unsere Schwierigkeiten mit ihnen, sondern um eine offene Begegnung mit sich selbst. Damit verbunden ist eine Haltung, die sich ganz mit der Gegenwart verbindet, die also aktuelle Schwierigkeiten nicht mehr der Vergangenheit anlastet.

Dr. Wilfried Nelles hat den LIP aus seinem Bewusstseinsmodell heraus entwickelt. Vom Platz der sicheren Gegenwart aus wendet man sich den Stellvertretern für die eigene Zeit im Mutterleib, die Kindheit und die Jugend zu. In ihnen erscheint, was aus den damaligen Lebensphasen und der jeweils damit verbundenen Bewusstseinsstufe heute gesehen werden will. Man würdigt dabei alles, was man unbewusst getan hat, um *bei* den Menschen und den Umständen sein zu können, wo man geboren wurde und aufgewachsen war. Ganz ohne etwas daran zu verändern. Dies kann für erwachsene Menschen eine machtvolle Unterstützung dabei sein, ihre Kindheit und Jugend hinter sich zu lassen, und zwar nicht, indem sie sie abschneiden, sondern sie ganz in sich aufnehmen, genau so, wie sie war. Dadurch kommt man in einen tiefen Kontakt mit sich selber: man kommt zu sich, in die eigene Kraft, zu dem Leben, *mit* dem man geboren wurde.

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

Literatur

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

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

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

DATEN & PREISE

Öfter wohl, zufriedener oder glücklich sein können
Fr., 13.5., 18.30 h –
So., 15.5.22, 14.00 h
Kursgebühr 255 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220532

Wenn das Herz bricht, bricht es auf – Trauern und Feiern als spirituelle Praxis – online Termine jeweils mittwochs von 19.00 h bis 21.00 h
16.2.22
23.2.22
9.3.22
16.3.22
23.3.22
30.3.22

Kursgebühr 225 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220220

● ÖFTER WOHL, ZUFRIEDENER ODER GLÜCKLICH SEIN KÖNNEN

Christian Gottwald

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

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

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

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

Achtsamkeit und eine sinnvollere Selbstbegleitung sind im alltäglichen Leben anwendbar.

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

Fortlaufender Onlineworkshop
an sechs Mittwochabenden
Susanne Kraft und Michael Kraft

Der Sturm wird stärker. Ich auch!

Pippi Langstrumpf

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

Marshall Rosenberg

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

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

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

Technische Voraussetzungen

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

DATEN & PREISE

Dem Tod neu begegnen – Abschied und Bestatten als Tor zum Leben
Fr., 11.11., 18.30 h –
So., 13.11.22, 14.00 h
Kursgebühr 240 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 221132

Gefühle zum Weglaufen* – online Termine
jeweils donnerstags von
18.00 h bis 20.00 h
3.3.22
10.3.22
17.3.22
24.3.22
31.3.22
Kursgebühr 265 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220320

● **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

● **GEFÜHLE ZUM WEGLAUFEN* – ONLINE**

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

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

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

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

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

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

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

DATEN & PREISE

Come To Life – von Scham und Schuld zu Integration und Verbundenheit
Fr., 25.2., 18.30 h –
So., 27.2.22, 14.00 h
Kursgebühr 295 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220233

Reise zu dir selbst
Fr., 9.9., 18.30 h –
Mo., 12.9.22, 14.00 h
Kursgebühr 400 €, für beobachtende Teilnehmer 350 €, zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220932

Maximale Teilnehmerzahl mit eigenem LIP:
18 plus beobachtende Teilnehmer

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

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

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

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

Technische Voraussetzungen

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

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

Sabine Löffler und Uwe Minde

Beschreibung siehe Seite 43.

● **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 entfalten wollendes 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

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

**siehe Seite 90

DATEN & PREISE

**Fragestunde: "Schreikind",
"High Need"-Kind oder
hochsensibel?*** – online**Do., 6.1.22,
20.00 h – 22.00 h**Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220120**Do., 23.6.22,
20.00 h – 22.00 h**Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220620

Kursgebühr jeweils 40 €

**Fragestunde:
Hochsensibel – schön
anstrengend*** – online**Do., 24.2.22,
20.00 h – 22.00 h**Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220221**Do., 29.9.22,
20.00 h – 22.00 h**Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220920

Kursgebühr jeweils 40 €

**Hochsensibilität –
Ich darf sein*****Do., 3.3., 18.30 h –
So., 6.3.22, 14.00 h**Kursgebühr 355 €
zuzüglich Vollpension**Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220330**● FRAGESTUNDE: "SCHREIKIND",
"HIGH NEED"-KIND ODER
HOCHSENSIBEL?*** – ONLINE
Karin Ortner-Willnecker

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

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

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

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

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

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

Technische Voraussetzungen
Der Onlineworkshop findet über die Plattform Zoom statt, wir achten bei der Einrichtung der Meetings auf datenschutzrechtlich relevante Einstellungen. Für die Teilnahme ist lediglich ein PC, Notebook oder Tablet sowie eine stabile Internetverbindung notwendig. Technik-Neulinge er-

halten von uns eine ausführliche Anleitung und die Möglichkeit zum Test-Meeting einen Tag vor Workshopbeginn.

● HOCHSENSIBILITÄT – ICH DARF SEIN*
Karin Ortner-Willnecker

Manchmal verstehen sich Hochsensible selbst nicht, wenn sie das starke Bedürfnis nach Rückzug und Ruhe empfinden, obwohl der Abend mit Freunden 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".

DATEN & PREISE

**Fragestunde:
Hochsensibel –
Bereicherung und
Herausforderung zugleich
für Partnerschaft und
Familie*** – online
**Do., 28.4.22,
20.00 h – 22.00 h**Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220420**Do., 24.11.22,
20.00 h – 22.00 h**Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 221120

Kursgebühr jeweils 40 €

**Herzintelligenz
Fr., 12.8., 18.30 h –
So., 14.8.22, 14.00 h**Kursgebühr 260 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220833**● FRAGESTUNDE: HOCHSENSIBEL –
BEREICHERUNG UND
HERAUSFORDERUNG ZUGLEICH
FÜR PARTNERSCHAFT UND FAMILIE*** –
ONLINE

Karin Ortner-Willnecker

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

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

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

neu HERZINTELLIGENZ

Entwickeln des empathischen inneren Dialogs
Roswitha Pfeleiderer
Assistenz: Flora Lehmann

*Zwischen Reiz und Reaktion liegt ein Raum.
In diesem Raum liegt unsere Macht zur Wahl
unserer Reaktion. In unserer Reaktion liegen
unsere Entwicklung und unsere Freiheit.*

Viktor Frankl

Herzintelligenz ist das holistische Herzbewusstsein, das einlädt, mit dem eigenen Herzen zu kommunizieren. Wer sich auf diese Reise begibt, öffnet einen Raum des Seins und erlebt tiefes Verbundenheit mit seiner inneren Weisheit (Intuition).

Ziel des Workshops ist es, in achtsamkeitsbasierten Übungen die beiden widerstrebenden Kräfte des inneren Fühlens und des äußeren Verstandeserlebens zu erforschen, um sie miteinander im Zentrum des Herzens zu versöhnen und in Einklang zu bringen mit der Frage, was verstellt meinen inneren Raum, und was öffnet ihn? Ein Prozess des inneren Lauschens und Zuhörens, ein Entdecken, ein Nachspüren, eine Schatzkammer von ungeheurem Reichtum, der den inneren empathischen Dialog der Herzintelligenz aufnimmt und damit Aussöhnung, Gelassenheit, Authentizität, Wertschätzung und Mitgefühl freilegt, für das Mitgestalten einer befriedeten Innen- und Außenwelt.

Die Dyade, eine meditative Präsenzübung zur Selbstreflexion, unterstützt uns bei der transpersonalen Prozessarbeit. Weiterhin Embodiment und kleinere Reflexionsrunden.

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

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

**siehe Seite 90

DATEN & PREISE

Selbsterkenntnis und Lebendigkeit (SAT Modul I)Fr., 23.9., 18.30 h –
So., 2.10.22, 14.00 hKursgebühr 1140 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220935**Intuition und innere Führung (SAT Modul III)**Mi., 26.10., 18.30 h –
Fr., 4.11.22, 14.00 hKursgebühr 1140 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 221030**Einführung in die Bodydynamic Arbeit mit Entwicklungstrauma**Fr., 4.2., 18.30 h –
So., 6.2.22, 14.00 hKursgebühr 275 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220232**Bindung und die körperliche Konstituierung von Narzissmus**Fr., 8.7., 18.30 h –
So., 10.7.22, 14.00 hKursgebühr 275 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220732**Erforschung der Innenwelt**Fr., 9.9., 18.30 h –
Mo., 12.9.22, 14.00 hKursgebühr 395 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220934**SELBSTERKENNTNIS UND LEBENDIGKEIT (SAT MODUL I)**

Katrin Reuter und Team der internationalen SAT Schule

Beschreibung siehe Seite 50.

INTUITION UND INNERE FÜHRUNG (SAT MODUL III)

Katrin Reuter und Team der internationalen SAT Schule

Beschreibung siehe Seite 50.

EINFÜHRUNG IN DIE BODYDYNAMIC ARBEIT MIT ENTWICKLUNGSTRAUMA

Michael Rupp

Beschreibung siehe Seite 44.

neu BINDUNG UND DIE KÖRPERLICHE KONSTITUIERUNG VON NARZISSMUSEin Bodydynamic Seminar
Michael Rupp

Beschreibung siehe Seite 44.

ERFORSCHUNG DER INNENWELTSystemische Therapie mit der inneren Familie
Irmgard Schmelcher-Haimerl

Beschreibung siehe Seite 45.



DATEN & PREISE

AUF DER SUCHE NACH DER VERLORENEN ZEIT – ONLINE
Andrea Stemberger

Sie sind ständig erreichbar, stehen unter Druck und suchen Ihre Zeit?

Die digitale Welt mit Videokonferenzen und der Möglichkeit des Homeoffice erobert zunehmend Ihre Privatsphäre und lässt Rhythmen verschwinden. Die Wellen der Pandemie mit zusätzlichem Homeschooling hat das Leben auf belastende Art verändert, bei allen. Weil alles zuviel ist. Und gleichzeitig zu wenig.

Kurze Auszeiten zwischen Ihrem Alltagstakt zu nehmen, ist Ihr automatischer Mechanismus, um kurzfristig Balance in Ihr Leben zu bringen? Gleichzeitig fühlen Sie sich in Ihrer Fähigkeit zur Selbststeuerung eingeschränkt: Der Umgang mit persönlichen Herausforderungen, mit Stress-Zeiten und Krisen bringt Sie an die Grenzen Ihrer Belastbarkeit – und manchmal sogar darüber hinaus. Sie spüren schmerzlich den Verlust eines ausgeglichenen Lebensgefühls und die Sehnsucht nach Selbstwirksamkeit.

Dieser Onlineworkshop unterstützt Sie, wieder ins Gleichgewicht zu kommen und sich an Ihre Kompetenz zu erinnern, ein selbstbestimmtes Leben zu führen.

An sechs Abenden erarbeiten wir miteinander Quellen für Motivation, Lebens- und Schaffensfreude. Gemeinsam entwerfen wir Möglichkeiten, Ihre Ressourcen für Lebenslust und Tatkraft wahrzunehmen, damit Sie Ihre eigenen Lösungen für belastende Situationen finden können.

Im Fokus stehen dabei

- Achtsamkeitsübungen zur Selbstwahrnehmung und Selbstfürsorge,
- das Erarbeiten, Erkennen und Integrieren Ihres persönlichen Wertesystems,
- die Integration des für Sie persönlich Wesentlichen für Ihre Entscheidungen.

1. Abend
Ein Blick in die Biografie mit ihren Meilensteinen und Quellen für Ressourcen
2. Abend
Ein Blick auf Ihr Wertesystem und Ihre Wahrnehmung
3. Abend
Ein Blick auf Ihre Kommunikation und der blinde Fleck
4. Abend
Ein Blick auf unentdeckte Potentiale durch den Spiegel des Gegenübers

5. Abend
Ein Blick auf die Möglichkeiten der Integration und Umsetzung von Potentialen
6. Abend
Ein Rückblick auf Sie und was Sie sich bis heute erobert haben

Zwischen den Abenden haben Sie die Möglichkeit, anhand von persönlich formulierten Zwischenzielen und mithilfe eines Coachingtagebuches sich vor- und nachzubereiten.

Außerdem bietet Andrea Stemberger zusätzliche persönliche Coachingsitzungen an, die gesondert abgerechnet werden.

Technische Voraussetzungen
Der Onlineworkshop findet über die Plattform Zoom statt, wir achten bei der Einrichtung der Meetings auf datenschutzrechtlich relevante Einstellungen. Für die Teilnahme ist lediglich ein PC, Notebook oder Tablet sowie eine stabile Internetverbindung notwendig. Technik-Neulinge erhalten von uns eine ausführliche Anleitung und die Möglichkeit zum Test-Meeting einen Tag vor Workshopbeginn.**EMOTIONALES LERNEN – KÖRPER UND SEELE IM DIALOG***Transformation von im Körpergedächtnis gespeicherter somatisch-emotionaler Stressmuster
Gerhard Zimmermann

Beschreibung siehe Seite 46.

Auf der Suche nach der verlorenen Zeit – online**Termine**
jeweils dienstags
zwischen18.00 h – 21.00 h
22.3.22
29.3.22
5.4.22
12.4.22
19.4.22
26.4.22Kursgebühr 335 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220322**Emotionales Lernen – Körper und Seele im Dialog***Fr., 17.6., 18.30 h –
Mo., 20.6.22, 14.00 hKursgebühr 370 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220632*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.
**siehe Seite 90

DATEN & PREISE

Das Einfach Liebe Retreat für Paare

So., 27.2., 18.30 h –
Fr., 4.3.22, 14.00 h

Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220335

Di., 9.8., 18.30 h –
So., 14.8.22, 14.00 h

Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220831

Fr., 2.12., 18.30 h –
Mi., 7.12.22, 14.00 h

Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 221230

Kursgebühr je Workshop
720 €*** pro Person
zuzüglich Vollpension 410 €
pro Person im Doppelzimmer

When the Drummers Were Women

So., 12.6., 18.30 h –
Mi., 15.6.22, 14.00 h

Kursgebühr 320 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220631

● 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 26.

DATEN & PREISE

Beziehung, die man tanzen kann*

Fr., 26.8., 18.30 h –
So., 28.8.22, 14.00 h

Kursgebühr 250 €***
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220832

Familienaufstellungen – als Selbsterfahrung und zur teilnehmenden Beobachtung

Fr., 25.2., 18.30 h –
So., 27.2.22, 14.00 h

Kursgebühr 305 €
für beobachtende Teilnehmer 275 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220234

● BEZIEHUNG, DIE MAN TANZEN KANN*

Johannes Feuerbach

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

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

Die Themen und Inhalte des Workshops

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

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

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

Literatur

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

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

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
(Alle 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 abstaten und Ausgeschlossene wieder einbeziehen. Diese lösungsorientierte Arbeit kann eine wertvolle Hilfe sein, um Kraft für die Ziele unseres eigenen Lebensweges zu finden.

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

Interessierte, Partner oder Therapeuten 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

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.
**siehe Seite 90
***Im Preis ist die Ermäßigung für Paare bereits mit eingerechnet.

DATEN & PREISE

Weil ich euch beide liebe
Fr., 25.11., 18.30 h –
So., 27.11.22, 14.00 h

Kursgebühr 305 €
für beobachtende
Teilnehmer 275 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 221133

● **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 Be-

ziehungen, 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

DATEN & PREISE

The Embodied Life Retreat
February 3 – 6, 2022
Thursday, 6.30 p.m. –
Sunday, 2.00 p.m.

Place, registration:
ZIST Penzberg No. 220230

July 14 – 17, 2022
Thursday, 6.30 p.m. –
Sunday, 2.00 p.m.

Place, registration:
ZIST Penzberg No. 220733

Fee per workshop 435 €,
plus room and board**.

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

Russell Delman and Linda Evans Delman

Course language English

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

Simply said, we need the capacity to:

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

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

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

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

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



**siehe Seite 90

DATEN & PREISE

Wozu bin ich krank?
Di., 15.11., 18.30 h –
Fr., 18.11.22, 14.00 hKursgebühr 360 €
zuzüglich Vollpension**Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 221134**The Practice of**
Welcoming**Fr., 4.11., 18.30 h –**
Mi., 9.11.22, 14.00 hKursgebühr 670 €
zuzüglich Vollpension**Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 221130● **WOZU BIN ICH KRANK?***Symptome und die unbewusste Liebe darin: Aufstellungsarbeit bei Krankheit – Lebensintegrationsprozess (LIP nach Nelles) und Symptomaufstellungen*
Thomas Geßner

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

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

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

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

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

Literatur

Wilfried Nelles und Thomas Geßner: *Die Sehnsucht des Lebens nach sich selbst*, Innenwelt Verlag, Köln, 2014● **THE PRACTICE OF WELCOMING***Eine Einführung in die iRest Meditationspraxis*
Nöle Giulini

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

DATEN & PREISE

Freier Fluss für einen freien Kopf – mit indischer Kopfmassage
Fr., 16.9., 18.30 h –
So., 18.9.22, 14.00 hKursgebühr 255 €
zuzüglich Vollpension**Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220933**Hochsensibilität – Ich darf sein*****Do., 3.3., 18.30 h –**
So., 6.3.22, 14.00 hKursgebühr 355 €
zuzüglich Vollpension**Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220330● **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 41.

● **HOCHSENSIBILITÄT – ICH DARF SEIN***

Karin Ortner-Willnecker

Beschreibung siehe Seite 16.



*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.
**siehe Seite 90

DATEN & PREISE

When the Drummers Were Women
**So., 12.6., 18.30 h –
Mi., 15.6.22, 14.00 h**

 Kursgebühr 320 €
 zuzüglich Vollpension**
 Ort/Anmeldung:
 ZIST Penzberg Nr. 220631

**Point Zero Painting –
Die Kraft der kreativen
Freiheit erleben**
**Do., 4.8., 18.30 h –
Di., 9.8.22, 14.00 h**

 Kursgebühr 690 €
 zuzüglich Vollpension**
 Ort/Anmeldung:
 ZIST Penzberg Nr. 220830

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

**Singing Pool
Fr., 25.3., 18.30 h –
Mo., 28.3.22, 14.00 h**

 Kursgebühr 405 €
 zuzüglich Vollpension**
 Ort/Anmeldung:
 ZIST Penzberg Nr. 220331

● 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.

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

Kathrin Franckenberg

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

Im Point Zero Painting Workshop können Sie

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

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

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

● SINGING POOL

Andreas Gerber und Karin Enz Gerber

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

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

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

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

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

**● KLAVIERSPÜREN,
KALLIGRAFIE UND TAI CHI**
*Eine spielerische Entdeckung von Klang,
Bewegung und Stille*
 Masako Ohta

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

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

Wir alle haben in unserem Innen und Außen wunderschöne Flügel. Lassen wir unsere Flügel sich behutsam öffnen und unsere 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.

**● STIMMIGER KÖRPER –
VERKÖRPERTE STIMME**
*Durch die Stimme über den Körper zum
Selbst vordringen*
 Lisa Sokolov

Kurssprache Englisch mit Übersetzung

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

Einzel, im Duett und als ganze Gruppe arbeiten wir daran, dass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer

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

DATEN & PREISE

**Klavierspüren,
Kalligrafie und Tai Chi**
**Fr., 22.7., 18.30 h –
So., 24.7.22, 14.00 h**

 Kursgebühr 235 €
 zuzüglich Vollpension**
 Ort/Anmeldung:
 ZIST Penzberg Nr. 220734

**Stimmiger Körper –
verkörperte Stimme**
**Do., 28.7., 18.30 h –
Mo., 1.8.22, 14.00 h**

 Kursgebühr 650 €
 zuzüglich Vollpension**
 Ort/Anmeldung:
 ZIST Penzberg Nr. 220735


**siehe Seite 90

DATEN & PREISE

The Embodied Life Retreat

February 3 – 6, 2022

Thursday, 6.30 p.m. –

Sunday, 2.00 p.m.

Place, registration:

ZIST Penzberg No. 220230

July 14 – 17, 2022

Thursday, 6.30 p.m. –

Sunday, 2.00 p.m.

Place, registration:

ZIST Penzberg No. 220733

Fee per workshop 435 €, plus room and board**.

The Practice of Welcoming

Fr., 4.11., 18.30 h –

Mi., 9.11.22, 14.00 h

Kursgebühr 670 €

zuzüglich Vollpension**

Ort/Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 221130

The Art of Meditation and Self Inquiry – online

February 25 – 27, 2022

German course times

Friday: 7 p.m. – 9 p.m.

Saturday and Sunday:

10 a.m. – 1 p.m. and

3.30 p.m. – 6.30 p.m.

Fee 325 €

Registration:

ZIST Penzberg No. 220222

● 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 23.

● THE PRACTICE OF WELCOMINGEine 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, Burn-out, 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**● THE ART OF MEDITATION AND SELF INQUIRY – ONLINE**

Susannah Grover

Course language English

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 to 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.

We have found the explorations we do in our courses to 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.

There will be technical support by ZIST for those who feel insecure with Zoom. All you need is a laptop and a good internet connection.

DATEN & PREISE

Frauen meditieren anders

Do., 19.5., 18.30 h –

So., 22.5.22, 14.00 h

Kursgebühr 400 €

zuzüglich Vollpension**

Ort/Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 220531

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

Termine

jeweils mittwochs

von 19.00 h bis 21.00 h

16.2.22

23.2.22

9.3.22

16.3.22

23.3.22

30.3.22

Kursgebühr 225 €

Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 220220

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

Fr., 11.11., 18.30 h –

So., 13.11.22, 14.00 h

Kursgebühr 240 €

zuzüglich Vollpension**

Ort/Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 221132

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

Katrin Jonas

reflexion und viele Möglichkeiten zum Einzug in die innere Stille.

Literatur

Katrin Jonas

Die bewegte Frau. Vom Bewegen sollen zum Bewegen wollen, Innenwelt Verlag 2020*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

Der feminine Weg der Meditation beruht auf der Erfahrung, dass Frauen auf Meditationsmethoden, die mit der Funktionsweise ihres Körpers harmonieren, oftmals besser ansprechen. Sie fühlen sich am wohlsten, wenn das meditative Vorgehen mit ihrem Körper resoniert und ihr Nervensystem sich auf organische Weise beruhigen kann. Erst dann darf es im Zentrum des Organismus still werden. Der Zustand der Meditation als Erfahrung der Stille und Nicht-Identifikation 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 Bewusstseins- und Meditations-techniken finden Sie heraus, wie die Innenschau im Einklang mit den Qualitäten des weiblichen Körpers funktioniert. Gleichzeitig können Sie die Tage der Einkehr nutzen, um ein für Sie bedeutsames aktuelles *Frauenthema* aus einer inneren Perspektive heraus zu beleuchten. Im Kreise interessierter Frauen finden Sie beides, Zeit zur Selbst-

reflexion und viele Möglichkeiten zum Einzug in die innere Stille.

● WENN DAS HERZ BRICHT, BRICHT ES AUF – TRAUERN UND FEIERN ALS SPIRITUELLE PRAXIS – ONLINE
Fortlaufender Onlineworkshop an sechs Mittwochabenden
Susanne Kraft und Michael Kraft

Beschreibung siehe Seite 13, 34.

Beschreibung siehe Seite 14.

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

Susanne Kraft und Michael Kraft

Beschreibung siehe Seite 14.



**siehe Seite 90

DATEN & PREISE

**Schamanismus
der Huichol Indianer****Fr., 4.11., 18.30 h –
Mi., 9.11.22, 14.00 h**Kursgebühr 620 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 221131**● SCHAMANISMUS DER
HUICHOL INDIANER***Altes Wissen für die moderne Zeit*
Brant Secunda

Kursprache Englisch mit Übersetzung

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

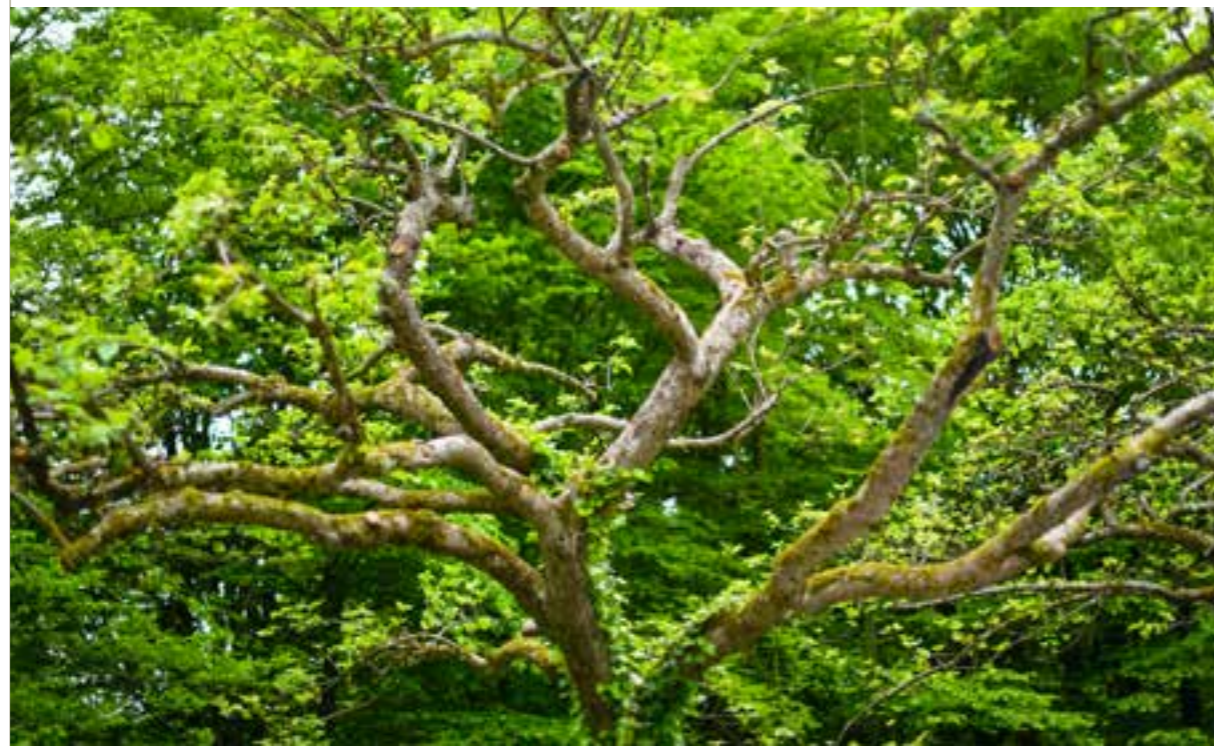
Der Workshop beinhaltet Praktiken, die helfen, die Intuition des Herzens zu entdecken und unser Leben langfristig zu transformieren:

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

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

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

Kinder sind willkommen.



DATEN & PREISE

**new THE BODY OF PLEASURE:
WHAT IT MEANS TO FULLY ENJOY
YOUR LIFE – ONLINE**

Byron Brown

Course language English

Pleasure is a fundamental motivator in human life – the carrot held out in front of us. We are drawn to things that make us feel good. Pleasure is enticing, stimulating, enjoyable and even addictive. Who doesn't want to partake in the pleasures of life? We tend to see it as something that makes life bearable, providing a reward for hard work completed, discipline maintained or a goal achieved. And we all have our guilty pleasures – those things that seem to be indulgences, distractions or secret delights.

On the other hand, pleasure is fleeting and sensational, often feeling less important than the serious things in life. After all attending to our family, our work, our bodies, our relationships and even our spiritual journey are hardly guaranteed to be pleasurable. Thus many of us put off or even forgo pleasure in favor of achievement, money, love, friendship, authenticity or inner realization.

But what is pleasure? What is its true role in life? Is it just the result of things we have or do – food, entertainment, sex, drugs, fantasy, games, companionship, travel, clothes, music? Or is it something in our nature that is awakened through these things? Is it necessary for human life or is it just satisfying a selfish or instinctual drive, best left for vacations and celebrations? And how does pleasure relate to spirituality and being?

In this workshop we will explore the nature of pleasure itself – the inner experience of enjoyment whatever the external context. We will access it through our physical body and its sensations and qualities. This immediate contact with pleasure opens us to discover its spiritual reality – what I call *The Body of Pleasure*.

Among the topics we will investigate:

- Judgments about pleasure
- Barriers to allowing and feeling pleasure
- Pleasure without an object
- The true source of pleasure
- The experience of being enjoyed

The workshop will include meditation, talks, movement, inquiries and group discussion. The work is based on the Diamond Approach teaching but all are welcome regardless of whether you have any experience with the DA.

● ONGOING INQUIRY – ONLINE

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 some personal work after the exercises. The focus will be on the fundamentals of the Diamond Approach so that students can deepen their practice of Inquiry as well as meditation practice.

**The Body of Pleasure:
What it means to fully
enjoy your life – online**
April 5 – 10, 2022
German course times

**Tuesday:
7.30 p.m. – 10 p.m.**
**Wednesday – Saturday:
3 p.m. – 6 p.m. and
7.30 p.m. – 10 p.m.**
Sunday: 3 – 6 p.m.

Fee 595 €
Registration:
ZIST Penzberg No. 220421

Ongoing Inquiry – online
February 4 – 6, 2022
German course times
Friday:

7 p.m. – 9.30 p.m.
**Saturday and Sunday:
8 a.m. – 8.45 a.m.**
**Meditation,
3 p.m. – 6 p.m. and
7.30 p.m. – 9.30 p.m.**

Fee 325 €
Registration:
ZIST Penzberg No. 220223

**siehe Seite 90

DATEN & PREISE

NEUES ANGEBOT IN ZIST:
ONLINEWORKSHOPS

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

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

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

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

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

TECHNISCHE VORAUSSETZUNGEN

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

NEW OFFER IN ZIST:
ONLINE WORKSHOPS

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

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

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

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

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

TECHNICAL REQUIREMENTS

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

new THE BODY OF PLEASURE:
WHAT IT MEANS TO FULLY ENJOY
YOUR LIFE – ONLINE
Byron Brown

Course language English

Pleasure is a fundamental motivator in human life – the carrot held out in front of us. We are drawn to things that make us feel good. Pleasure is enticing, stimulating, enjoyable and even addictive. Who doesn't want to partake in the pleasures of life? We tend to see it as something that makes life bearable, providing a reward for hard work completed, discipline maintained or a goal achieved. And we all have our guilty pleasures – those things that seem to be indulgences, distractions or secret delights.

On the other hand, pleasure is fleeting and sensational, often feeling less important than the serious things in life. After all attending to our family, our work, our bodies, our relationships and even our spiritual journey are hardly guaranteed to be pleasurable. Thus many of us put off or even forgo pleasure in favor of achievement, money, love, friendship, authenticity or inner realization.

But what is pleasure? What is its true role in life? Is it just the result of things we have or do – food, entertainment, sex, drugs, fantasy, games, companionship, travel, clothes, music? Or is it something in our nature that is awakened through these things? Is it necessary for human life or is it just satisfying a selfish or instinctual drive, best left for vacations and celebrations? And how does pleasure relate to spirituality and being?

In this workshop we will explore the nature of pleasure itself – the inner experience of enjoyment whatever the external context. We will access it through our physical body and its sensations and qualities. This immediate contact with pleasure opens us to discover its spiritual reality – what I call *The Body of Pleasure*.

Among the topics we will investigate:

- Judgments about pleasure
- Barriers to allowing and feeling pleasure
- Pleasure without an object
- The true source of pleasure
- The experience of being enjoyed

The workshop will include meditation, talks, movement, inquiries and group discussion. The work is based on the Diamond Approach teaching but all are welcome regardless of whether you have any experience with the DA.

● THE ART OF MEDITATION AND
SELF INQUIRY – ONLINE
Susannah Grover

Course language English

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 to 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.

We have found the explorations we do in our courses to 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.

DATEN & PREISE

**The Body of Pleasure:
What it means to fully
enjoy your life – online
April 5 – 10, 2022
German course times
Tuesday:
7.30 p.m. – 10 p.m.
Wednesday – Saturday:
3 p.m. – 6 p.m. and
7.30 p.m. – 10 p.m.
Sunday: 3 – 6 p.m.**

Fee 595 €
Registration:
ZIST Penzberg No. 220421

**The Art of Meditation
and Self Inquiry – online
February 25 – 27, 2022
German course times
Friday: 7 p.m. – 9 p.m.
Saturday and Sunday:
10 a.m. – 1 p.m. and
3.30 p.m. – 6.30 p.m.**

Fee 325 €
Registration:
ZIST Penzberg No. 220222

DATEN & PREISE

BodyWareness: Körperbewusstsein als Schlüssel zur Veränderung in Therapie und Coaching – online
Fr., 11.3. – So., 13.3.22

Workshopzeiten
Fr., 18.00 h – 21.00 h
Sa., 10.00 h – 18.00 h
(2 Std. Mittagspause)
So., 10.00 h – 13.00 h

Kursgebühr 250 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220321

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

Termine
jeweils mittwochs
von 19.00 h bis 21.00 h
16.2.22
23.2.22
9.3.22
16.3.22
23.3.22
30.3.22

Kursgebühr 225 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220220

Gefühle zum Weglaufen* – online

Termine
jeweils donnerstags
von 18.00 h bis 20.00 h
3.3.22
10.3.22
17.3.22
24.3.22
31.3.22

Kursgebühr 265 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220320

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

Somatische Körper-Mind-Integration in der Praxis
Katrin Jonas

Ein erfahrungsorientierter Kurs für therapeutische, coachende oder unterstützende Berufsgruppen.

Inhalte

- Warum muss die Entwicklung von Körperbewusstsein eine Schlüsselrolle im Therapie- und Coaching-Alltag spielen?
- Warum bleiben mentale Ansätze (Denken/Verstand) unvollständig?
- Was bedeutet es aus neurophysiologischer Sicht, in Balance zu sein?
- Wie lernen Klienten/Patienten/Teilnehmer (m/w/d) wieder zu fühlen?
- Wie funktioniert die sensomotorische Wiederbelebung praktisch?
- Wie können destruktive sensomotorische oder stressbedingte Muster verlassen werden?
- Welchen Stellenwert hat die Berührung dabei?
- Wie können somatische Übungen (Feldenkrais, Trager, Hanna Somatics, meditative Sequenzen, leichte Trancetechniken und so weiter) in die Praxis integriert werden?
- Wie trägt die sensomotorische Reorganisation dazu bei, dass auch die eigenen Kraftressourcen als Therapeut, Heiler, Coach, Mediziner, Yogalehrer, Hypno- oder Psychotherapeut (m/w/d) und so weiter aufgefüllt bleiben?

Der Screen des Notebooks/Computers sollte so einstellbar sein, dass die Teilnehmer (m/w/d) auch während der praktischen Sequenzen im Bild sind.

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

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

Fortlaufender Onlineworkshop an sechs Mittwochabenden
Susanne Kraft und Michael Kraft

Der Sturm wird stärker. Ich auch!

Pippi Langstrumpf

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

Marshall Rosenberg

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

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

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

● **GEFÜHLE ZUM WEGLAUFEN* – ONLINE**

Eine besondere Einführung ins Focusing (an fortlaufenden Abendterminen)
Elmar Kruthoff

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

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

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

DATEN & PREISE

Einführung in Das Neuroaffektive Beziehungsmodell (NARM™) – online
Mi., 9.11., 10.00 h – Do., 10.11.22, 18.00 h – Workshopzeiten jeweils 10.00 h – 13.00 h und 15.00 h – 18.00 h

Kursgebühr 260 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 221211

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

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

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

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

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

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

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

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

Michael Mokrus

Das Neuroaffektive Beziehungsmodell (NARM™) ist ein wirksamer entwicklungsorientierter, psychotherapeutischer Ansatz zur Bewältigung belastender Kindheitserfahrungen (Entwicklungs-

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

Zielgruppe

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

Themenschwerpunkte

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

Im Mai 2023 beginnt die Weiterbildung NARM, siehe Seite 58.

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

**siehe Seite 90

DATEN & PREISE

**Fragestunde: "Schreikind",
"High Need"-Kind oder
hochsensibel?* – online****Do., 6.1.22,
20.00 h – 22.00 h**Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220120**Do., 23.6.22,
20.00 h – 22.00 h**Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220620

Kursgebühr jeweils 40 €

**Fragestunde:
Hochsensibel – schön
anstrengend* – online****Do., 24.2.22,
20.00 h – 22.00 h**Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220221**Do., 29.9.22,
20.00 h – 22.00 h**Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220920

Kursgebühr jeweils 40 €

**Fragestunde:
Hochsensibel –
Bereicherung und
Herausforderung zugleich
für Partnerschaft und
Familie* – online****Do., 28.4.22,
20.00 h – 22.00 h**Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220420**Do., 24.11.22,
20.00 h – 22.00 h**Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 221120

Kursgebühr jeweils 40 €

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

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

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

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

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

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

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

DATEN & PREISE

**Ongoing Inquiry – online
February 4 – 6, 2022****German course times****Friday:****7 p.m. – 9.30 p.m.****Saturday and Sunday:****8 a.m. – 8.45 a.m.****Meditation,****3 p.m. – 6 p.m. and****7.30 p.m. – 9.30 p.m.**

Fee 325 €

Registration:

ZIST Penzberg No. 220223

**Auf der Suche nach der
verlorenen Zeit – online****Termine****jeweils dienstags****zwischen****18.00 h – 21.00 h****22.3.22****29.3.22****5.4.22****12.4.22****19.4.22****26.4.22**

Kursgebühr 335 €

Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 220322

● ONGOING INQUIRY – ONLINE

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 some personal work after the exercises. The focus will be on the fundamentals of the Diamond Approach so that students can deepen their practice of Inquiry as well as meditation practice.

**● AUF DER SUCHE NACH
DER VERLORENEN ZEIT – ONLINE**

Andrea Stemberger

Sie sind ständig erreichbar, stehen unter Druck und suchen Ihre Zeit?

Die digitale Welt mit Videokonferenzen und der Möglichkeit des Homeoffice erobert zunehmend Ihre Privatsphäre und lässt Rhythmen verschwinden. Die Wellen der Pandemie mit zusätzlichem Homeschooling hat das Leben auf belastende Art verändert, bei allen. Weil alles zuviel ist. Und gleichzeitig zu wenig.

Kurze Auszeiten zwischen Ihrem Alltagstakt zu nehmen, ist Ihr automatischer Mechanismus, um kurzfristig Balance in Ihr Leben zu bringen? Gleichzeitig fühlen Sie sich in Ihrer Fähigkeit zur Selbststeuerung eingeschränkt:

Der Umgang mit persönlichen Herausforderungen, mit Stress-Zeiten und Krisen bringt Sie an die Grenzen Ihrer Belastbarkeit – und manchmal sogar darüber hinaus. Sie spüren schmerzhaft den Verlust eines ausgeglichenen Lebensgefühls und die Sehnsucht nach Selbstwirksamkeit.

Dieser Onlineworkshop unterstützt Sie, wieder ins Gleichgewicht zu kommen und sich an Ihre Kompetenz zu erinnern, ein selbstbestimmtes Leben zu führen.

An sechs Abenden erarbeiten wir miteinander Quellen für Motivation, Lebens- und Schaffensfreude. Gemeinsam entwerfen wir Möglichkeiten, Ihre Ressourcen für Lebenslust und Tatkraft wahrzunehmen, damit Sie Ihre eigenen Lösungen für belastende Situationen finden können.

Im Fokus stehen dabei

- Achtsamkeitsübungen zur Selbstwahrnehmung und Selbstfürsorge,
- das Erarbeiten, Erkennen und Integrieren Ihres persönlichen Wertesystems,
- die Integration des für Sie persönlich Wesentlichen für Ihre Entscheidungen.

1. Abend

Ein Blick in die Biografie mit ihren Meilensteinen und Quellen für Ressourcen

2. Abend

Ein Blick auf Ihr Wertesystem und Ihre Wahrnehmung

3. Abend

Ein Blick auf Ihre Kommunikation und der blinde Fleck

4. Abend

Ein Blick auf unentdeckte Potentiale durch den Spiegel des Gegenübers

5. Abend

Ein Blick auf die Möglichkeiten der Integration und Umsetzung von Potentialen

6. Abend

Ein Rückblick auf Sie und was Sie sich bis heute erobert haben

Zwischen den Abenden haben Sie die Möglichkeit, anhand von persönlich formulierten Zwischenzielen und mithilfe eines Coachingtagebuches sich vor- und nachzubereiten.

Außerdem bietet Andrea Stemberger zusätzliche persönliche Coachingsitzungen an, die gesondert abgerechnet werden.

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.



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

Wolf Büntig



FORT-, WEITER- UND
AUSBILDUNG

- Fortbildung – Workshops
- Fortbildung – Serien
- Längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen
- Ankündigung 2023

40
47
53
58

DATEN & 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**Seelische Bildung in der Zeit zwischen Welten*/******Fr., 29.4., 18.30 h – Mi., 4.5.22, 14.00 h**Kursgebühr 605 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220433**Die Not-Wendigkeit von Moral in der Psychotherapie*****Fr., 26.8., 18.30 h – Mi., 31.8.22, 14.00 h**Kursgebühr 605 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220834**Der allein gebliebene Zwilling****Fr., 1.7., 18.30 h – So., 3.7.22, 14.00 h**Kursgebühr 335 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220730**Trauma, Illusion und Spiritualität – Aufstellungsarbeit mit traumatischen Erinnerungen****Do., 3.2., 18.30 h – So., 6.2.22, 14.00 h**Kursgebühr 410 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220236**● WELCHE FORM(EN) DER PSYCHOTHERAPIE KÖNNEN ECHE 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 sowie andere in der Heilkunde tätige Personen, die sich für eine integrierende psychotherapeutische Praxis interessieren*
Hunter Beaumont

Beschreibung siehe Seite 47, 48.

neu SEELISCHE BILDUNG IN DER ZEIT ZWISCHEN WELTEN*/***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 sowie andere in der Heilkunde tätige Personen, die sich für eine integrierende psychotherapeutische Praxis interessieren*
Hunter Beaumont

Beschreibung siehe Seite 47, 48.

neu DIE NOT-WENDIGKEIT VON MORAL IN DER PSYCHOTHERAPIE**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 sowie andere in der Heilkunde tätige Personen, die sich für eine integrierende psychotherapeutische Praxis interessieren*
Hunter Beaumont

Beschreibung siehe Seite 47, 48.

● DER ALLEIN GEBLIEBENE ZWILLING**Peter Bourquin**

Beschreibung siehe Seite 12.

● 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 war sie in der Vergangenheit dazu nötig, eine subjektiv als ver-

nichtend erlebte Bedrohung zu überstehen. 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 in der Perspektive des Lebens-Integrations-Prozesses (LIP nach Nelles) sehr präzise die Distanz zur damaligen Bedrohung wahrnehmen und bestimmen, sowohl körperlich als auch emotional und mental. So kann die damalige Anspannung sich in ihrem eigenen Tempo lösen. Sie lässt dabei jene 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, 2014Mehr über die Arbeit von Thomas Geßner:
www.gessner-aufstellungen.de

DATEN & PREISE

Wozu bin ich krank? Di., 15.11., 18.30 h – Fr., 18.11.22, 14.00 hKursgebühr 360 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 221134**The Practice of Welcoming****Fr., 4.11., 18.30 h – Mi., 9.11.22, 14.00 h**Kursgebühr 670 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 221130**Freier Fluss für einen freien Kopf – mit indischer Kopfmassage****Fr., 16.9., 18.30 h – So., 18.9.22, 14.00 h**Kursgebühr 255 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220933**● WOZU BIN ICH KRANK?***Symptome und die unbewusste Liebe darin: Aufstellungsarbeit bei Krankheit – Lebensintegrationsprozess (LIP nach Nelles) und Symptomaufstellungen*
Thomas Geßner

Beschreibung siehe Seite 24.

● THE PRACTICE OF WELCOMING*Eine Einführung in die iRest Meditationspraxis*
Nöle Giuliani

Beschreibung siehe Seite 24, 28.

● 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 unser 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 Massagetablets benötigt und die Klienten bleiben angezogen. Es sind zudem keine Vorkenntnisse in anderen Massagetechniken nötig.

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.
**siehe Seite 90

DATEN & PREISE

**NIG Practitioner
Im Bilde sein****Modul 1****(Barbara Innecken)**
Fr., 28.1., 18.30 h –
So., 30.1.22, 14.00 hOrt/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220134**Modul 2****(Barbara Innecken)**
Fr., 27.5., 18.30 h –
So., 29.5.22, 14.00 hOrt/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220534**Modul 3****(Silke Humez)**
Fr., 9.9., 18.30 h –
So., 11.9.22, 14.00 hOrt/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220931**Modul 4****(Silke Humez)**
Fr., 2.12., 18.30 h –
So., 4.12.22, 14.00 hOrt/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 221231Kursgebühr je
Workshop 305 €
zuzüglich Vollpension****BodyWareness:
Körperbewusstsein
als Schlüssel zur
Veränderung in Therapie
und Coaching – online**
Fr., 11.3. – So., 13.3.22
Workshopzeiten
Fr., 18.00 h – 21.00 h
Sa., 10.00 h – 18.00 h
(2 Std. Mittagspause)
So., 10.00 h – 13.00 hKursgebühr 250 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220321**● NIG PRACTITIONER
IM BILDE SEIN –
KREATIVE AUFSTELLUNGSARBEIT
MIT DEM NEURO-IMAGINATIVEN
GESTALTEN (NIG)****Barbara Innecken, Silke Humez**

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

Beschreibung siehe Seite 49.

**● BODYWARENESS:
KÖRPERBEWUSSTSEIN ALS SCHLÜSSEL
ZUR VERÄNDERUNG IN THERAPIE UND
COACHING – ONLINE***Somatische Körper-Mind-Integration
in der Praxis***Katrin Jonas**

Ein erfahrungsorientierter Kurs für therapeutische, coachende oder unterstützende Berufsgruppen.

Inhalte

- Warum muss die Entwicklung von Körperbewusstsein eine Schlüsselrolle im Therapie- und Coaching-Alltag spielen?
- Warum bleiben mentale Ansätze (Denken/Verstand) unvollständig?
- Was bedeutet es aus neurophysiologischer Sicht, in Balance zu sein?

- Wie lernen Klienten/Patienten/Teilnehmer (m/w/d) wieder zu fühlen?
- Wie funktioniert die sensomotorische Wiederbelebung praktisch?
- Wie können destruktive sensomotorische oder stressbedingte Muster verlassen werden?
- Welchen Stellenwert hat die Berührung dabei?
- Wie können somatische Übungen (Feldenkrais, Trager, Hanna Somatics, meditative Sequenzen, leichte Trancetechniken und so weiter) in die Praxis integriert werden?
- Wie trägt die sensomotorische Reorganisation dazu bei, dass auch die eigenen Kraftressourcen als Therapeut, Heiler, Coach, Mediziner, Yogalehrer, Hypno- oder Psychotherapeut (m/w/d) und so weiter aufgefüllt bleiben?

Technische Voraussetzungen

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

Der Screen des Notebooks/Computers sollte so einstellbar sein, dass die Teilnehmer (m/w/d) auch während der praktischen Sequenzen im Bild sind.

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

DATEN & PREISE

**Come To Life –
von Scham und Schuld
zu Integration und
Verbundenheit****Fr., 25.2., 18.30 h –**
So., 27.2.22, 14.00 hKursgebühr 295 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220233**Mitgefühl wecken –
für sich und andere*****So., 3.4., 18.30 h –**
Mi., 6.4.22, 14.00 hKursgebühr 405 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220430**● 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.

**● MITGEFÜHL WECKEN –
FÜR SICH UND ANDERE****Psychodynamisch imaginative Arbeit konkret für
Betroffene und Helfende***Luise Reddemann**

Mitgefühl für uns selbst und für die, die wir begleiten, erweist sich immer mehr als Schlüsselkompetenz, um die wir uns kümmern sollten. In der Psychodynamisch Imaginativen Traumatherapie, PITT, spielte es schon immer eine Rolle, die sich als immer wichtiger erweist im Sinne eines *common factors* in der Psychotherapie und Beratung. Das bedeutet Freundlichkeit und der Wunsch, Hilfreiches zu bewirken und entsprechend zu handeln. Im Seminar soll es um Möglichkeiten gehen, den Wunsch und das Vermögen, mitfühlend zu handeln, zu konkretisieren und zu üben. Grundlagen zu Mitgefühl werden im Seminar ebenso vermittelt wie konkrete Möglichkeiten aus der PITT, mit sich und anderen mitfühlend umzugehen.



DATEN & PREISE

Einführung in die Bodydynamic Arbeit mit Entwicklungstrauma
Fr., 4.2., 18.30 h –
So., 6.2.22, 14.00 h
Kursgebühr 275 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220232

Bindung und die körperliche Konstituierung von Narzissmus
Fr., 8.7., 18.30 h –
So., 10.7.22, 14.00 h
Kursgebühr 275 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220732

neu EINFÜHRUNG IN DIE BODYDYNAMIC ARBEIT MIT ENTWICKLUNGSTRAUMA
Michael Rupp

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

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

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

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

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

neu BINDUNG UND DIE KÖRPERLICHE KONSTITUIERUNG VON NARZISSMUS
Ein Bodydynamic Seminar
Michael Rupp

Leben wir in einem neuen, postmodernen Zeitalter des Narzissmus?

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

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

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

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

DATEN & PREISE

Erforschung der Innenwelt
Fr., 9.9., 18.30 h –
Mo., 12.9.22, 14.00 h
Kursgebühr 395 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220934

Gruppen in Workshops – Design – Gestaltung – Dynamik
So., 3.4., 18.30 h –
Mi., 6.4.22, 14.00 h
Kursgebühr 375 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220431

● 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

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

neu GRUPPEN IN WORKSHOPS – DESIGN – GESTALTUNG – DYNAMIK
Fortbildungsworkshop für Therapeutinnen und Therapeuten und anderen Menschen, die mit Menschen in Gruppenkontexten arbeiten und die ihre eigene Arbeitsweise reflektieren und erweitern möchten
Ingo Vauk

In diesem Workshop wird ein kreativer Weg vorgestellt, der es ermöglicht, individuelle therapeutische Ansätze und Interventionen in gruppentaugliche Übungen und Strukturen zu gießen. Außerdem wird eine Betrachtungsweise der Gruppendynamik präsentiert, die es den Gruppenleiterinnen und Gruppenleitern ermöglicht, die Energie und den Ressourcenreichtum der Gruppe in den Dienst der jeweils angebotenen Thematik zu stellen. Energie und Ressourcen werden als zentrale Elemente jeder Gruppe wahrgenommen, ohne sie dabei dem eigentlichen Erfahrungs- oder Lerninhalt überzuordnen. Bewegung, Körperwahrnehmung und Kreativität sowie die Nutzung des Raumes stehen dabei im Fokus.

Wir werden folgende Fragestellungen anschauen:

- Was bedeutet die Gruppe im therapeutischen, lehrenden oder erzieherischen Kontext?
- Wie konzipiere ich einen wirkungsvollen Workshop?
- Welche Ressourcen und Möglichkeiten bietet die Gruppe über die mir vertrauten Methoden und Interventionen hinaus? Wie kann sie meine Arbeit bereichern und den Teilnehmerinnen und Teilnehmern einen erweiterten Erfahrungsraum ermöglichen?
- Wie kann ich die Gruppenenergien und -dynamiken positiv in die Arbeit einbeziehen und sie nicht zu Störfaktoren degenerieren lassen?
- Wie gestalte ich einen sicheren, den Prozess fördernden und schützenden Raum?
- Wie gestalte ich Erlebnisstrukturen, die meine therapeutische Zielsetzung unterstützen und emotionale Zustände und Einsichten im Sinne dieser Zielsetzung stimulieren?

In Kleingruppen werden Interventionen und Erlebnisstrukturen entwickelt, die dann in der Gruppe vorgestellt, erprobt und weiterentwickelt werden. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können so in einen anregenden, interdisziplinären Dialog miteinander treten und sich gegenseitig mit ihren unterschiedlichen Themen und Arbeitsweisen inspirieren.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden gebeten, Materialien wie Musik, Instrumente und so weiter mitzubringen, die ihrer Methodik und Arbeit entsprechen, um sie in den kreativen Prozess einzubinden.

**siehe Seite 90

DATEN & PREISE

**Emotionales Lernen –
Körper und Seele
im Dialog***
Fr., 17.6., 18.30 h –
Mo., 20.6.22, 14.00 h

Kursgebühr 370 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220632

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

*Transformation von im Körpergedächtnis
gespeicherter somatisch-emotionaler
Stressmuster*

Gerhard Zimmermann

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

Ein Gegensteuern gelingt zum Beispiel mit dem somatisch-emotionalen Dialog, der alle Sinne einbezieht und zu persönlichem Wachstum führt. Dafür ist zunächst ein Gefühl von Sicherheit im Kontakt mit dem eigenen Körper und der Umwelt erforderlich. Wenn wir gut mit uns verbunden sind, ist der Körper in der Lage, defensive Verhaltensweisen zu reduzieren und sich dem Leben gegenüber neu zu öffnen.

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



DATEN & PREISE

Aufgrund aktueller Überlegungen ist aus dem Einzelworkshop *Welche Form(en) der Psychotherapie können echte Bewusstseinsveränderungen konsistent unterstützen?* eine Serie von drei Workshops mit dem übergeordneten Titel *Psychotherapie für das Leben in einer unbekanntem Zukunft* entstanden.

● **PSYCHOTHERAPIE FÜR DAS LEBEN IN
EINER UNBEKANNTEN ZUKUNFT**

*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 sowie andere in der Heilkunde
tätige Personen, die sich für eine integrierende
psychotherapeutische Praxis interessieren*
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 Klimawandels 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.

Die Psychotherapie postuliert schon lange, dass viel Leid und seelische Krankheiten gelindert werden können, wenn gelernte Verhaltensmuster, Charakterstrukturen und Ideologien, die in der Vergangenheit etabliert wurden, identifiziert, überprüft und umgelernt oder analysiert und bewusst werden können. Diese Fortbildungsserie beschäftigt sich mit der weiteren Möglichkeit, dass seelisches Leid zunehmend auch dadurch entstehen wird, dass die Welt, in der wir leben, sich exponentiell rasch und Global verändert, und dass wir Menschen neurologisch und durch unsere Schulbildung und Kulturen dergestalt geprägt sind, linear und lokal wahrzunehmen und zu denken. Das bedeutet, dass wir den sich anbahnenden

Gefahren der neuen Welt nur mit Strategien begegnen können, die aus dem uns Bekannten entspringen, und sich in einer linearen (nicht exponentiellen) Geschwindigkeit entwickeln. Wir sind auch durch die Evolution dahingehend geprägt, in Zeiten von Gefahren an unserem Stamm von Gleichdenkenden festzuhalten.

Anthropogene Klimaänderung, exponentielles Wachstum von Technologie und Information und die Automatisierung der Arbeitsplätze sind nur drei Beispiele für Änderungen, die so massiv sind, dass sie lokal von einzelnen Personen nicht bewältigt werden können, und die sich so schnell beschleunigen, dass wir die Gefahren nicht wirklich einschätzen können. Die damit verbundenen Erfahrungen von Hilflosigkeit und Überforderung lösen Angst oder Resignation aus. Leid und Angst werden zunehmend auch durch die Zukunft verursacht, nicht nur durch die Vergangenheit.

Das Thema scheint allerdings noch komplexer zu sein. Die Entstehungsgeschichte der Bibel dient als Metapher kurz zusammengefasst: Die Erde und das Universum sind uns vorgegeben; weil Menschen nach dem Bild Gottes erschaffen sind, sind wir Menschen auch schöpferische Wesen. Die Kulturen, Religionen, wirtschafts- und politische Systeme, in denen wir leben, unsere Umfelder, unsere Wirklichkeiten haben wir selbst erschaffen.

Wir Menschen haben selbst das Umfeld erschaffen, in dem ausgefochten wird, wer am besten angepasst ist und seine Gene weitergeben kann. Daraus folgt, dass wir selbst die eigene Evolution seit der Erfindung des Ackerbaus und die dadurch möglich gewordenen Technologien bestimmen oder mindestens beeinflussen, jedoch ohne Klarheit und Einigkeit über das Wohin zu haben.

Aus solchen Hypothesen ist die Leitfrage dieser Fortbildungsserie entstanden: Hat die integrierende, tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie etwas anzubieten, um Menschen nicht nur bei der Aufarbeitung der Vergangenheit zu helfen, sondern auch beim Umgang mit den unbekanntem Anforderungen der Zukunft? Wie können solche Angebote aussehen? Welche Annahmen, welche Interventionen müssen überprüft werden?

Einzeln buchbare Serie in drei Modulen.

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.
**siehe Seite 90

DATEN & 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**Seelische Bildung in der Zeit zwischen Welten*/******Fr., 29.4., 18.30 h – Mi., 4.5.22, 14.00 h**Kursgebühr 605 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220433**Die Not-Wendigkeit von Moral in der Psychotherapie*****Fr., 26.8., 18.30 h – Mi., 31.8.22, 14.00 h**Kursgebühr 605 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220834**● WELCHE FORM(EN) DER PSYCHOTHERAPIE KÖNNEN ECHTE BEWUSSTSEINSVERÄNDERUNGEN KONSISTENT UNTERSTÜTZEN?***

Hunter Beaumont

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

Mögliche Themen werden sein:

- Neuere Ergänzungen zur Evolutionstheorie
- Von Behandlung zu Bildung
- Arbeit am Selbst als Beitrag zur Evolution
- Ressourcen für die seelische Bildung

● SEELISCHE BILDUNG IN DER ZEIT ZWISCHEN WELTEN*/**

Hunter Beaumont

Der genaue Inhalt wird nach dem ersten Workshop festgelegt und auf der ZIST Webseite entsprechend bekanntgegeben.

Mögliche Themen werden sein:

- Subjektive Konzepte von Welt
- Identität und Welt, Reflexion und Identität
- Möglichkeiten der Veränderung unserer und der Weltkonzepte und der Konzepte der Klienten (m/w/d)
- Widerstände, Reaktivität, Erlaubnis und Auftrag

Es geht um Konzepte von Welt und wie wir erkennen können, in welchen Welten wir selbst leben. Erst dann geht es darum, zu lernen zu erkennen, in welchen Welt(en) ein Klient (m/w/d) lebt, wie die subjektiven Welten von Moment zu Moment wechseln und wie wir Menschen unterstützen können zu überprüfen, ob ihre Welten noch stimmen, und wenn nicht, wie eine neue geschaffen werden kann.

Dabei sind massive Widerstände zu erwarten, denn Welt und Identität sind verbunden, und Welt und endgültige, absolute Wirklichkeit werden leicht miteinander verwechselt. Die Welt in Frage zu stellen, wird oft als lebensbedrohlich erlebt und erzeugt heftige Reaktivität – deswegen brauchen wir hierfür Erlaubnis und Auftrag der Person.

**Dank an Zachary Stein für diesen Titel

● DIE NOT-WENDIGKEIT VON MORAL IN DER PSYCHOTHERAPIE*

Hunter Beaumont

Der genaue Inhalt wird nach dem zweiten Workshop festgelegt und auf der ZIST Webseite entsprechend bekanntgegeben.

Mögliche Themen werden sein:

- Was eigentlich ist Moral
- Die Moral von Absicht, Moral von Handeln
- Woher kommt Moral
- Ist Moral ohne Religion möglich und wenn ja, wie

Es geht darum, erkennen zu lernen, was unsere Moral eigentlich ist. Dabei ist die Moral unseres Handelns, nicht nur die Moral unserer Absichten gemeint. Dann geht es darum zu erkennen, wo wir unsere Moral herhaben, ob sie für uns in der neuen Welt noch stimmt. Erst dann geht es darum, die Phänomene bei Patienten/Klienten (m/w/d) zu erkennen und zu begleiten.

Eine Grundfrage dabei ist, ob die Seele eine echte Moral ohne Religion finden kann, und wenn ja, wie das geht.

DATEN & PREISE

NIG Practitioner Im Bilde sein**Modul 1 (Barbara Innecken) Fr., 28.1., 18.30 h – So., 30.1.22, 14.00 h**Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220134**Modul 2 (Barbara Innecken) Fr., 27.5., 18.30 h – So., 29.5.22, 14.00 h**Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220534**Modul 3 (Silke Humez) Fr., 9.9., 18.30 h – So., 11.9.22, 14.00 h**Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220931**Modul 4 (Silke Humez) Fr., 2.12., 18.30 h – So., 4.12.22, 14.00 h**Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 221231Kursgebühr je
Workshop 305 €
zuzüglich Vollpension****● NIG PRACTITIONER IM BILDE SEIN – KREATIVE AUFSTELLUNGSARBEIT MIT DEM NEURO-IMAGINATIVEN GESTALTEN (NIG)**

Barbara Innecken, Silke Humez

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

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

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

In den vier NIG Practitioner Modulen werden die Grundlagen des NIG mithilfe verschiedener lösungs-, ziel- und ressourcenorientierter Formate vorgestellt. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erlernen die NIG Aufstellungsformate in vielen praktischen Übungen, in denen sie sowohl die Rolle des Therapeuten als auch die des Klienten und des Beobachters (m/w/d) einnehmen. Dadurch sowie durch unterstützende Supervision lässt sich das Erlernte sofort in die Praxis umsetzen und in die eigene berufliche Arbeitsweise integrieren. Jedes Modul umfasst außerdem theoretisches Hintergrundwissen und eine gründliche methodisch-didaktische Planung und Vermittlung.

Modul 1Das Spiel mit den Unterschieden
*Vom Problem zur Lösung und zur Entdeckung der eigenen Fähigkeiten.***Modul 2**Durch die Augen des anderen schauen
*Innere und äußere Konflikte und ihre Lösungsmöglichkeiten.***Modul 3**Die positive Absicht
*Ein veränderter Blick auf die Familie und das Kind, das wir einmal waren.***Modul 4**Der Lebensweg
Von Kraftquellen, Zielen und dem nächsten Schritt.

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

Da die Module aufeinander aufbauen, wird empfohlen, die Reihenfolge der Module einzuhalten. Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die alle vier Module erfolgreich besucht haben, erhalten ein *NIG Practitioner Zertifikat*.

Begleitende Lektüre

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

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.
**siehe Seite 90

DATEN & PREISE

Selbsterkenntnis und Lebendigkeit (SAT Modul I)**Fr., 23.9., 18.30 h – So., 2.10.22, 14.00 h**Kursgebühr 1140 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220935**Intuition und innere Führung (SAT Modul III)****Mi., 26.10., 18.30 h – Fr., 4.11.22, 14.00 h**Kursgebühr 1140 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 221030**● 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 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 auszubildenden 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.

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

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

Claudio Naranjo

● SELBSTERKENNTNIS UND LEBENDIGKEIT (SAT MODUL I)

Katrin Reuter und Team der internationalen SAT Schule

Kurssprache Englisch mit Übersetzung

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

Das Modul beinhaltet:

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

Zur Teilnahme werden Grundlagen mit dem Enneagramm vorausgesetzt. Diese können durch einen Einführungsworkshop in das Enneagramm der Persönlichkeit nach Claudio Naranjo erlangt werden. Wir behalten uns vor, bei Anmeldung einen Einführungsworkshop zu empfehlen (nächste Gelegenheit in ZIST: 1.7. – 3.7.22, Nr. 220731).

Weitere Informationen unter:
www.naranjo-sat.com

● 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 insbeson-

DATEN & PREISE

Einführung in das Enneagramm der Persönlichkeit und das SAT Programm**Fr., 1.7., 18.30 h – So., 3.7.22, 16.30 h**Kursgebühr 290 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220731

und Freiheit stark einengen und ungewolltes Leiden verursachen. Auf originelle und dynamische Weise beschreibt das Enneagramm neun Typen, die Variationen menschlicher Persönlichkeitsstrukturen darstellen, die jede für sich eine bestimmte Form des Verlustes an ursprünglicher Seinsqualität bedeuten.

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

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

Der nächste SAT Zyklus startet mit SAT I im September 2022 in ZIST.

dere für alle in begleitenden, auszubildenden 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

● EINFÜHRUNG IN DAS ENNEAGRAMM DER PERSÖNLICHKEIT UND DAS SAT PROGRAMM

Katrin Reuter und Cherif Chalakani

Kurssprache Deutsch und Englisch

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

Das Enneagramm ist eine aus alten Traditionen stammende, präzise Landkarte für das Studium der Persönlichkeit. Es geht davon aus, dass es in jedem von uns dominante emotionale und kognitive Merkmale gibt, die unsere Wahrnehmung

DATEN & PREISE

Moshé Feldenkrais' Erbe

Fr., 21.1., 18.30 h –

Mi., 26.1.22, 14.00 h

Ort/Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 220150

Fr., 29.7., 18.30 h –

Mi., 3.8.22, 14.00 h

Ort/Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 220750

Kursgebühr je

Workshop 685 €

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.

neu SOMA-EMBODIMENT TRAINING*

Berührung und Bewegung für emotionale

Regulation in der Traumatherapie

Sonia Gomes

Kurssprache Englisch mit Übersetzung

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 wiederherzustellen. Practitioner titrieren die Freisetzung gebundener Traumaenergien und -muster, um die physiologische Funktion, Orientierung und Belastbarkeit der Klientin beziehungsweise 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 und Bewegungsintegration von Dr. Ida Rolf sowie die Tonische Funktions- und Bewegungsanalyse von Hubert Godard. Weiterhin ist der SOMA-Ansatz mit dem psycho-physiologischen Verständnis von Trauma von Dr. Peter A. 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.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer arbeiten an der Selbstregulation und lernen, Resonanz und Intuition sicherer im klinischen Umfeld einzusetzen sowie spezifische Verfahren auf verschiedene Arten von Traumata anzuwenden und die verzerrten Wahrnehmungen der in der Vergangenheit verinnerlichten und verdrängten emotionalen Schichten zu entkoppeln.

Im Training werden folgende Themen in Theorie und Praxis erörtert:

- Embryologie
- Psychomotorische Entwicklung
- Bindungstheorien
- Gravitationsfelder
- Atem und Geräusche
- Nervensystem und Polyvagalssystem
- Emotionale Regulierung
- Auflösen von physischen Blockaden
- Alpha und Gamma Motoneuronen
- Tonic Function
- Vier Basis Artikulationen
- Berührung und Bewegung
- Körperorientierung in Bezug zu Raum und Sinnen
- Somatic Experiencing Prinzipien
- Traumtypen und ihre Symptome und Syndrome

Das Erlernete wird in Übungen vertieft und Sonia Gomes wird in Demo-Einheiten das Erlernete veranschaulichen. Sie bringt ihren reichen klinischen Erfahrungsschatz sowie ihre Erfahrung in der Lehre als Advanced SE™ Faculty Trainer, Klinische Psychologin und Advanced Structural & Movement Rolfing Practitioner ein. Ihr dynamischer und herzlicher Unterrichtsstil ergänzt den interaktiven Erfahrungscharakter der Fortbildung.

Zertifizierung

Die vollständigen Zertifizierungsanforderungen umfassen weiterhin fünf persönliche Sitzungen durch qualifizierte Anbieter und zwei Supervisionen durch SOMA-Anbieter.

Zielgruppe

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

Für die Teilnahme an der Fortbildung ist die Teilnahme am viertägigen Einführungsworkshop obligatorisch.

DATEN & PREISE

SOMA-Embodiment Training***Termine**

Beginn jeweils 18.30 h, Ende 14.00 h

Mi., 31.8. – So., 4.9.22

Mi., 15.3. – So., 19.3.23

Fr., 4.8. – Di., 8.8.23

Fr., 24.11. – Di., 28.11.23

Kursgebühr 2880 €, zahlbar in Raten

pro Workshop, zuzüglich Vollpension**.

Ort/Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 56.22

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

**siehe Seite 90

DATEN & PREISE

**SOMA-Embodiment –
Workshop zur
Einführung***
Do., 7.4., 18.30 h –
Mo., 11.4.22, 14.00 h

Kursgebühr 720 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220432

**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-physiologischen 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 YOGA-BASIERTE-TRAUMATHERAPIE*

*Weiterbildung für Psychotherapeuten und
psychotherapeutisch Tätige sowie für
Körpertherapeuten, Yogatherapeuten
(jeweils m/w/d) und Yogaübende
Dietmar Mitzinger*

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

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

Die Methode arbeitet teilweise mit einem Gegenüber, sodass bindungstraumatische Zusammenhänge mit in die Arbeit einfließen.

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

Die Weiterbildung besteht aus vier Modulen.

Ein zusätzlicher Einführungsworkshop bietet die Möglichkeit, die Arbeitsweise und Struktur der Weiterbildung kennenzulernen.

Zum Abschluss der Weiterbildung erhalten die Teilnehmer (m/w/d) ein Zertifikat zum YBT-Instruktor (m/w/d).

Modul 1

Asanas für die frühe Kindheit
Geburt bis Mitte drittes Lebensjahr

In diesem Modul werden die drei grundlegenden Arbeitsweisen der Yoga-Basierten-Traumathera-

pie dargestellt und in Form der Selbsterfahrung angeboten. Erstens der Pranayama-Effekt, wodurch das Herz, der Hirnstamm und das zentrale Exekutivnetzwerk schrittweise vom Zustand der Bedrohung in den Zustand der Sicherheit überführt wird. Zweitens der Asana-Effekt, der darin besteht, dass verhärtete und verklebte Faszien sich langsam lösen und dabei Systempotenziale freisetzen, die vom Gehirn als Feelings erkannt werden. Drittens der Pratyahara-Effekt, der darin besteht, dass das Gehirn die Feelings aus dem Körper so integriert, dass daraus ein posttraumatisches Wachstum im Ruhenetzwerk resultiert.

Konkret findet im Modul 1 eine Anwendung des Asana und des Pratyahara-Effektes auf die Muskulatur statt, die bis Mitte des dritten Lebensjahres zur Entwicklung kommt. Pranayama wird zur Stabilisierung der Prozesse prophylaktisch und begleitend eingesetzt.

Modul 2

Asanas für die mittlere Kindheit
Drittes Lebensjahr bis Einschulung

Die Teilnehmer sollen zunehmend aus der Selbsterfahrung und dem theoretischen Hintergrund in die Lage kommen, Theorie und Praxis als ein einheitliches Ganzes zu verstehen und so auf die Phase der Entwicklung der Muskulatur der mittleren Kindheit anzuwenden. Dabei kommen die drei Effekte aus dem Bereich des Pranayama, des Pratyahara und der Asanas zum Einsatz.

Modul 3

Asanas für die späte Kindheit
Einschulung bis 12. Lebensjahr

Die Teilnehmer sollen zunehmend aus der Selbsterfahrung und dem theoretischen Hintergrund in die Lage kommen, Theorie und Praxis als ein einheitliches Ganzes zu verstehen und so auf die Phase der Entwicklung der Muskulatur der späten Kindheit anzuwenden. Dabei kommen die drei Effekte aus dem Bereich des Pranayama, des Pratyahara und der Asanas zum Einsatz.

Modul 4

Yoga-Basierte-Traumatherapie im
therapeutischen Kontext

Die Teilnehmer beginnen das in den ersten drei Modulen Erfahrene und Gelernte in dyadischen Settings untereinander anzuwenden, sodass erste Erfahrungen der Methode im therapeutischen Kontext gesammelt werden können.

DATEN & PREISE

**Yoga-Basierte-
Traumatherapie***

Modul 1

So., 3.7., 18.30 h –
Mi., 6.7.22, 14.00 h

Modul 2

Do., 6.12., 18.30 h –
So., 4.12.22, 14.00 h

Modul 3

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

Modul 4

So., 10.9., 18.30 h –
Mi., 13.9.23, 14.00 h

Kursgebühr 1520 €, zahlbar in Raten pro Workshop, zuzüglich Vollpension**. Ort/Anmeldung: ZIST Penzberg Nr. 89.22

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.
**siehe Seite 90

DATEN & PREISE

**Einführung in die
Yoga-Basierte-
Traumatherapie**
**Do., 6.1., 18.30 h –
So., 9.1.22, 14.00 h**

Kursgebühr 380 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220132

**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**.
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 86.22

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

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

Dietmar Mitzinger

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

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

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

● 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 (jeweils m/w/d) mit abgeschlossener Ausbildung und mindestens zwei Jahre Berufserfahrung.

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

lich angemessene Antwort, die im Lauf der Zeit zu einer fixierten Form erstarrt ist.

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

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

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

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

Im dritten Jahr – für Fortgeschrittene – lernen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, mit den sekundären Syndromen wie Migräne, Magengeschwür, spastisches Kolon, Asthma und so weiter zu arbeiten, indem sie über die Krankheit, die Symptome

DATEN & PREISE

**Einführung in die
Traumatherapie
Somatic Experiencing**
**Fr., 14.1., 18.30 h –
So., 16.1.22, 14.00 h**

Kursgebühr 265 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220130

und die Körperempfindungen zur traumatischen Situation vorstoßen. Sie lernen im direkten Kontakt mit den Händen zu arbeiten und im Sinne eines Case-Management andere Ressourcen, wie zum Beispiel die Zusammenarbeit mit anderen Fachleuten (Psychiatern, Internisten, Sozialeinrichtungen und so weiter) zu nutzen.

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

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

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

Bei Interesse schicken wir Ihnen gerne detaillierte Informationen zu.

**● EINFÜHRUNG IN DIE
TRAUMATHERAPIE
SOMATIC EXPERIENCING**

Doris Rothbauer

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

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

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

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

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

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



DATEN & PREISE

**Das Neuroaffektive
Beziehungsmodell
(NARM™)*****Beginn jeweils 18.30 h,
Ende 14.00 h****So., 28.5. – Fr., 2.6.2023
Di., 3.10. – So., 8.10.2023
Do., 22.2. – Di., 27.2.2024
So., 23.6. – Fr., 28.6.2024**

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

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

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

**Ankündigung DAS NEUROAFFEKTIVE
BEZIEHUNGSMODELL (NARM™)****Weiterbildung für Therapeutinnen und
Therapeuten*

Michael Mokrus

20 Tage, Mai 2023 bis Juni 2024

Das Neuroaffektive Beziehungsmodell (NARM™) ist eine Weiterbildung für Psycho- und Körperpsychotherapeutinnen und -therapeuten. NARM thematisiert Beziehungs- und Bindungstraumata und arbeitet mit frühen, unbewussten Mustern von Verbindungsabbruch, die unsere Identität, Emotionen, Physiologie, Verhalten und Beziehungen tief beeinflussen. NARM integriert sowohl einen psychodynamischen und als auch körperzentrierten Ansatz und ist ein umfassendes theoretisches und klinisches Modell für die Arbeit mit Entwicklungsraumata.

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

Kursziele

Im NARM Practitioner Training lernen Sie:

- Die verschiedenen Fähigkeiten, die benötigt werden, um mit Entwicklungs- versus Schocktrauma zu arbeiten; wann und warum Schocktrauma-Interventionen kontraindiziert sein können, wenn man mit Entwicklungsraumata arbeitet.
- Wie man dem komplexen Zusammenspiel von Dysregulation des Nervensystems in Verbindung mit Identitätsverzerrungen begegnet, wie zum Beispiel toxischen Scham- und Schuldgefühlen, geringem Selbstwertgefühl, chronischer Selbstverurteilung und anderen psychobiologischen Symptomen.

- Wie man Schritt für Schritt mit frühen adaptiven Überlebensstilen arbeitet, die einst lebensrettend waren, die jedoch das aktuelle Erleben der Patienten verzerren.
- Wann man *Bottom-up*, wann *Top-down* und wie man mit beidem gleichzeitig arbeitet, um den besonderen Herausforderungen von Entwicklungsraumata zu begegnen.
- Wie Sie Patientinnen und Patienten mit achtsamen und nachhaltigen Prozessen bei der Desidentifizierung von Identitätsverzerrungen unterstützen können.
- Eine neue, kohärente Theorie für die Arbeit mit Affekten und Emotionen, die darauf abzielt, Ihre psychobiologische Vervollständigung zu unterstützen.

Kursaufbau

Das NARM Practitioner Training besteht aus vier Modulen von jeweils fünf Tagen. Zusätzlich sind zehn Supervisionsstunden und zehn Einzelstunden mit für die NARM™ Weiterbildung akkreditierten Therapeutinnen und Therapeuten erforderlich für die Zertifizierung.

Lehrmethoden

Alle Module beinhalten eine Kombination aus zwei komplementären Unterrichtsansätzen:

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

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

Zertifizierung

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

Zielgruppe

Die Weiterbildung richtet sich an Menschen in psycho- und traumatherapeutischen Berufen.

Themenübersicht

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

DATEN & PREISE

Modul 1

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

Modul 2

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

Modul 3

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

Modul 4

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

*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.
**siehe Seite 90



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
 Vortrag

62
63

DATEN & PREISE

**Einführung in die
Yoga-Basierte-
Traumatherapie**
Do., 6.1., 18.30 h –
So., 9.1.22, 14.00 h

Kursgebühr 380 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220132

**Einführung in
die Traumatherapie
Somatic Experiencing**
Fr., 14.1., 18.30 h –
So., 16.1.22, 14.00 h

Kursgebühr 265 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220130

**Informationstag zur
Approbationsausbildung
zu Psychologischen
Psychotherapeutinnen/
Psychotherapeuten**
jeweils 9.30 h –
circa 17.00 h

Sa., 22.1.22 Nr. 220100
Sa., 5.3.22 Nr. 220300
So., 26.6.22 Nr. 220600
Sa., 20.8.22 Nr. 220800
Sa., 8.10.22 Nr. 221000
Kursgebühr: Kostenlos
Mittagessen, Obstkorb und
Pausengetränke 15 €
Ort: ZIST Penzberg

**TaKeTiNa –
Schnuppertag**
jeweils 10.00 h – 17.00 h
So., 20.3.22 Nr. 220340
So., 25.9.22 Nr. 220940

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

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

Dietmar Mitzinger

Beschreibung siehe Seite 56.

**EINFÜHRUNG IN DIE
TRAUMATHERAPIE
SOMATIC EXPERIENCING**

Doris Rothbauer

Beschreibung siehe Seite 57.

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

Dr. Sandra Hagen und einen
Dozenten (m/w/d) der ZIST Akademie

Beschreibung siehe Seite 62, 70.

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

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 anmelden.

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

Auch als Voraussetzung zur Teilnahme am
SOMA-Embodiment Training
Sonia Gomes

Beschreibung siehe Seite 54.

**EINFÜHRUNG IN DAS
ENNEAGRAMM DER PERSÖNLICHKEIT
UND DAS SAT PROGRAMM**

Katrin Reuter und Cherif Chalakani

Beschreibung siehe Seite 51.

**EINFÜHRUNG IN
DAS NEUROAFFEKTIVE
BEZIEHUNGSMODELL (NARM™)
– ONLINE**

Michael Mokrus

Beschreibung siehe Seite 35.

**EINFÜHRUNG IN MODERNE
BEWUSSTSEINZENTRIERTE
KÖRPERPSYCHOTHERAPIE***

Dr. Christian Gottwald

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

DATEN & PREISE

**SOMA-Embodiment –
Workshop zur
Einführung***

Do., 7.4., 18.30 h –
Mo., 11.4.22, 14.00 h
Kursgebühr 720 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220432

**Einführung in das
Enneagramm der
Persönlichkeit und
das SAT Programm**

Fr., 1.7., 18.30 h –
So., 3.7.22, 16.30 h
Kursgebühr 290 €
zuzüglich Vollpension**
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 220731

**Einführung in
Das Neuroaffektive
Beziehungsmodell
(NARM™) – online**
Mi., 9.11., 10.00 h –
Do., 10.11.22, 18.00 h
Workshopzeiten
jeweils 10.00 h – 13.00 h
und 15.00 h – 18.00 h

Kursgebühr 260 €
Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 221121

**Einführung in moderne
bewusstseinszentrierte
Körperpsychotherapie***
Do., 7.4.22, 19.30 h

Gebühr 15 €
Ort: EIDOS-Haus,
Wehnerstr. 23,
81243 München

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

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.
**siehe Seite 90





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

Wolf Büntig

ZIST AKADEMIE FÜR
PSYCHOTHERAPIE

- ZIST Akademie für Psychotherapie
- Institutsambulanz
- Wolf Büntig: Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie auf den einfachsten Nenner gebracht

66

70

71

**DIE NÄCHSTEN
AUSBILDUNGEN**

5-jährige Ausbildung zu
Psychologischen
Psychotherapeutinnen
und Psychotherapeuten
mit Beginn

ab Februar 2022
AA 22.01

ab Mai 2022
AA 22.02

ab Oktober 2022
AA 22.03

**● AUSBILDUNG ZU
PSYCHOLOGISCHEN
PSYCHOTHERAPEUTINNEN UND
PSYCHOTHERAPEUTEN**

*nach dem Psychotherapeutengesetz mit dem
Schwerpunkt tiefenpsychologisch fundierte
Psychotherapie*

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

- Integrative, staatlich anerkannte Approbationsausbildung in tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie vor dem Hintergrund der Humanistischen Psychologie – psychodynamisch, intersubjektiv und potentialorientiert
- Philosophischer Hintergrund: Humanistische Psychologie
- Theoretischer Schwerpunkt: Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie
- Praxis: Methodenvielfalt – Integration von verschiedenen psychodynamischen Verfahren wie Gestalttherapie, Körperpsychotherapie, Ericksonsche Hypnotherapie, Transgenerationale Psychotherapie (Familienstellen) und kreativen Methoden
- Vermittlung: Theoretische Konzepte integriert mit viel 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

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

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 in der Regel 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

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) an.



**Informationstag zur
Approbationsausbildung zu
Psychologischen
Psychotherapeutinnen/
Psychotherapeuten
jeweils 9.30 h –
circa 17.00 h**

Sa., 22.1.22 Nr. 220100

Sa., 5.3.22 Nr. 220300

So., 26.6.22 Nr. 220600

Sa., 20.8.22 Nr. 220800

Sa., 8.10.22 Nr. 221000

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

Tel.: +49-8856-936917

Di. – Do.: 9.30 h – 11.00 h

Bettina Rauh

E-Mail:

ambulanz

@zist-akademie.de

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

**● INFORMATIONSTAG
ZUR APPROBATIONSAUSBILDUNG
ZU PSYCHOLOGISCHEN
PSYCHOTHERAPEUTINNEN/
PSYCHOTHERAPEUTEN**

**Dr. Sandra Hagen und einen
Dozenten (m/w/d) der ZIST Akademie**

An den Informationstagen können Psychologinnen und Psychologen, die an einer Ausbildung in tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie an der *ZIST Akademie für Psychotherapie* interessiert sind,

- Dr. Sandra Hagen als operative Leiterin,
- das Curriculum der Ausbildung im Überblick sowie
- das Seminarzentrum ZIST Penzberg und die Umgebung

kennenlernen und alle Fragen stellen, die sie befragen.

Zu Beginn hält ein Dozent der ZIST Akademie einen Vortrag zur Einführung in die Tiefenpsychologie.

**● 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 stellen und in der Regression zur Entlastung von der Selbstüberforderung im Dienst an der Selbstoptimierung führen kann. Deshalb ist – vor aller therapeutischen Kunstfertigkeit – die Konfrontation dieser Abwehr durch beharrlichen mitmenschlichen Kontakt das wirksamste Mittel der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie.



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

Lucius Annaeus Seneca



**Hunter
Beaumont**



**Peter
Bourquin**



**Byron
Brown**



**Ela
Buchwald**



**Volker
Buchwald**

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

- > Psychotherapie für das Leben in einer unbekanntem Zukunft, Seite 47
- >> Welche Form(en) der Psychotherapie können echte Bewusstseinsveränderungen konsistent unterstützen?, Seite 40, 48
- >> Seelische Bildung in der Zeit zwischen Welten, Seite 40, 48
- >> Die Notwendigkeit von Moral in der Psychotherapie, Seite 40, 48

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

Byron Brown is deeply committed to supporting the presence of Beingness in human consciousness. To that end, he has been guiding individuals, leading groups and training new teachers for more than twenty years as part of his work as a senior teacher in the Diamond Approach, a spiritual path to inner realization. He brings a background in dance, movement and performance to his spiritual teaching and the combination of the two informs his public workshops. Byron is also the author of *Soul without Shame, A Guide to Liberating Yourself from the Judge Within*, published in 1999 by Shambhala Publications.
www.ridhwan.org
 -> The Body of Pleasure: What it means to fully enjoy your life, Seite 31, 33

Ela Buchwald, Mutter von drei erwachsenen Kindern, ist Heilpraktikerin, Traumatherapeutin (Somatic Experiencing) und ausgebildet in Bewusstseins- und Körperarbeit. Geprägt von der langjährigen Zusammenarbeit mit Diana Richardson (Slow Sex) liegt der Schwerpunkt ihrer Arbeit auf dem Thema *Entspannte Sexualität* und körperorientierte Therapie. Ela Buchwald ist Produzentin des Films *Slow Sex – wie Sex glücklich macht*. Sie arbeitet als Coach, Seminarleiterin und Autorin.
www.elabuchwald.de
www.einfach-liebe.de
 -> Das Einfach Liebe Retreat für Paare,
 Seite 20

Volker Buchwald, Vater von drei erwachsenen Kindern, ist Golf- und Meditationslehrer und ausgebildet in Bewusstseinsarbeit. Das Kennenlernen der Arbeit von Diana und Michael Richardson (Slow Sex) im Jahr 2003 war für ihn ein tiefgreifender, persönlicher und heilsamer Veränderungsprozess und ganz entscheidender Wendepunkt in seinem Leben. Seitdem forscht er zusammen mit seiner Frau Ela Buchwald auf dem Gebiet von Liebe und *Entspannter Sexualität* und arbeitet als Coach, Seminarleiter und Autor zu diesem Thema.
www.einfach-liebe.de
 -> Das Einfach Liebe Retreat für Paare,
 Seite 20



**Sabine
Bundschu**



**Cherif
Chalakani**



**Russell
Delman**



**Karin
Enz Gerber**



**Linda
Evans Delman**

Sabine Bundschu, geb. 1959. Schauspielerin, Sängerin, Komponistin, TaKeTiNa Rhythmspädagogin und Sprecherin. Circle Singing Ausbildung bei Rhiannon. Gruppenleiterin TaKeTiNa, Stimme, Improvisation, Rhythmus Rahmentrommel. Freie Dozentin an der Theater Akademie München, *Hochschule für Schauspielkunst Ernst Busch*, Berlin, *Sibelius Academy* Helsinki, *Bayerische Philharmonie*, *Trauma Hilfe Zentrum München*. Interaktive Konzerte und Workshops auf Kongressen und Firmen Events (Allianz, BMW, RTL, Wöhr, Marco Polo, IBM, DGfS). Sprecherin und Sängerin auf zahlreichen CDs.
www.sabinebundschu.de
 -> TaKeTiNa – Schnuppertag, Seite 62
 -> When the Drummers Were Women,
 Seite 20, 26

Cherif Chalakani ist Mathematiker und Körpertherapeut. Er ist ausgebildet in klientenzentrierter Psychotherapie und neoreichianischer Körperarbeit. Sein Schwerpunkt ist die Entwicklung von Achtsamkeit in der Bewegung und Atmung sowie die Arbeit mit perinatalen Erfahrungen. Beeinflusst von der ägyptischen, französischen und mexikanischen Kultur leitet er Seminare in Europa und Lateinamerika und gehört zum Lehrkörper des Hoffman Instituts Frankreich. Er ist seit vierzig Jahren Schüler und Mitarbeiter von Claudio Naranjo und einer der Begründer der Körper-, Bewegungs- und Atemarbeit innerhalb der internationalen SAT Schule.
www.cherifchalakani.com
 -> Einführung in das Enneagramm der Persönlichkeit und das SAT Programm,
 Seite 51, 63

Russell Delman began his study Zen meditation and somatic psychology in 1969 as an undergraduate student in psychology. His training and personal relationship with Moshé Feldenkrais began in 1975, and he has since helped train more than 2500 Feldenkrais teachers all over the world. In recent years, Russells close friendship with Eugene Gendlin has strongly influenced his work. Russell offers a mentorship program in *The Embodied Life*. For more information, please visit: www.russelldelman.com
 -> The Embodied Life Retreat, Seite 23, 28

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

Linda Evans Delman has been an international consultant and educator in the fields of psychology, conscious movement and spirituality for over 40 years. She trained directly with Dr. Moshé Feldenkrais, graduating in 1983 and is an authorized Feldenkrais trainer and *educational director*. She joined the faculty of the *Embodied Life School* in 2015. She is a certified counselor in anthroposophical psychology. 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 23, 28

**Johannes Feuerbach****Kathrin Franckenberg****Andreas Gerber****Thomas Geßner****Nöle Giuliani**

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*, Seite 21

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

www.malfreude.de

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

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

-> *Singing Pool*, Seite 26

Thomas Geßner, 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 40

-> *Werden, was ich bin: Lebensintegrationsprozess, Bewusstsein und Aufstellungsarbeit*, Seite 12

-> *Wozu bin ich krank?*, Seite 24, 41

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.tenderpawasyoga.com www.thepracticeofwelcoming.de

-> *The Practice of Welcoming*, Seite 24, 28, 41

**Devapria Gokani****Sonia Gomes****Christian Gottwald****Susannah Grover****Sandra Hagen**

Devapria Gokani, geb. 1964 in einer indischen Familie, lebt und atmet Devapria Ayurveda und Massage länger als sie sich erinnern kann. Sie ist ausgebildet in Tiefengewebsmassage (Rebalancing), Holistischer Massage, CranioSacraler Biodynamik, Ayurvedischer Yogamassage, Hawaiianischer Massage, Japanischer Gesichtsmassage, Holistic Counselling, Primärtherapie und Gurdjieff Movements. Außerdem hat sie verschiedene indische Tanzstile studiert und sich mit anderen internationalen Tanzstilen beschäftigt. Sie leitet Tanzworkshops, Trainings in Massage und gibt Einzelsitzungen in vielen Ländern. Ihre meditative Haltung ist ihr dabei die wichtigste Inspirations- und Kraftquelle. Derzeit ist sie dabei, ihre Ausbildung in ISP (*Integrale Somatische Psychologie*) bei Raja Selvam abzuschließen.

-> *Freier Fluss für einen freien Kopf – mit indischer Kopfmassage*, Seite 25, 41

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 54, 63

-> *SOMA-Embodiment Training*, Seite 53

-> *Somatic Experiencing*, Seite 56

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 bewusstseinszentrierter Körperpsychotherapie. Coaching und Teamentwicklung. Veröffentlichungen zum Thema Neurobiologie und Körperpsychotherapie. www.gottwald-eidos.de

-> *Vortrag: Einführung in moderne bewusstseinszentrierte Körperpsychotherapie*, Seite 63

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

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 28, 33

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

-> *Informationstag zur Approbationsausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen/Psychotherapeuten*, Seite 62, 70



Martin Höhn



Silke Humez



Barbara Innecken



Katrin Jonas



Michael Kraft

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 62

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 Practitioner: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten, Seite 42, 49

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 traumaspezifischer Methoden.

Publikationen

Im Bilde sein (mit E. Madelung),

Carl-Auer Verlag
Weil ich euch beide liebe,

Tredition Verlag

Kinesiologie – Kinder finden ihr Gleichgewicht, Don Bosco Verlag

www.barbara-innecken.de

www.nig-institut.de

-> NIG Practitioner: Im Bilde sein – Kreative Aufstellungsarbeit mit dem Neuro-Imaginativen Gestalten, Seite 42, 49

-> Familienaufstellungen, Seite 21

-> Weil ich euch beide liebe, Seite 22

Katrin Jonas ist eine international tätige Körper-Mind-Therapeutin, Feldenkrais Lehrerin (E. Bloom), Meditationsmentorin, BodyWarenness-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

-> BodyWarenness: Körperbewusstsein als Schlüssel zur Veränderung in Therapie und Coaching, Seite 34, 42

-> Frauen meditieren anders, Seite 29

Michael Kraft. Nach der Schule freie Mitarbeit in der Ausgrabung Alt-Ägina. Zivildienst in einer Schule für mehrfach behinderte Kinder. Studium der klassischen Archäologie und Altphilologie. Ausbildung an der *Graf-Bothmer-Schule für Gymnastik*. Selbstständiger Inhaber eines Fachgeschäftes für Naturkost und Baubiologie. Berater und Entwickler für ökologische und soziale Projekte. Seit 2005 selbstständiger Bestatter zusammen mit Susanne Kraft. Seit 2005 Trainer für Gewaltfreie Kommunikation.

-> Wenn das Herz bricht, bricht es auf – Trauern und Feiern als spirituelle Praxis, Seite 13, 29, 34

-> Dem Tod neu begegnen – Abschied und Bestatten als Tor zum Leben, Seite 14, 29



Susanne Kraft



Elmar Kruihoff



Sabine Löffler



Uwe Minde



Dietmar Mitzinger

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*.

-> Wenn das Herz bricht, bricht es auf – Trauern und Feiern als spirituelle Praxis, Seite 13, 29, 34

-> Dem Tod neu begegnen – Abschied und Bestatten als Tor zum Leben, Seite 14, 29

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

-> Gefühle zum Weglaufen, Seite 14, 34

Sabine Löffler, Dipl.-Psych., Familientherapeutin, international zertifizierte PBSP Therapeutin (im deutschen Sprachraum als PESSO-Therapie bekannt) und Supervisorin. Weiterbildungen in Ego-State-Therapie, Ressourcenorientierter Psychotherapie und Brainspotting. Langjährige Mitarbeit im sozialpsychiatrischen Dienst, eigene Praxis als Therapeutin (Einzel und Gruppen). Als langjährige Simultanübersetzerin von Al Pessó in seinen Weiterbildungen am Münchner CIP ist sie besonders dieser Psychotherapiemethode sehr verbunden, bleibt aber

immer offen für weitere kreative Möglichkeiten oder der Verbindung verschiedener Ansätze, wie zum Beispiel PESSO-Therapie und Ego-State-Therapie. Gemeinsam mit Uwe Minde leitet sie Selbsterfahrungsseminare und Weiterbildungen für Therapeutinnen und Therapeuten.

-> Come To Life – von Scham und Schuld zu Integration und Verbundenheit, Seite 15, 43

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, 43

Dietmar Mitzinger, Dipl.-Psych., Psychologischer Psychotherapeut, leitet als Supervisor seit 25 Jahren eine Lehrpraxis in Neuss. Er war Ausbildungsleiter für Yogalehrer an einem vom BDY anerkannten Yogalehrerinstitut. Wissenschaftlicher Mitarbeiter am *Institut für Naturheilkunde* in den Kliniken Essen Mitte der Universität Duisburg-Essen, seit 35 Jahren Dozent für Yogatherapie und Begründer der Yoga-Basierten-Traumatherapie (YBT). Dietmar Mitzinger ist Autor von *Yoga in Prävention & Therapie* sowie von *Der Pranayama-Effekt*.

-> Einführung in die Yoga-Basierte-Traumatherapie, Seite 56, 62

-> Yoga-Basierte-Traumatherapie, Seite 55



**Michael
Mokrus**



**Malte
Nelles**



**Masako
Ohta**



**Karin
Ortner-Willnecker**



**Roswitha
Pfeleiderer**

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

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

www.michaelmokrus.de

-> Einführung in *Das Neuroaffektive Beziehungsmodell* (NARM™), Seite 35, 63

-> Ankündigung: *Das Neuroaffektive Beziehungsmodell* (NARM™), Seite 58

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 15

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 27

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

www.ortner-willnecker.de

-> Fragestunde: "Schreikind",

"High Need"-Kind oder hochsensibel?, Seite 16, 36

-> Fragestunde: Hochsensibel – schön anstrengend, Seite 16, 36

-> Hochsensibilität – Ich darf sein, Seite 16, 25

-> Fragestunde: Hochsensibel – Bereicherung und Herausforderung zugleich für Partnerschaft und Familie, Seite 17, 36

Roswitha Pfeleiderer, Empathisches Coaching, Transpersonale Prozessarbeit, Trainerin für Wertschätzende Kommunikation, Mediation, ZEN-Meditation, achtsamkeitsbasierte Verfahren, Yoga, Focusingbegleiterin. "Das offene Gewahrsein lässt mich tiefer den inneren Raum der Verbundenheit wahrnehmen. Eine transpersonale Erfahrung, die gleichzeitig die Vielfalt und Komplexität des Lebens mit einschließt."

-> Herzintelligenz, Seite 17



**Luise
Reddemann**



**Katrin
Reuter**



**Jeanne
Rosenblum**



**Doris
Rothbauer**



**Michael
Rupp**

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

www.luise-reddemann.info

-> Mitgefühl wecken – für sich und andere, Seite 43

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

-> Einführung in das Enneagramm der Persönlichkeit und das SAT Programm, Seite 51, 63

-> Selbsterkenntnis und Lebendigkeit (SAT Modul I), Seite 18, 50

-> Intuition und innere Führung (SAT Modul III), Seite 18, 50

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 31, 37

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 57, 62

-> Somatic Experiencing, Seite 56

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

www.bodydynamic.de

-> Einführung in die Bodydynamic Arbeit mit Entwicklungstrauma, Seite 18, 44

-> Bindung und die körperliche Konstituierung von Narzissmus, Seite 18, 44



Irmgard Schmelcher-Haimerl



Brant Secunda



Raja Selvam



Lisa Sokolov



Andrea Stemberger

Irmgard Schmelcher-Haimerl, Dipl.-Sozialpädagogin (FH) und Heilpraktikerin für Psychotherapie in eigener Praxis. Seit 1991 unter anderem ausgebildet in Bioenergetik in ZIST sowie in ressourcenorientierter Fachberatung in Psychotraumatologie (DeGPT/BAG) und als IFS Therapeutin bei Richard Schwartz und Susan McConnell. 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
-> Erforschung der Innenwelt, Seite 18, 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
-> Schamanismus der Huichol Indianer, Seite 30

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

www.traumahealing.com
www.integralsomaticpsychology.com
-> Somatic Experiencing, Seite 56

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
-> Stimmiger Körper – verkörperte Stimme, Seite 27

Andrea Stemberger, Dipl.-Ing., geb. 1963, Coach, Trainerin, Supervisorin. Sie erforscht achtsam mit Privatmenschen, Führungskräften und Teams deren inneres gegenwärtiges Erleben, um Entscheidungsfähigkeit und Selbstfürsorge zu verbessern sowie die Beziehungen zu sich wie im privaten und beruflichen Umfeld zu verfeinern. Erfahrungsbasierte Körperpsychotherapie und potentialorientiertes Coaching sind ihre Basis, Menschen in Veränderungsprozessen, in Krisen und Konflikten zu unterstützen. Sie ist zudem Ausbilderin für die MotivStrukturAnalyse MSA und Seminarleiterin zu Themen der Potentialentfaltung. www.andrea-stemberger.de

-> Auf der Suche nach der verlorenen Zeit, Seite 19, 37



Ingo Vauk



Eli Wadler



Gerhard Zimmermann

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. www.therapie.wirkt.com

-> Gruppen in Workshops – Design – Gestaltung – Dynamik, Seite 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
-> Moshé Feldenkrais' Erbe, Seite 52

Gerhard Zimmermann, Dr. med., Arzt mit Zusatzbezeichnung Psychotherapie in eigener Praxis in Mainz. Aus- und Weiterbildungen in Verhaltenstherapie, Bioenergetik und Gestalttherapie, Medizinischer Hypnose und verschiedenen körperpsychotherapeutischen Verfahren. Arbeitsschwerpunkte: Psychotherapie, Psychosomatik, Psychotraumatologie, Verhaltensmedizin, Stressmanagement.

www.stressmanagement.de

-> Emotionales Lernen – Körper und Seele im Dialog, Seite 19, 46



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

Leonard Cohen

ZIST ● Hintergrund

86

- Aufenthalt in ZIST
- Wegbeschreibung
- In eigener Sache
- Impressum

90
92
93
96

Text: Dr. Wolf Bütig

Dritte Kraft**HUMANISTISCHE PSYCHOLOGIE**

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

Verhaltensforschung

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

Psychoanalyse

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

Humanistische Psychologie

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

Abraham Maslow

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

**Das menschliche Potential
Inbild
Vorbild
Auftrag**

Das menschliche Potential ist als Inbild (genetischer Code) eingeboren; es wird an einem Vorbild als Wert erkannt, als Bedürfnis, Notwendigkeit und Auftrag erlebt und durch Übung im Alltag als menschliche Kompetenz verwirklicht. Das menschliche Potential entfaltet sich im Lauf der Entwicklung entsprechend einer Hierarchie der Bedürfnisse: Aufbauend auf den Grundbedürfnissen, deren Befriedigung das Überleben sichert (Nahrung, Geborgenheit, Schutz) und das Dasein bestätigt (Beachtung), werden

die sozialen Bedürfnisse (Zugehörigkeit, Geselligkeit, Anerkennung und Achtung) sowie die Selbstbehauptungsbedürfnisse (Territorium, Fortpflanzung, Rang und Status) aktualisiert. Ein unbefangener Umgang mit diesen Grundbedürfnissen ist nach den Beobachtungen Maslows eine gute Basis für die Realisierung der spezifisch menschlichen Neigungen – der höheren oder Meta-Bedürfnisse: Interesse, Anteilnahme, Freude, Wille, Wahrheitsliebe, Präsenz, Ästhetik und Kreativität, Wertschätzung und Wertbildung, Dienstbereitschaft, Hingabe, Autonomie, Sinnfindung und so weiter, bis hin zum Streben nach Selbsterkenntnis, Selbstbewusstheit und Selbstverwirklichung.

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.

Text: Dr. Wolf Bütig

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*

Grof Breathwork

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.

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.

A5 Mehrbettzimmer	Duschen und WCs im Flur	59,50 €
A4 Mehrbettwohnung	mit Duschbad/WC	59,50 €
A3 Dreibettzimmer	Duschen und WCs im Flur	59,50 €
A2 Zweibettzimmer	Duschen und WCs im Flur	72,50 €
N2 Zweibettzimmer	mit Duschbad/WC & Telefon	86,00 €
N1 Einzelzimmer	mit Duschbad/WC & Telefon	106,00 €
H2 Gartenhaus Doppelbelegung	mit Duschbad/WC	92,50 €
H1 Gartenhaus Einzelbelegung	mit Duschbad/WC	118,00 €

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 in der aktuellsten Version auf der Startseite unserer Webseite 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 angekündigte Kurse aus verschiedenen Gründen abgesagt werden müssen oder noch nicht 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

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

Auf unserem Blog widmen wir uns spannenden Themen rund um die Humanistische Psychologie und unsere Workshopinhalte. 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, Kunstausstellungen in ZIST sowie andere Neuigkeiten aus ZIST entnehmen.

Fordern Sie die ZIST POST einfach über unsere Webseite www.zist.de an.

ZIST auf Facebook

ZIST und die *ZIST Akademie für Psychotherapie* sind mit den jeweiligen aktuellen Informationen 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. 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

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 Faltblätter 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.



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 unter: heike.brandt-frederiks@zist.de 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 Ausdrücke 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 umhégten Atmosphäre selbst erkunden und für wertvolle Erfahrungen öffnen können.

Das wird durch den Einsatz aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter möglich gemacht und getragen.

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.



Anschriften
ZIST gemeinnützige GmbH
 Zist 1 | 82377 Penzberg

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

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

ZIST Akademie
für Psychotherapie
 Zist 1 | 82377 Penzberg

Telefon: +49-8856-936916
 Fax: +49-8856-936970

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

ZIST GEMEINNÜTZIGE GMBH

Registergericht

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: POFICHBEXX

PROGRAMM

Leitung und Redaktion

Bunda S. Watermeier

Organisation, Lektorat

Irene Hansel

SEMINARHAUS

Kaufmännische Leitung

Alexander Lippert

Leitung Seminarhaus

Dunja Hausmann

Leitung Marketing, Corporate Design

Bunda S. Watermeier

Buchhaltung

Sigrid Haas

Personalverwaltung

Heike Brandt-Frederiks

Verwaltung

Susanne Röthlein

Empfang/Büro

Birgit Austen

Sonja März

Simone Haas

Onlinemarketing, Onlineprojekte

Elisa Berger

Grafikdesign

Stefan Höcherl

IT-Beauftragter

Volkmar Tenschert

Küche

Wolfgang Stangl

Haustechnik

Alexander Bauer

Gästehaus

Sabine Schwarz

Bau- und Sanierungsprojekte

Jakob Ullmann

Pflege des Geländes

Simon Hertig

PROGRAMMHEFT AUSGABE 2022

Redaktion und Art-Direction

Bunda S. Watermeier

Lektorat

Irene Hansel

Gestaltung und Satz

Stefan Höcherl

Fotos ZIST und Umgebung

Elisa Berger

Stefan Höcherl

Fotos Referenten

Von Privat

V.i.S.d.P.

Dr. med. Wolf E. Bütig

ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE

Leitung

Dr. med. Wolf E. Bütig

Operative Leitung

Dr. phil. Sandra Hagen

Leitung Berufspolitik

Dr. med. Dieter R. Horn

Akademiebüro

Bettina Rauh

Franziska Borth

Ursula Clormann

Beata Dudzik

Gudrun Eder

ZIST AKADEMIERAT

Christine von Aufseß

Fachärztin für Psychotherapeutische Medizin,

Dozentin und Lehrtherapeutin für

Tiefenpsychologie

Mona Bielitzer

Ärztin, in Ausbildung zur Fachärztin für

Psychiatrie und Psychotherapie

Mascha Bleckwenn-Gulde

Dipl.-Psych., Psychologische Psychotherapeutin,

Psychoanalytikerin, Lehrtherapeutin für

tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie

Gustav Marlock

Dipl.-Päd., Dozent und Lehrtherapeut für

tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie

Die Sprecherinnen/Sprecher der Psychologischen

Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten

in Ausbildung (PiA) an der ZIST Akademie als

assoziierte Mitglieder.

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



ZIST – MENSCHLICHES POTENTIAL ENTFALTEN



SELBSTERFAHRUNG



FORT-, WEITER- UND AUSBILDUNG



WEITERE ANGEBOTE



ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE

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

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

- Einführungen
- Vorträge

- ZIST Akademie für Psychotherapie
- ZIST Institutsambulanz



ZIST gemeinnützige GmbH

Zist 1 | 82377 Penzberg

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

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

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