

**Netzwerk**  
Gestalttherapie Schweiz



# Gestalttherapie als ganzheitliche Therapie

Eine gemeinsame Tagung von Netzwerk Gestalttherapie Schweiz  
und IKP Institut für Körperzentrierte Psychotherapie

**Samstag, 19.10.2024, 09.00 bis 17.30 Uhr,  
im Volkshaus Zürich**





**Moderation:**  
**Beate Willauer,**  
Netzwerk Gestalttherapie Schweiz



**Tagungsleitung:**  
**Thomas Ingold,**  
IKP Institut für Körperzentrierte  
Psychotherapie



**Gabriela Rüttimann,**  
Mitglied IKP-Institutsleitung

## Liebe Interessierte Liebe Kolleginnen, liebe Kollegen

Wir laden Sie sehr herzlich zur ersten gemeinsamen Tagung von Netzwerk Gestalttherapie Schweiz und IKP Institut für Körperzentrierte Psychotherapie ein!

Die Tagung widmet sich dem faszinierenden Thema "Gestalttherapie als ganzheitliche Therapie" und bietet einen inspirierenden Rahmen zum Austausch von Erfahrungen, Ideen, neuen Erkenntnissen und Projektvorhaben.

Gestalttherapie und der ganze Mensch in einer gemeinsamen Welt – nutzen Sie die Gelegenheit, tief in die Gestalttherapie einzutauchen, innovative wie bewährte Ansätze zu entdecken und mit ausgewiesenen Expertinnen und Experten in Dialog zu treten.

Vorträge, Diskussionen, Workshops, Theorie und Praxis, all das bietet unser Programm. Darüber hinaus gibt es viel Raum zum Networking mit Kolleginnen und Kollegen sowie für Diskussionen über aktuelle Entwicklungen und Herausforderungen in Psychotherapie, Beratung, verwandten Praxisfeldern und die Rolle der Gestalttherapie.

Wir sind überzeugt, dass diese Tagung uns allen vertiefte Einblicke in die ganzheitliche Gestalttherapie geben wird, neue Impulse für die therapeutische und beraterische Praxis setzen kann und eine grosse Einladung ist, Kontakt zu pflegen, professionellen wie persönlichen.

Wir freuen uns, Sie am 19. Oktober 2024 im Volkshaus Zürich zu treffen!

Herzliche Grüsse  
Bea Willauer, Thomas Ingold und Gabriela Rüttimann

09.00 – 10.30 Uhr

### 1. Panel

**Gestalt- und Traumatherapie (Christian Fuchs)**  
**Gestalttherapie und Heilpädagogik (Katharina Bertholet-Roth)**  
**Gestalttherapie und Klimapsychologie (Steffi Bednarek)**

(3 praxisorientierte Fachvorträge, Diskussion und Austausch mit dem Publikum)

10.30 – 11.00 Uhr

### Pause

11.00 – 12.30 Uhr

### 2. Panel

**Neuere Entwicklungen in der Gestalttherapie**  
**(Dr. Albrecht Boeckh, Dr. Jan Kruse, Beate Willauer)**

(Panel-Diskussion und Austausch mit dem Publikum)

12.30 – 13.30 Uhr

### Lunch-Paket (optional) / Networking

13.30 – 15.00 Uhr

### Workshops

**WS 1: Klimapsychologie (Steffi Bednarek)**  
**WS 2: Die Praxis der ganzheitlichen Wahrnehmung (Beate Willauer, Jan Kruse)**  
**WS 3: Diversität und Gestalttherapie (Beatrix Wimmer)**  
**WS 4: Gestalttherapie und Ernährung (Cornelia Smola)**

15.00 – 15.30 Uhr

### Pause

15.30 – 17.00 Uhr

### Wiederholung Workshops 1–4

17.00 – 17.30 Uhr

### Schlussworte; Verabschiedung

# Gestalttherapie als ganzheitliche Therapie

Gestalttherapie zum Kennenlernen und Weiterdenken, bewährte und neue Themen, Gestalttherapie für unsere Zeit, so lässt sich unsere Tagung umschreiben. Die Tagung „Gestalttherapie als ganzheitliche Therapie“ adressiert die Praxisfelder von Therapie, Pädagogik und Beratung. Gestalttherapierende und -beratende stellen ihre Arbeitsfelder vor, laden zum gemeinsamen Lernen und zum Austausch ein. Als Psychotherapie ist Gestalttherapie in der Schweiz sozialversicherungsrechtlich anerkannt, als Beratungsdisziplin etabliert und von der Stiftung ASCA in die Liste der anerkannten Verfahren aufgenommen.



Die Gestalttherapie hat ihre Wurzeln in der Psychoanalyse und Kulturtheorie Sigmund Freuds. Zur Gründungsgeschichte der Gestalttherapie gehört für zwei der drei Gründungsfiguren, Lore Perls und Fritz Perls, die Kriegserfahrung aus zwei Weltkriegen und die Emigrationserfahrung von Deutschland über Südafrika nach USA. Für die Gründungsgeschichte zentral ist die Begegnung mit Paul Goodman, wie die beiden Perls jüdischer Abstammung, ein „Public Intellectual“ seiner Zeit, ein „Bohemian Guru“ (Taylor Stoehr). Die Gestalttherapie entstand aus einer

Melange verwobener Lebensgeschichten inmitten historischer Umbrüche, intellektueller und kultureller Traditionen und Vorlieben. Sie ist voll von existenziellen Momenten, getragen von einem Glauben an die Fähigkeit des „Creative Adjustment“, des schöpferischen Umgehens mit schwierigen Lebenssituationen. „Creative Adjustment“ heisst, die eigene Lebens- und Schaffenskraft (wieder) spüren, sich im eigenen, dichten Leben (wieder) beheimatet fühlen, mit vitaler Zuversicht nächste Schritte gehen.

Gestalttherapie ist eine ganzheitliche Therapie der Verkörperung, eine Therapie, die sich relational und in Lebens- und gesellschaftlichen Umständen kontextual begreift. So ist vielleicht der zentrale Satz aus dem Grundlagenwerk der Gestalttherapie „Der Kontakt selbst ist die erste und unmittelbarste Wirklichkeit“ Programm und Aufforderung an Gestalttherapierende, diese Wirklichkeit in ihren Erlebensqualitäten und in ihrer Verborgenheit gemeinsam mit den Patientinnen und Patienten sowie Klientinnen und Klienten zu erforschen, Spuren vitaler Zuversicht zu finden und ihnen zu folgen. Diese vitale Zuversicht wird sich in ihren vielfältigen Facetten in unserer Tagung zeigen.

In den Panels am Vormittag stellt Christian Fuchs seine Arbeit als Gestalttherapeut und Traumatherapeut vor, Katharina Bertholet-Roth gibt Einblicke in ihre heilpädagogische Arbeit mit Kindern, und Steffi Bednarek beschäftigt sich mit den Auswirkungen der Klimakatastrophe auf die therapeutische Arbeit. Albrecht Boeckh, Jan Kruse und Beate Willauer skizzieren neuere Entwicklungen der Gestalttherapie. In den Workshops am Nachmittag lädt Beatrix Wimmer zur Auseinandersetzung mit Fragen der Identität in der therapeutischen Praxis ein, Cornelia Smola öffnet das Feld für Gestalttherapie und Ernährung, Jan Kruse und Beate Willauer beschäftigen sich mit der ganzheitlichen Wahrnehmung als therapeutische Grundfertigkeit, und Steffi Bednarek gibt Einblicke in die Klimapsychologie.

## Die Panels am Vormittag

09.00–12.30 Uhr

### 1. Panel



#### Gestalt- und Traumatherapie (Christian Fuchs)

Christian Fuchs versteht Trauma als eine Bedrohung der Existenz, die Spuren an Leib und Seele hinterlässt. Diese Spuren machen sich im Hier und Jetzt vielgestaltig immer wieder bemerkbar: Trauma kompromittiert die Beziehung zur Welt.

In der Traumarbeit sind Therapeutinnen und Betroffene mit vielfältigen tiefgreifenden Facetten des menschlichen Lebens konfrontiert, Traumarbeit ist eine Arbeit an der Brüchigkeit und Verletzlichkeit unseres Daseins. Autonome Körperreaktionen machen den von einem Trauma betroffenen Klientel besonders zu schaffen. Die Polyvagaltheorie, ihre Präzisierungen und Weiterentwicklungen können der Gestalttherapie eine ergänzende theoretische Landkarte anbieten, um gezielt die mit dem Trauma korrelierten autonomen Körperreaktionen in den Therapieprozess zu integrieren.

Gestaltarbeit ist existenziell, auch in einem sehr basalen körperlichen Sinn. Und so gibt es kaum eine Therapieform, die geeigneter wäre, mit dieser komplexen und vielschichtigen Thematik des Traumas zu arbeiten als die Gestalttherapie.



**Christian Fuchs**, Schondorf und Augsburg/DE, Gestalt- und Traumatherapeut (DVG) in eigener Praxis. Sein Interesse gilt einem Traumverständnis, das aktuelle empirische Forschung mit existenzphilosophischen Fragestellungen verknüpft. Er arbeitet als Therapeut, Autor, Dozent und gibt Fortbildungen. [gestalt-werk.de](http://gestalt-werk.de)

#### Veröffentlichungen:

- „Neuroliberalismus“ In: M. Jäckle / B. Wuttig / C. Fuchs (Hrsg.): Handbuch Trauma-Pädagogik-Schule (S. 307–330). Bielefeld: transcript, 2017
- „Die Gestalt des Traumatischen“, Gevelsberg: EHP, 2019
- „Gestalttherapie, Trauma und Polyvagaltheorie-Arbeiten mit autonomen Körperreaktionen“, In: Gestalttherapie – Forum für Gestaltperspektiven (S. 86-109). Gevelsberg: EHP, 2020
- „Der Körper, das Trauma und der Affekt“ Theorie und Praxis der Polyvagaltheorie in der Psychotherapie. Gevelsberg: EHP, 2021



### Gestalttherapie und Heilpädagogik (Katharina Bertholet-Roth)

Kinder und Jugendliche sind von den Krisenphänomenen der letzten Jahre in besonders hohem Mass betroffen. Wir alle erinnern uns an die Reduktion von Kontaktmöglichkeiten im Zuge der Covid-19-Pandemie und deren Folgen, gerade für sie! Ein robustes Grundvertrauen in die Welt ist dabei für viele von ihnen verlorengegangen. Und wenn der Virus wiederkommt oder der Krieg? Für junge Menschen, die sich fragend auf der Suche nach einer hoffnungsvollen Zukunft befinden, ist von uns eine Antwort gefragt. „Da bin ich“, so lässt sich der Beitrag von Katharina Bertholet-Roth überschreiben.

Sie berichtet als Heilpädagogin und Gestaltberaterin ausgehend von Beispielen aus ihrer gestaltpädagogisch-therapeutischen Arbeit über Entwicklungsaufgaben und Anforderungen zur Bewältigung von Krisen bei jungen Menschen. Dabei verknüpft sie die heilpädagogische Haltung nach dem Kernstück von Paul Moors kohärenter heilpädagogischer Theorie und die dialogische Gestalthaltung vor dem Hintergrund von Martin Bubers Anleitung zur Ich-Du-Beziehung. Sie geht der Frage nach, welche Bedeutung dem Konzept der Resilienz für eine zukunftsfähige Bildung zukommt.

„Was mich stärkt“ – Resilienz als seelische Widerstandskraft, die die Wahrscheinlichkeit erhöht, dass Herausforderungen vertrauensvoll gelingen; nicht nur zukünftig, sondern hier und heute.



**Katharina Bertholet-Roth**, Thun/CH, Gestalttherapeutin in eigener Praxis, Supervision zur Begleitung von Kindern und Jugendlichen in Krisen, Gestalttherapeutische Begleitung und Beratung. [bertholet-beratung.ch](http://bertholet-beratung.ch)

Sie ist schulische Heilpädagogin (HfH Zürich) und blickt auf langjährige Berufserfahrung als Heilpädagogin in Schule, in der Elternarbeit und Aus- und Weiterbildung von Pädagoginnen und Pädagogen zurück. Darüber hinaus arbeitet sie als bso anerkannte Supervisorin, Coach und in der Organisationsentwicklung. Sie übt international Seminar- und Lehrtätigkeiten aus. Sie ist Gründungsmitglied des Netzwerk Gestalttherapie Schweiz.

#### Veröffentlichungen:

„Malen-Malen! ICH und DU beim Malspiel“. In K. Stahlmann (Hg.): Begegnungen mit Geflüchteten. Möglichkeiten der Gestalttherapie, Reflexionen zu Therapie, Beratung, Politik. Gevelsberg: EHP, 2018

„Gestaltpädagogisch-therapeutische Begleitung von Kindern und Jugendlichen in Krisen“. In T. Schübel (Hg.): Perspektiven der Gestaltpädagogik. Neue Ideen für zukunftsfähige Bildung und Erziehung. Gevelsberg: EHP, 2023

„Reflections and Comments to the stories“. In M.Götz (Hg.): The day I became strong. Strong stories for strong children from around the world. München IZI (International Central Institute for youth and educational television, IZI)

„Dialogische Gestalttherapie. 'Da bin ich, der Dich sieht'“. Interview mit Katharina Renke [www.youtube.com/watch?v=KgGHx3UVz\\_Y](https://www.youtube.com/watch?v=KgGHx3UVz_Y)



### Gestalttherapie und Klimapsychologie (Steffi Bednarek)

Die tiefgreifende Veränderung unseres Planeten mit den spürbaren Folgen des Klimawandels und des Artensterbens betreffen uns alle in irgendeiner Art und Weise. Manche Menschen sind unmittelbar dramatisch und existenziell betroffen, andere mittelbar. Vor allem bei jüngeren Menschen scheint sich ein Lebensgefühl einzustellen, dass das, was vor uns liegt – die Zukunft –, bedroht erscheint. Themen der Therapiesitzung sind verstärkt von einer diffusen, globalen Zukunftsangst geprägt. Die Zukunft scheint nicht mehr der Ort der Hoffnung und der Ort der Veränderung zu sein. Wie können wir als Therapierende und Beratende einer Collapsology, einer überwältigenden Angst vor dem Kollaps unserer Zivilisation, etwas entgegen setzen? Etwas, das dem Leben dient und die Zukunft offen hält?

Dies führt zur Frage, ob Psychotherapie einen Beitrag zu einer „besseren Welt“ leisten kann. Gestalttherapie vermittelt seit ihren Ursprüngen eine kritische und konstruktive Haltung, eine Haltung des Tätigwerdens und Einmischens. Vor allem Paul Goodman hat seinen Wirkungskreis sehr weit gefasst. Und so fragen wir uns, ob Psychotherapie etwas auf der kollektiven Ebene beitragen kann und will in einer Zeit, in der das Gewohnte nicht mehr ausreicht, um lebensbejahende Antworten auf die drängenden Fragen zu finden. Die Psychotherapie für unsere Zukunft – wie kann die aussehen?



**Steffi Bednarek**, Brighton/GB, Gestaltpsychotherapeutin, Traumatherapeutin, international publizierende Klimapsychologin, [steffibednarek.com](http://steffibednarek.com)

Sie ist in der Forschung und beratenden Arbeit an der Schnittstelle von Klimawandel und psychischer Gesundheit aktiv. Sie berät in klimapsychologischen Fragen nationale Regierungen, Unternehmen, globale Finanzinstitutionen, den Europarat und grosse NGOs.

Bednarek ist Mitbegründerin der Zeitschrift „Explorations into Climate Psychology“, Mitglied der Climate Psychology Alliance, „Firekeeper“ beim World Ethics Forum, Mitglied der Climate Change Group der American Psychological Association.

Ihr bereits jetzt hoch gepriesenes Buch „Climate, Psychology and Change“ erscheint 2024.

## 2. Panel

1,5 Std. Panel-Diskussion und Austausch mit dem Publikum.

### Neuere Entwicklungen in der Gestalttherapie (Dr. Albrecht Boeckh, Dr. Jan Kruse, Beate Willauer)



„Von der Therapie des Vordergrunds über die Therapie des Hintergrunds zur Therapie des Horizonts“, so liessen sich unsere Diskussionen im Vorfeld der Tagung zusammenfassen. Die ältere Gestalttherapie war – auch als Kind ihrer Zeit – vorrangig auf eine Befreiung des Individuums aus normativen Zwängen ausgerichtet. Diese Zwänge und ihre Auswirkungen auf das Individuum sind in der Therapie vordergründig Thema. Die Annahme war, dass es etwas, in der Regel ein Aussen gab, das eben diese Zwänge auf jemanden ausübte. Die heutige, jeden Lebensbereich ergreifende Selbstoptimierung in individueller Verantwortung steht in dieser Tradition. Eine der Gefahren liegt darin, dass der belastete Mensch noch mehr in die Pflicht genommen wird.

Gegenbewegungen bilden beispielsweise die psychoanalytische Gruppenanalyse, die Familientherapie wie auch das Interesse der Gestalttherapie am (Umwelt-)Feld. Allen gemeinsam ist, dass der therapeutische Raum geweitet wird. Das Individuum findet sich in vielgestaltigen dynamischen Prozessen wieder. Die Öffnung des therapeutischen Raums lässt damit andere Übertragungen und Dynamiken zu. Die Gestalttherapie verfügt über die konzeptionellen Grundlagen, um therapeutisches Arbeiten in der Weite zu ermöglichen und zu begründen. Allerdings sind dafür einige der erkenntnistheoretischen Grundlagen zu hinterfragen und zu aktualisieren. Dies wollen wir in diesem Panel im Ansatz zur Verfügung und zur Diskussion stellen.



**Dr. Albrecht Boeckh**, Tübingen und Rottenburg/DE, Dr. rer. soc., Diplomsoziologe, HP, Gestalttherapeut DVG und Supervisor DGSv in eigener Praxis, [albrecht-boeckh.de](http://albrecht-boeckh.de)

Er ist Gestalt-Trainer beim Gestalt Institut Hamburg GIH und bei Symbolon, Leiter einer DGSv-zertifizierten Supervisionsausbildung an der Uni Tübingen, Lehrbeauftragter am Institut für Erziehungswissenschaften der Uni Tübingen und der Evangelischen Hochschule Freiburg im Masterstudiengang Supervision. Boeckh ist Mitglied des Arbeitskreises „klinische Gestalttherapie“ der DVG und Mitglied (V.i.S.d.P.) der Redaktion der Zeitschrift „Gestalttherapie – Forum für Gestaltperspektiven“.

#### Veröffentlichungen (Auswahl):

„Gestalttherapie: Eine praxisbezogene Einführung“, Psychozial-Verlag, Giessen, 2015  
„Methodenintegrative Supervision“, Stuttgart: Klett-Cotta, 2020<sup>3</sup>  
„Die Dialogische Struktur des Selbst: Perspektiven einer relationalen und emotionsorientierten Gestalttherapie“, Psychozial-Verlag, Giessen



**Dr. Jan Kruse**, Konstanz/DE, Gestalttherapeut DVG und Mediator (ZMediatAusv) in eigener Praxis, [jankruse.net](http://jankruse.net)

Er hat Linguistik und Philosophie in Köln und Leiden/NL mit Promotion in Soziolinguistik studiert und hatte Forschungsstellen in Duisburg und Leipzig inne.

Jan Kruse ist Gestalttherapeut, Mediator, Hochschulberater, Taichi-/Qigong-Lehrer, Lehrgangleiter der Weiterbildung Gestaltberatung und Partner im Seminar für Gestalttherapie KIG SFGT.ch.

Er ist Redaktionsmitglied der deutschsprachigen Zeitschrift „Gestalttherapie – Forum für Gestaltperspektiven“.

#### Veröffentlichungen:

mit Willauer, Beate (2023): „Wahrnehmungskultur I“. In: Gestalttherapie – Forum für Gestaltperspektiven 2/2023, Köln: EHP  
mit Willauer, Beate (in Planung): „Wahrnehmungskultur. Ganzheitliche Betrachtungen zur Gestalttherapie“ (Arbeitstitel). Köln: EHP



**Beate Willauer**, Winden/CH, Gestalttherapeutin, Philosophin und Linguistin, eigene Praxis nahe St. Gallen, [gestaltpraxis.ch](http://gestaltpraxis.ch)

Sie ist Gestalttherapeutin und psychologische Beraterin SGfB mit eidg. Diplom, Coach und Organisationsberaterin bso, Lehrgangleiterin der Weiterbildung Gestaltberatung, Partnerin im Seminar für Gestalttherapie KIG SFGT.ch, Supervisorin und Dozentin für Gestalttherapie und Mitglied i.A. am Seminar für Gruppenanalyse Zürich.

Darüber hinaus ist Beate Willauer Mitglied der European Association of Gestalt Therapy EAGT, Redaktionsmitglied der deutschsprachigen Zeitschrift „Gestalttherapie – Forum für Gestaltperspektiven“ sowie Gründungsmitglied und Präsidentin des Netzwerk Gestalttherapie Schweiz [netzwerk-gestalttherapie.ch](http://netzwerk-gestalttherapie.ch).

#### Veröffentlichungen:

mit Kruse, Jan (2023): „Wahrnehmungskultur I“. In: Gestalttherapie – Forum für Gestaltperspektiven 2/2023, Köln: EHP  
mit Kruse, Jan (in Planung): „Wahrnehmungskultur. Ganzheitliche Betrachtungen zur Gestalttherapie“ (Arbeitstitel). Köln: EHP

# Das Programm am Nachmittag

13.30 – 16.45 Uhr

Die Workshops à 90 Minuten werden zweimal angeboten.

Workshop 1

## Klimapsychologie (Steffi Bednarek)

In diesem Workshop werden klinische Themen der Klimapsychologie behandelt wie die sich wandelnde Rolle von Therapierenden und Beratenden, das Phänomen der Klima-Angst sowie das der Dissoziation und des kollektiven Traumas sowie häufige Bewältigungsstrategien.

Fallbesprechungen sind möglich.

Workshop 2

## Die Praxis der ganzheitlichen Wahrnehmung (Beate Willauer und Jan Kruse)

Über unsere Wahrnehmung als therapeutische Grundfertigkeit nehmen wir Kontakt auf und erleben so die „erste und unmittelbarste Wirklichkeit“. Ohne Wahrnehmung finden wir nicht statt. Zugleich schreiben die Gründerinnen und Gründer der Gestalttherapie, dass „Wahrnehmung gewöhnlich nicht hilft, wenn sie keine bewusste Gestalt und nur Inhalt ist“ (PHG).

Es stellen sich daher die Fragen, wie wir von der Wahrnehmung zum Gewahrsein kommen, was wir mit der Wahrnehmung also anfangen, und wie wir diese transzendente und intentionale Wahrnehmung verstehen. Und schließlich, wie wir ganzheitliche Wahrnehmung als aktives Tätigsein in Therapie und Beratung nutzen können. Dies soll in diesem Workshop verstehbar und erlebbar werden. Praktische Aspekte dabei sind die Annäherungen an ein Erleben von Wahrnehmung, Gewahrsein und Gewandtsein im Kontakt mit mir, meinen Mitmenschen und meiner Mitwelt.



Workshop 3

## Diversität und Gestalttherapie (Beatrix Wimmer)

Ein Versuch, einen Beitrag zur Orientierung im Feld zu leisten

Gemeinsam widmen wir uns dem Thema GSRD – Gender, Sex and Relationship Diversity.

Wie sind unser Empfinden, Verhalten und unsere Haltungen von historischen und aktuellen Feldbedingungen geprägt, und welche impliziten Anteile von Introjekten dazu tragen wir in uns?

Gestalttherapie in ihrer Verankerung in der Feldtheorie gibt uns einerseits die Möglichkeit, von individuellem Shaming wegzukommen, hin zu einem Verständnis von Bedingungen, die unser Geworden-Sein beeinflussen. Andererseits ermöglicht uns die Bewusstheit darüber eine freie Zuwendung zu Prozessen von non-normativer Identitätsbildung.

Gemeinsam werden wir versuchen, Awareness für den eigenen Bias und unser Geworden-sein zu gewinnen.



**Beatrix Wimmer**, Wien/A, Psychologin und Gestalttherapeutin

Seit 1997 ist sie in Frauenberatungsstellen, Einrichtungen der Suchttherapie sowie in privater Praxis als Psychotherapeutin und Supervisorin tätig. Sie ist Lehrtrainerin am Gestalt Institute Nepal und Gastdozentin am IKP Zürich.

Sie ist Präsidentin der Österreichischen Vereinigung für Gestalttherapie OEVG und ehemalige Präsidentin der Europäischen Vereinigung für Gestalttherapie EAGT. Wimmer gründete die Arbeitsgruppe „Climate Change & Biodiversity“ in der EAGT und ist in diesem Bereich international tätig.

Sie ist Mitherausgeberin des Buches „Women in Gestalt Therapy. Autobiographical Reflections and Future Prospects in Contemporary Interviews“ und Autorin in verschiedenen Publikationen über Gestalttherapie.

## Gestalttherapie und Ernährung (Cornelia Smola)

Wenn Essen die Antwort ist, was war dann die Frage? Ein Workshop zur Spontaneität und Balance im Essalltag sowie zum Verständnis des Essverhaltens als ganzheitliches Phänomen.

Statt den Blick auf den Teller und die «richtige» Ernährung zu richten, schauen wir zusammen aus Gestaltperspektive auf den sich nährenden Menschen: Essen als Möglichkeit der Kommunikation mit sich und anderen. In welchen Situationen antworten wir mit Essen, obwohl es eigentlich um andere Bedürfnisse geht? Und was bedeutet das für die organismische Selbstregulation?

Mit dem Gestaltansatz werden Sinnzusammenhänge deutlich, die zeigen, wieso Bemühungen um gesunde Ernährung meist scheitern und wie Veränderung möglich wird.



**Cornelia Smola**, Ehrendingen/CH, Dipl. Ökotrophologin univ. (Ernährungswissenschaftlerin), Dipl. Ernährungs-Psychologische Beraterin IKP, SRK anerkannt als Dipl. Ernährungsberaterin, Ausbilderin und Seminarleiterin am IKP, in eigener Praxis tätig, eb-cosmo.ch

Sie hat eine Weiterbildung in Integrativer Bewegungstherapie (EAG-FPI) absolviert und schliesst 2024 ihre dreijährige Weiterbildung zur Diplom Gestaltberaterin am Seminar für Gestalttherapie SfGT ab. Sie ist Mitglied im Netzwerk Gestalttherapie Schweiz.



## Impressionen vergangene Tagungen



DACH-Tagung 23



DACH-Tagung 23



DACH-Tagung 23



DACH-Tagung 23



Workshop Leipzig

## Das könnte Sie auch noch interessieren

Öffentliche Veranstaltung

### 3. Phänomenologie-Tagung mit Prof. Dr. Dr. Thomas Fuchs

16.03.2024, 09.00 bis 17.30 Uhr, Hochschule für Heilpädagogik HfH,  
Schaffhauserstrasse 239, 8050 Zürich.

Ausführliche Informationen:  
[sfgt.ch/veranstaltungen](https://sfgt.ch/veranstaltungen)



Fachbücher und Neuerscheinungen

EHP – Verlag Andreas Kohlhage



Hier gelangen Sie zu den Fachbüchern: [ehp-koeln.com](https://ehp-koeln.com)



IKP-Fortbildungsprogramm 2024



Das IKP-Fortbildungsprogramm 2024 enthält zahlreiche neue Fort- und Weiterbildungsangebote, mit welchen Sie Ihre beruflichen Qualifikationen vertiefen und Ihre Persönlichkeitsentwicklung fördern.

Hier gelangen Sie zum neuen Fortbildungsprogramm:  
[www.ikp-therapien.com](https://www.ikp-therapien.com) (Rubrik Fortbildung)



## Ihre Anmeldekarte

**JA, ich melde mich verbindlich zur Tagung vom 19. Oktober 2024 in Zürich an.**

- Regulärer Preis: Fr. 280.–**  
 Mitglieder Netzwerk Gestalttherapie Schweiz, Deutsche Vereinigung für Gestalttherapie und Österreichische Vereinigung für Gestalttherapie: Fr. 240.–  
 Studierende in Weiterbildung: Fr. 240.–

**Bitte wählen Sie hier die beiden Workshops aus, die Sie besuchen möchten:**

WS1  WS2  WS3  WS4

**Ich wünsche ein Lunch-Paket** (Sandwich, Apfel, Süßgebäck, Getränk): Fr. 20.–

**Anmeldebedingungen:**

**Schriftliche Anmeldung:** Anmeldungen zur Tagung werden via Webformular oder schriftlich am Hauptsitz in Zürich entgegengenommen (via Post oder E-Mail). Schriftliche Anmeldungen gelten als definitiv und werden Ihnen nach Eingang vom IKP mittels Rechnung bestätigt. **Bezahlung und Mahnwesen:** Spätester Zahlungseingang: 1 Woche vor der Tagung. Allfällige Mahngebühren belasten wir mit Fr. 20.–. **Annullierung und Umbuchung:** Bei einer Abmeldung (schriftlich) Ihrerseits bis 4 Wochen vor Beginn der Tagung verrechnen wir eine Bearbeitungsgebühr von Fr. 40.–. Bei späterer Abmeldung (auch bei Krankheit und Unfall) werden die vollen Kosten verrechnet (ohne Bearbeitungsgebühr). Sie haben jedoch die Möglichkeit, eine Vertretung an die Tagung zu schicken. In diesem Fall berechnen wir Ihnen Fr. 40.– für die Umbuchung. Wir empfehlen Ihnen den Abschluss einer Annullationskostenversicherung (z. B. Allianz). **Durchführung:** Es besteht kein Anspruch auf die Möglichkeit einer Online-Teilnahme.

Ich habe die Anmeldebedingungen gelesen und bin damit einverstanden.

**Talon ausfüllen und einsenden an: IKP, Kanzleistrasse 17, 8004 Zürich. Oder per E-Mail: [info@ikp-therapien.com](mailto:info@ikp-therapien.com)**

Anrede/Titel:

Vorname:

Name:

Firma:

Strasse/Nr.:

PLZ/Ort:

E-Mail:

Unterschrift:

Oder ganz einfach  
**online anmelden:**  
[ikp-therapien.com/  
fortbildung/  
gestalttherapie](https://www.ikp-therapien.com/fortbildung/gestalttherapie)



Info/Anmeldung



# Ihre Anreise zur Tagung

**Tagungsort:**

**Volkshaus Zürich, Stauffacherstrasse 60, 8004 Zürich**



## **Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln:**

Ab Hauptbahnhof Tram Nr. 3 oder 14 bis Haltestelle Stauffacher, oder 10 Gehminuten ab Hauptbahnhof

## **Organisation und weiterführende Auskünfte:**

**IKP**, Kanzleistrasse 17, 8004 Zürich  
Telefon 044 242 29 30

[info@ikp-therapien.com](mailto:info@ikp-therapien.com)

[www.ikp-therapien.com](http://www.ikp-therapien.com)

[www.psychotherapie-ikp.com](http://www.psychotherapie-ikp.com)

**Netzwerk**  
Gestalttherapie Schweiz

**IKP Institut für Körperzentrierte Psychotherapie**

IKP Dr. Yvonne Maurer AG

