

## Emotionales Lernen – Körper und Seele im Dialog\*

### Transformation von im Körpergedächtnis gespeicherter somatisch-emotionaler Stressmuster

<b>Termin:</b>	Do., 26.6.2025, 18.30 h bis So., 29.6.2025, 14.00 h
<b>Ort:</b>	ZIST Penzberg, Penzberg
<b>Kursgebühr:</b>	420 € (zuzüglich Vollpension)
<b>Kursnummer:</b>	250631
<b>Leitung:</b>	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.

[Flyer zum Herunterladen](#)

#### Weitere Informationen:

\*Anerkennung von Fortbildungspunkten wird beantragt.

**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.

Internet: [www.stressmanagement.de](http://www.stressmanagement.de)

URL: <https://www.zist.de/de/veranstaltung/fort-weiter-und-ausbildung/emotionales-lernen-koerper-und-seele-im-dialog>

---

## Wozu bin ich krank? Symptome und unbewusste Liebe

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

**Termin:** Fr., 14.11.2025, 18.30 h bis Di., 18.11.2025, 14.00 h  
**Ort:** ZIST Penzberg, Penzberg  
**Kursgebühr:** 545 € (zuzüglich Vollpension)  
**Kursnummer:** 251131  
**Leitung:** Thomas Geßner

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

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

#### Literatur

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

[Flyer zum Herunterladen](#)

#### Weitere Informationen:

### Thomas Geßner

Dipl.-Theologe, Lehrtherapeut für Systemaufstellungen (DGfS), Autor. 1964 in Halle (Saale) geboren, zwei Kinder, verheiratet. Er war 20 Jahre evangelischer Pfarrer, bevor er sich 2011 ganz dem Aufstellen zuwandte. An seinem Ausbildungsinstitut in Halle (Saale) praktiziert und lehrt er phänomenologische Aufstellungsarbeit, Lebensintegrationsprozess (LIP nach Nelles) und Beratung. Er verbindet dies mit seinen beruflichen Wurzeln in der Seelsorge. Darüber hinaus ist er in vielen europäischen Ländern als Gastdozent tätig.

Thomas Geßner arbeitet für Menschen, die es mit sich selbst leichter haben wollen. Er unterstützt sie dabei, die gegenwärtige Bewegung ihres Lebens wahrzunehmen, sie klarer zu erkennen und sich ihr anzuvertrauen. Methodisch legt er dabei den Fokus auf das relativ sichere *Jetzt* eines Menschen im Unterschied zum möglicherweise bedrohlichen *Damals*. Inhaltlich geht es darum, was das Leben gerade von uns will und wie wir dem folgen können.

#### Literatur

Thomas Geßner: *Der blaue Fisch. Über den Zeitgeist*, Innenwelt Verlag, Köln 2022

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

Wilfried Nelles, Thomas Geßner: *Die Sehnsucht des Lebens nach sich selbst. Der Lebensintegrationsprozess in der Praxis*, Innenwelt Verlag, Köln, 2014

Internet: [www.gessner-aufstellungen.de](http://www.gessner-aufstellungen.de)

URL: <https://www.zist.de/de/veranstaltung/fort-weiter-und-ausbildung/wozu-bin-ich-krank-symptome-und-unbewusste-liebe-1>