

Institut für Körperzentrierte Psychotherapie IKP
IKP Dr. Yvonne Maurer AG



2024 Seminar- programm

Für ganzheitliche Lebenskompetenz,
berufliche Entwicklung und Qualifikation.





Für die fachliche Institutsleitung bzw. Geschäftsleitung IKP (v. l.):

Monica Brunner, KomplementärTherapeutin mit eidg. Dipl.; Gabriela Rüttimann, lic. phil., eidg. anerkannte Psychotherapeutin;
Sandra Suter, lic. ès sciences économiques; Thomas Ingold, MAS Management & Leadership

Geschätzte Studierende und Interessierte, sehr geehrte Damen und Herren

Das IKP Institut für Körperzentrierte Psychotherapie bietet als modernes Bildungsinstitut seit 40 Jahren berufsbegleitend Aus-, Weiter- und Fortbildungen an. Es wurde von Dr. med. Dr. theol. Yvonne Maurer gegründet und ist vom BAG (Bundesamt für Gesundheit), von der FMH, der SGfB (Schweizerische Gesellschaft für Beratung) und von verschiedenen europäischen Berufsorganisationen anerkannt. Zudem ist das IKP eduQaa-zertifiziert.

Zurzeit lehren am IKP rund 80 bestqualifizierte Dozierende, die in ihre Lehrtätigkeit auch die Erfahrungen und Erkenntnisse aus der täglichen therapeutischen Praxis einbinden können. Zusätzlich widmet sich das Institut der wissenschaftlichen Forschung. Daraus sind zahlreiche Bücher, Vortragsreihen und Publikationen entstanden.

Der ganzheitliche Ansatz in der Psychotherapie (Körperzentrierte Psychotherapie IKP) ist eine moderne und ganzheitlich-integrativ ausgerichtete Therapieform. Sie versucht, den Menschen in seinen sechs Lebensdimensionen (psychisch-geistig, körperlich, sozial, spirituell-sinnstiftend, räumlich und zeitlich) zu erfassen.

Langjährige Praxiserfahrungen haben gezeigt, dass viele Beziehungsprobleme, psychosomatische Störungen und Stresserkrankungen raschere Besserungstendenzen zeigen, wenn im therapeutischen Gesprächsprozess der Körper in passiver oder aktiver Form einbezogen wird. Aus diesem Ansatz heraus sind im Laufe der Jahre die verschiedenen Ausbildungsrichtungen entstanden.

Gendergerechte Schreibweise



Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird bei Personenbezeichnungen und personenbezogenen Hauptwörtern die weibliche Form verwendet. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung grundsätzlich für alle Geschlechts- und Genderidentitäten und beinhalten keine Wertung.



Liebe Leserin, lieber Leser

Physische und psychische Gesundheit – das ist die Abwesenheit jeder Krankheit. So weit, so simpel. Aber was braucht der Mensch wirklich, um rundum gesund und leistungsfähig zu sein und zu bleiben?

Gesundheit betrifft immer den ganzen Menschen. So kann die Psyche auch die körperliche Stabilität beeinflussen; umgekehrt profitiert der gesunde Geist vom gesunden Körper. Ganzheitlich gesund zu sein, heisst alle Lebensdimensionen in Balance zu bringen: Wer sich selbst im Körper als handelndes, fühlendes und denkendes Wesen wahrnimmt, eingebunden in ein Netz von Beziehungen, ins Zeitgeschehen und ins räumliche Erleben, und dem eigenen Wirken einen Sinn geben kann, erlebt sich als stark, widerstandsfähig und gesund.

Am IKP setzen wir diese Erkenntnis seit über 40 Jahren konsequent um. Unsere Aus- und Weiterbildungen, die auf der Körperzentrierten Psychotherapie basieren, leisten einen wichtigen Beitrag zur ganzheitlichen professionellen Gesundheitsförderung.

Deshalb bauen wir unser Programm laufend aus. Zu den bewährten Lehrgängen für Fachpersonen im Gesundheitsbereich sind drei weitere Angebote dazugekommen: die neue Fortbildung «Psychologie für Führungskräfte», der Online-Intensivkurs «Moderne Spiritualität» und der Workshop «Selbststimmt und selbstbewusst leben» speziell für die Generation Ü60.

Wir freuen uns, wenn Sie sich von unserem vielfältigen Seminarprogramm inspirieren lassen und sich für eine oder mehrere spannende Lehrveranstaltungen anmelden!

Thomas Ingold
Geschäftsleiter IKP

Inhaltsverzeichnis

Seminare – Titel, aufgelistet nach Themenbereichen	
• Grundlagenseminare	5
• Kommunikation / Gesprächsführung	5
• Selbstzentrierung / Meditation	6
• Behandlungstechniken / Interventionen / Unterstützung	6
• Entwicklungs- und Persönlichkeitspsychologie	6
• Vertiefung in Atemtherapie, Komplementärtherapie	7
• Vertiefung in Körperzentrierter Psychologischer Beratung / Psychotherapie	8
• Spezialseminare	8
• Vertiefung in Ernährungs-Psychologischer Beratung	9
• Vertiefung in Paar- und Familienberatung	9
• Schulmedizinische Seminare	9
• Tronc Commun	10
• Vorbereitung auf die höhere Fachprüfung HFP	10
Seminare – nähere Beschreibung	11
Seminare – aufgeführt nach Daten	113
Dozentinnen und Dozenten am IKP	119
Anmeldebedingungen und Seminarorganisation	126
Anmeldeformulare	127/129
Annulationsversicherung Allianz	128
IKP-Fachbücher	130
Aus- und Weiterbildungsangebot IKP im Überblick	131

Für weitere Auskünfte und Ausbildungsdokumentationen zu den verschiedenen Studiengängen sind wir zu Bürozeiten von 08.30 – 12.00 und von 14.00 – 16.30 Uhr telefonisch erreichbar unter Telefon Nr. 044 242 29 30. Besuchen Sie auch unsere Homepage: www.ikp-therapien.com und www.psychotherapie-ikp.com

Grundlagenseminare

Nr.	Titel	Termin	Ort	Seite
016-1	Von unbewussten Verhaltensweisen zur bewussten Selbstregulation	26.–27. Januar	Zürich	12
016-2		30.–31. August	Zürich	12
019-1	Beratungskompetenz als Grundlage für erfolgreiche Selbstständigkeit	26.–27. Januar	Zürich	14
019-2		25.–26. Oktober	Zürich	14
038-1-1	IKP-Grundlagen: Körperz. Psychotherapie IKP und Psychologische Beratung IKP: Theoretische Ansätze und Anwendungen in der Praxis	1.–2. März	Zürich	23
038-1-2		4.–5. Oktober	Zürich	23
038-2-1	IKP-Grundlagen: Philosophie, Psychologie, Wissenschaft	12.–13. Januar	Zürich	24
038-2-2		23.–24. Februar	Zürich	24
047-2	Grundlagen der Gestalttherapie (Basis)	15.–16. März	Zürich	26
047-6		22.–23. März	Zürich	26
047-3		19.–20. April	Zürich	26
047-1		31. Mai–1. Juni	Zürich	26
047-4		31. Mai–1. Juni	Zürich	26
047-5		6.–7. Dezember	Zürich	26
048	Gestalttherapeutisches Arbeiten (Vertiefung)	22.–23. Nov.	Zürich	27
049	Gestalttherapie Live-Arbeit	30. Mai	Zürich	28
050	Resilienz und andere Ressourcen aktivieren	7.–8. Juni	Bern	29
410	Psychologie Grundkurs: 5 Tage (40 Std.), (SG: Sozialwissenschaftliche Grundlagen)	2. Nov. 2024– 15. Febr. 2025	online	100

Kommunikation / Gesprächsführung

025-1	Die Kunst der Gesprächsführung I	2.–3. Februar	Zürich	16
025-2		23.–24. Februar	Zürich	16
025-3		31. Mai–1. Juni	Zürich	16
025-4		23.–24. August	Zürich	16
025-5		5.–6. Juli	Zürich	16
025-6		6.–7. Dezember	Zürich	16
026-1	Die Kunst der Gesprächsführung II	1.–2. März	Zürich	17
026-2		15.–16. Nov.	Zürich	17
027	Provozieren – aber richtig!	4.–5. Oktober	Zürich	18
029	Virtuelle Beratung	(2025)	online	19

Selbstzentrierung / Meditation

Nr.	Titel	Termin	Ort	Seite
059	Spiritualität	22. November	Zürich	33
082	Natürliche Zentrierung	28.–29. Juni	Zürich	50
157	Die Kraft der Selbsthypnose – das Praxisseminar	3.–4. Mai	Zürich	73
159	BodyAnchoring: Ein Weg in die ...	6.–7. Dezember	Zürich	74

Behandlungstechniken / Interventionen / Unterstützung

022	Intuitive Imagination	25.–26. Oktober	Zürich	15
031	Aufstellen, Hinschauen, Lösungen erkennen – Arbeit mit dem Figurenbrett	27. April	Zürich	20
034	Traum und Bewusstsein	5.–6. April	Zürich	21
049	Gestalttherapie Live-Arbeit	30. Mai	Zürich	28
051-1-1	Systemisches Stellen	26.–27. April	Zürich	30
051-1-2	Systemisches Stellen	1.–2. Nov.	Zürich	30
054	Bindung und Trennung, Verlust und Gewinn	28.–29. Juni	Zürich	32
062	Unsere Burnout-Gesellschaft – ein Blick hinter ...	19.–20. Januar	Bern	36
066	Körpererfahrungsübungen anhand der Neurotango® Methode	18. Oktober	Zürich	39
072	Imaginationen zur Entfesselung von Potenzialen	9.–10. Februar	Zürich	42
086	Der innere Kritiker – Selbstabwertung und übertriebene Zweifel entmachten	5.–6. April	Zürich	51
089	Energetik in Beratung und Therapie	8.–9. März	Zürich	53
094	Strategien zur Überwindung von Starre und ...	10. Februar	Zürich	56

Entwicklungs- und Persönlichkeitspsychologie

035	Ego-States – Die Arbeit mit Persönlichkeitsanteilen	1.–2. November	Zürich	22
061	Positive Psychologie: Wie Menschen aufblühen...	29. November	online	35
092	Schattenarbeit u. integrative Persönlichkeitsentwicklung als Grundlage transf. Tiefenveränderung	19. April	Bern	55
107-1	Individuelle Persönlichkeitsentwicklung durch...	26.–27. Januar	Zürich	57
107-2		1.–2. März	Zürich	57
107-3		26.–27. April	Zürich	57
107-4		13.–14. Sept.	Zürich	57
124-2	Entwicklungspsychologie – Ressourcen und Hemmungen erkennen	22.–23. März	Zürich	68
124-1		28.–29. Juni	Zürich	68
124-3		30.–31. August	Zürich	68
124-4		13.–14. Sept.	Zürich	68
351	Therapeutische Beziehungserfahrung mit Alpakas	16.–17. August	Steckb.	88

Vertiefung in Atemtherapie

Nr.	Titel	Termin	Ort	Seite
A 1	RÜCK(en)-HALT(ung) Unsere Befindlichkeit ...	2.–3. Februar	Zürich	90
A 1-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	17. März	Zürich	90
A 2	Praktische Meridian-Übungen in Bewegung ...	4.–5. Oktober	Zürich	91
A 2-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	20. Oktober	Zürich	91
A 4	Atemmassage – die Kunst des therap. Berührens	26.–27. April	Zürich	92
A 4-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	12. Mai	Zürich	92
A 9	Atemwegserkrankungen	8.–9. März	Zürich	93
A 9-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	21. April	Zürich	93
A 12	Atem erfahren – Atemarbeit nach Middendorf	6.–7. September	Zürich	94
A 12-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	6. Oktober	Zürich	94
A 13	Ressourcen- und lösungsorientierte Beratung in der Atemtherapie IKP	11.–12. Oktober	Zürich	95
A 13-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	8. Dezember	Zürich	95
A 15	Die Kraft der inneren Bilder – Imagination in ...	19.–20. Januar	Zürich	96
A 15-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	10. März	Zürich	96
A 19	Mutig und stark! Kinder und Jugendliche in der Atemtherapie	28.–29. Juni	Zürich	97
A 19-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	15. September	Zürich	97
A 20	Vokalraum- und Körperarbeit als Grundlage für mehr Präsenz und Stimmkraft	21.–22. Juni	Zürich	98
A 20-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	1. September	Zürich	98
011	Achtsamkeit, Kongruenz und konstruktiver Umgang mit Emotionen in der Atem- und Körpertherapie	31. Mai–1. Juni	Zürich	11
011-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	30. Juni	Zürich	11
017	Atemtherapeutische und körperzentrierte Inter- ventionen in der Trauer	14.–15. Juni	Bern	13
017-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	15. November	Zürich	13
067	Ganzheitliches Lösen körperlicher Verspannungen und Blockaden in der Atemtherapie	22.–23. Nov.	Zürich	40
067-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	15. Dezember	Zürich	40
076	Yin und Yang in der Harmonie – den Energiefluss wecken in der Atemtherapie	22.–23. März	Zürich	45
076-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	26. Mai	Zürich	45

Vertiefung in Körperzentrierter Psycholog. Beratung / Psychotherapie

Nr.	Titel	Termin	Ort	Seite
052	Keine Angst vor Angststörungen – Verbesserung durch praktikable Techniken	4.–5. Oktober	Zürich	31
060	Nähe u. Distanz als zentrale Beziehungsaspekte im Beratungs- u. Psychotherapeutischen Prozess	27.–28. Sept.	Zürich	34
065-1	Psychische Erkrankungen – Teil 1	23.–24. Februar	Zürich	37
065-2	Psychische Erkrankungen – Teil 2	13.–14. Dez.	Zürich	38
071	Psychische Störungen im Kindes- und Jugendalter	20.–21. Sept.	Zürich	41
073	Das Innere Kind: Herleitung, Umgang und ...	24.–25. Mai	Zürich	43
075-1	Depressive Störungen besser verstehen, therapieren und beraten	19.–20. April	Zürich	44
075-2		11.–12. Oktober	Zürich	44
077-1	Schuldgefühle, Selbstwertgefühl u. Selbstfürsorge	8.–9. März	Zürich	46
077-2	Scham, Selbstwertgefühl und Selbstfürsorge	27.–28. Sept.	Zürich	47
081	Weibliche Kraft, Wut, Weisheit – ein Tabu?	14.–15. Juni	Zürich	49
088	Die Familiengeschichte und ihre Prägungen	16.–17. Febr.	Zürich	52
091	Selbstwertprobleme erfolgreich behandeln – von Selbstwertorientierung zum Selbstmitgefühl	6.–7. September	Zürich	54
094	Strategien zur Überwindung von Starre und ...	10. Februar	Zürich	56
122-1	Trauma – Auswirkungen, Diagnostik und ganzheitliche Therapiekonzepte – Teil 1	19.–20. Januar	Zürich	63
122-2	Komplexe, frühkindliche Traumatisierungen Auswirkungen, Diagnostik und ganzheitliche Therapiekonzepte – Teil 2	6.–7. September	Zürich	64
123	Suchterkrankungen erkennen u. richtig einordnen	24.–25. Mai	Zürich	65
131	Arbeiten mit Symbolen als Methode der Intervention in psychosozialen Berufen	12.–13. Juli	Zürich	72

Spezialseminare

319	Praxiseröffnung für EPB	27.–28. Sept.	Zürich	81
332	Alles Wichtige zur Diplomarbeit u. zum Diplomabschluss	26. April	Zürich	86
334	Erfolgreich in die Selbständigkeit! ...	30. November	Zürich	87

Vertiefung in Ernährungs-Psychologischer Beratung

Nr.	Titel	Termin	Ort	Seite
305	Ernährungsparanorama – Gestaltarbeit in der EPB	6.–7. September	Zürich	76
306	Achtsame Körperwahrnehmung, Körperbild ...	31. Mai –1. Juni	Bern	77
307	Sporternährung: Sportartspezifische Anpassungen	5.–6. April	Zürich	78
310	Mindful Eating – achtsame Beziehung zu sich ...	15.–16. Nov.	Zürich	79
311	Das Streben nach Schönheit	20.–21. Sept.	Zürich	80
321	Ernährungstrends verstehen und beurteilen	25.–26. Okt.	Zürich	82
322	Wechseljahre – Wandeljahre. Die Lebensmittel ...	29.–30. Nov.	Zürich	83
323	Die Lebensmittelpyramide auf dem Teller	9.–10. Februar	Bern	84
324	Bewusste Wahrnehmung und Störung der Ich- ...	(2025)	Zürich	85

Vertiefung in Paar- und Familienberatung

046	Sexuelles Wohlbefinden	20.–21. Juni	Zürich	25
078	Unterschiedliche Bedürfnisse und Konflikte ...	22.–23. Nov.	Zürich	48
113	Ganzheitliche Paar- und Familienberatung IKP:	16.–17. August	Zürich	58
114	Aufmerksamkeitsschwierigkeiten bei Kindern und Jugendlichen – was steckt dahinter?	21.–22. Juni	Zürich	59
115	Paar-/Familienberatung bei Trennung u. Scheidung	8.– 9. März	Zürich	60
120-1	Kinder und Jugendliche in der Familienberatung/...	21.–22. Juni	Zürich	61
120-2		23.–24. August	Zürich	61
121	Methoden in der Familienberatung/-therapie mit Kindern und Erwachsenen	18.–19. Oktober	Zürich	62
125	Die Arbeit mit Symbolen als hilfreiche Externali-	8.–9. November	Zürich	69
126	Paar- und Familienberatung bei Suchtproblemen	27.–28. Sept.	Zürich	70
127	Paarberatung – vom Erstgespräch zu einem...	26.–27. Januar	Zürich	71

Schulmedizinisches Basiswissen

065-1	Psychische Erkrankungen – Teil 1	23.–24. Februar	Zürich	37
065-2	Psychische Erkrankungen – Teil 2	13.–14. Dez.	Zürich	38
123	Suchterkrankungen erkennen u. richtig einordnen	24.–25. Mai	Zürich	65
202-1	Einführung in die Krankheitslehre	5.–6. Januar	Zürich	75
202-2		26.–27. Januar	Zürich	75
202-3		28.–29. Juni	Zürich	75
440	Pharmakologie	15.–16. März	Zürich	106
A 9	Atemwegserkrankungen	8.–9. März	Zürich	93
A 9-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	<i>21. April</i>	<i>Zürich</i>	<i>93</i>
	MG1: Nothelferkurs BLS-AED SRC	Extern besuchen		
SMB	MG2: Schulmed. Basiskurs IKP	Kursdaten auf	Zürich	
	80 Stunden = 10 Module à 8 Std.	IKP-Webseite		

Tronc Commun

Nr.	Titel	Termin	Ort	Seite
-----	-------	--------	-----	-------

SG: Sozialwissenschaftliche Grundlagen

410	Psychologie Grundkurs: 5 Tage (40 Std.)	2. Nov. 2024– 15. Februar 2025	online	100
025-6	Die Kunst der Gesprächsführung	6.–7. Dezember	Zürich	16

MG: Medizinische Grundlagen

	MG1: Nothelferkurs BLS--AED SRC	Extern besuchen		
SMB	MG2: Schulmed. Basiskurs IKP 80 Stunden = 10 Module à 8 Std.	Kursdaten finden Sie auf unserer IKP-Webseite	Zürich	
A9 A9-P	MG2:Atemwegserkrankungen <i>MG2:Vertiefungstag</i>	8.–9. März <i>21. April</i>	Zürich <i>Zürich</i>	93 93
202-1 202-2 202-3	Einführung in die Krankheitslehre	5.–6. Januar 26.–27. Januar 28.–29. Juni	Zürich Zürich Zürich	75 75 75
440	MG2: Pharmakologie	15.–16. März	Zürich	106
420	MG3: Klienten- und Therapeutsicherheit	8. September– 1. Dezember	Zürich	102

BG: Berufsspezifische Grundlagen

430	BG2: Berufsspezifische Grundlagen (5 Tage)	22. Sept. 2024 – 16. März 2025	Zürich	104
-----	--	-----------------------------------	--------	-----

Hinweis zum Tronc Commun:
Externe Interessierte finden detaillierte Datenangaben zum Tronc Commun auf unserer Website oder informieren sich im IKP-Sekretariat.

Vorbereitung auf die höhere Fachprüfung HFP

450	IKP-Vorbereitungslehrgang für die höhere Fachprüfung HFP OdA KT	24. März – 15. Sept. 2024	Zürich	108
451	IKP-Vorbereitungslehrgang auf die höhere Fachprüfung zum Titel: Beraterin im psychosozialen Bereich mit eidg. Diplom	25. Januar – 4. Juli 2024	Zürich	110



Achtsamkeit, Kongruenz und konstruktiver Umgang mit Emotionen in der Atem- und Körpertherapie

Seminarleitung: Esther König, KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom

Achtsamkeit als Übung und Haltung bildet das Herzstück der Ganzheitlich-Integrativen Atemtherapie und ist ein wichtiger Bestandteil in der Körperzentrierten Psychotherapie IKP.

Das Kultivieren der Achtsamkeit führt dazu, Klarheit über die aktuellen Gedanken, Gefühle und Handlungen zu erlangen und Verantwortung für diese zu übernehmen. Aus der eigenen Mitte heraus werden Bedürfnisse klar ersichtlich, das individuelle Innenleben kann adäquat kommuniziert werden und der Kontakt zu den Mitmenschen wird authentisch. Wir festigen die eigene Kongruenz und therapeutische Haltung, werden uns unseres Potenzials und Ressourcen als Therapeutin bewusst und lernen, uns vor dem Zuviel-Geben und Ausbrennen zu schützen.

Der konstruktive Umgang mit Emotionen ist ein weiterer Schwerpunkt dieses Seminars. Emotionen lenken unsere Aufmerksamkeit und unsere Denk- und Entscheidungsprozesse, sie bilden die Grundlage für die Lebenszufriedenheit und den Selbstwert. Auch hier ist die Achtsamkeit hilfreich: Emotionen können weder ignoriert noch erfolgreich unterdrückt werden, vielmehr geht es darum, sie zu (er-)kennen und einen freundlich-konstruktiven, nicht ausagierenden Umgang mit ihnen zu finden.

Bei diesem Seminar stehen die praktische Umsetzung und Selbsterfahrung der Inhalte im Vordergrund, ergänzt durch theoretisches Hintergrundwissen zur Thematik. Es wird eine Fülle an Atem- und Körperübungen sowie meditativen Interventionen vermittelt, welche sich für die direkte Umsetzung in den Praxisalltag eignen.

Praxis-Vertiefungstag (P): Dieser Tag dient nach obigem Seminar zur Repetition und Vertiefung des Gelernten. Der Besuch des Seminars muss vorgängig erfolgt sein.

Anmerkung: Beide Teile (Seminar wie auch Praxis-Vertiefungstag) sind als Weiterbildung für Atemtherapeutinnen und Praktizierende geeignet. Sie sind einzeln buchbar.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
011	Fr/Sa, 31. Mai – 1. Juni 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
011-P	So, 30. Juni 2024	09.15 bis 18.15 Uhr	Zürich	Fr. 210.–





Von unbewussten Verhaltensweisen zur bewussten Selbstregulation – (Selbst-)Wahrnehmung und Selbstbild in der Praxis

Seminarleitung: **Nathalie Jung**, MSc, BLaw, eidg. anerkannte Psychotherapeutin

Die Art und Weise, wie jemand die Welt wahrnimmt und an welche Gesetzmässigkeiten eine Person glaubt, beeinflusst massgeblich ihr Bild von sich selbst, von den Mitmenschen und der Umwelt. Den meisten sind diese automatisch ablaufenden Prozesse nicht bewusst. Dadurch können sich Verhaltensmuster entwickeln, die rational oft nicht nachvollziehbar sind und kaum durch blossen Willen abgelegt werden können.

Um unsere Klientel in ihrem Veränderungsprozess unterstützen zu können, ist es hilfreich, eine neutrale Aussenposition einnehmen zu können. Da jedoch auch wir unseren subjektiv gefärbten Wahrnehmungen unterliegen, ist es notwendig, auch unsere Prägungen und unser Verständnis der Welt besser kennenzulernen.

In diesem Seminar betrachten wir Erklärungen zur Entstehung und Einflussnahme der Wahrnehmung und des Selbstbildes. Wir untersuchen und schulen unsere eigene Selbstwahrnehmung, damit wir unsere Klientel später adäquat unterstützen können. Innerhalb der angeleiteten Selbsterfahrung werden unterschiedliche Ansätze zur Förderung der (Selbst-)Wahrnehmung und zur Veränderung des Selbstbildes geübt. Diese können für die beraterische und therapeutische Arbeit mit Klientinnen adaptiert angewandt werden.

Das Seminar ist im Lehrgang Ernährungs-Psychologische Beratung IKP integriert und wird im ersten Ausbildungsjahr absolviert. Da es nicht explizit auf Ernährungsthemen ausgerichtet ist, eignet es sich auch für Studierende anderer Lehrgänge und Interessierte. Auch für diese Studierenden wird empfohlen, das Seminar im ersten Ausbildungsjahr zu besuchen.

Für das Selbststudium wird ein umfassendes Skript abgegeben, welches die theoretischen Grundlagen der Wahrnehmungspsychologie enthält. Im Seminar selbst wird der direkte Kontakt genutzt, um die eigenen praktischen Kompetenzen aufzubauen und zu erweitern.

Semindauer: 18 Std. (16 Std. Unterricht und 2 Std. Selbststudium)

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
016-1	Fr/Sa, 26.–27. Januar 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
016-2	Fr/Sa, 30.–31. August 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-016-1



600-016-2



Atemtherapeutische und körperzentrierte Interventionen in der Trauer

Die Gestaltung von Abschied, Verlust und Neubeginn

Seminarleitung: Rosmarie Zimmerli, Beraterin im psychosozialen Bereich mit eidg. Diplom

Verlust, Abschied und Trauer begegnen uns täglich. Einschneidende Veränderungen können uns den Atem verschlagen, wir werden atemlos und auch sprachlos. Der Umgang mit Abschied, Verlust, Trauer und Neubeginn ist für den (atem-)therapeutischen Prozess von zentraler Bedeutung. Das Seminar bietet ein Übungsfeld an, in einem geschützten Rahmen mit verschiedenen Methoden den heilsamen Umgang mit Veränderungssituationen und Trauer kennen zu lernen, um mit frischer Energie einen Neubeginn zu gestalten.

Das Seminar spricht alle in der Praxis stehenden Beraterinnen und Therapeutinnen aus allen Bereichen, die am IKP gelehrt werden, an. Die Arbeit ist aber auch für den eigenen persönlichen Prozess empfehlenswert.

Praxis-Vertiefungstag (P): Dieser Tag dient nach obigem Seminar zur Repetition und Vertiefung des Gelernten. Der Besuch des Seminars muss vorgängig erfolgt sein.

Anmerkung: Beide Teile (Seminar wie auch Praxis-Vertiefungstag) sind als Weiterbildung für Atemtherapeutinnen und Praktizierende geeignet. Sie sind einzeln buchbar.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
017	Fr/Sa, 14.–15. Juni 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Bern	Fr. 590.–
017-P	Fr, 15. November 2024	09.15 bis 18.15 Uhr	Zürich	Fr. 210.–





Beratungskompetenz als Grundlage für erfolgreiche Selbstständigkeit

Seminarleitung: Gabriela Rüttimann, lic. phil. I, und Dr. phil. Christina Casanova.
Beide eidg. anerkannte Psychotherapeutinnen

Dieses zweiteilige Seminar **vertieft die Kernkompetenzen** angehender Beraterinnen und gibt Inputs für eine **erfolgreiche selbstständige Tätigkeit**, z. B. in einer eigenen Praxis.

1. Tag: Zur **Beratungskompetenz** gehören Selbstkompetenz, Sozialkompetenz, Fachkompetenz und Methodenkompetenz. Nebst dem fokussiert der 1. Tag auf die von vielen Studierenden angestrebte (Teilzeit-) Selbstständigkeit. Sie erhalten eine kurze **Checkliste** und Tipps aus der Praxis rund um Planung, Administration, Rechtliches, Ethisches und Marketing inkl. Kundenakquisition sowie Erfolgsmotivation.

Am 2. Seminartag wird die während der gesamten Ausbildungszeit erworbenen Beratungskompetenz noch einmal konzentriert aufgegriffen und geübt. Wichtige Themen sind dabei die Beziehungs- und Prozessarbeit, psychologische Fähigkeiten und Richtlinien und die **eigene individuelle Beraterinnen Identität** – immer ausgehend vom ganzheitlichen Ansatz des IKP.

Der Besuch des Pflichtseminars für angehende Körperzentrierte Psychologische Beraterinnen IKP und für Paar- und Familienberaterinnen IKP empfiehlt sich nach dem 1. Ausbildungsjahr oder bei Aufnahme der selbstständigen Tätigkeit.

Anmerkung: Wer bereits eine Praxis betreibt, braucht dieses Seminar nicht zu besuchen und absolviert stattdessen ein anderes nach Wahl. Der Erlass muss zwingend vorgängig mit dem IKP-Sekretariat abgeklärt werden.

Follow-up via ZOOM

Mit zeitlicher Distanz zu diesem Seminar findet ein 2-stündiges virtuelles Folgetreffen (Follow-up) via Zoom statt, mit dem Ziel, Erfahrungen zu besprechen und nachträgliche Fragestellungen zu beantworten. Zoom Follow-up Datum: 16.02. und 22.11.2024 von 17.00 bis 19.00 Uhr.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
019-1	Fr/Sa, 26.–27. Januar 2024	09.15 bis 19.30/17.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
019-2	Fr/Sa, 25.–26. Oktober 2024	09.15 bis 19.30/17.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-019-1



600-019-2



Intuitive Imagination

Seminarleitung: Evelyne Kamer Rietiker, dipl. Psychologin FH,
eidg. anerkannte Psychotherapeutin

Imagination stammt vom lat. „imago“ (Bild) und ist ein Synonym für Einbildungskraft und Phantasie. Es ist die psychische Fähigkeit, mittels visueller Vorstellung, Bilder im Geiste zu entwickeln.

Das Imaginieren als Tool in der Beratung/Psychotherapie birgt ein grosses Potenzial. Es ermöglicht, sich als Ganzes (Körper, Geist und Seele) zu erleben. Erinnerungen und die damit verbundenen Empfindungen können als Kontext erfahren werden und nicht als etwas Statisches. Damit sind sie auch veränderbar. Im therapeutischen Trance-Zustand ist die Lernbereitschaft erhöht, und weil die Imagination immer eine Verknüpfung von Gedanken und Empfindungen ist, lässt sich Neuerlebtes und -erlerntes besonders gut verinnerlichen. Man kann sich ganz bewusst mit heilsamen Gefühlszuständen identifizieren und sich von Unheilhaftem distanzieren. Somit ist die Imagination für verschiedenste psychische Leiden wie auch in der Persönlichkeitsentwicklung einsetzbar.

In diesem Seminar üben wir intensiv die Intuitive Imagination. Anders als bei den gängigen imaginativen Verfahren arbeiten wir in diesem Seminar nicht mit vorgegebenen Bildern, sondern vertrauen darauf, dass das von uns begleitete Gegenüber – jederzeit von seiner Seele geführt – weiss, was gut für sie ist und darum natürlicherweise nach Bildern greift, welche die persönliche Entwicklung unterstützen.

Dieses Seminar richtet sich an Studierende im zweiten Weiterbildungsjahr mit gutem Zugang zur eigenen Intuition.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
022	Fr/Sa, 25.–26. Oktober 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-022



Die Kunst der Gesprächsführung I

Seminarleitung: Doris Grubenmann, lic. phil. I, und Emanuel Haselbach, lic. phil. I.
Beide eidg. anerkannte Psychotherapeuten

Die Kunst der Gesprächsführung basiert auf drei wesentlichen therapeutischen Grundhaltungen. Carl Rogers, der Begründer der Klientenzentrierten Gesprächspsychotherapie, nennt diese Echtheit (Kongruenz), bedingungslose Wertschätzung (Akzeptanz) und einfühlenes Verstehen (Empathie). In diesem Seminar erarbeiten Sie theoretisch und praktisch die hilfreichen Werkzeuge der Klientenzentrierten Gesprächspsychotherapie. Sie lernen:

- sich in die Welt der Klientin hinein zu versetzen,
- auf die Gefühlsebene der Klientin einzugehen,
- Wünsche, Bedürfnisse und Ziele zu verbalisieren,
- Dilemmata deutlich herauszuarbeiten,
- Befürchtungen und Ängste bewusst zu machen,
- stockende Gespräche wieder in Fluss zu bringen.

Bitte bringen Sie ein eigenes Aufnahmegerät (z. B. iPod, iPhone oder ein Smartphone aufgeladen oder mit Aufladegerät) mit.

Hinweise: Beachten Sie auch das Vertiefungsseminar Nr. 026 (Die Kunst der Gesprächsführung II). Das Seminar Nr. 025-6 vom 6.–7. Dezember ist auf Studierende in Ganzheitlich-Integrativer Atemtherapie ausgerichtet. Leitung: Doris Grubenmann und Bruno Schmalzried.

Follow-up via

Mit zeitlicher Distanz zu diesem Seminar findet ein 2-stündiges virtuelles Folgetreffen (Follow-up) via Zoom statt, mit dem Ziel, Erfahrungen zu besprechen und nachträgliche Fragestellungen zu beantworten.

Zoom Follow-up Datum: 07.03./28.03./11.07./26.09./29.08.2024 und 02.01.2025 von 18.00 bis 20.00 Uhr.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
025-1	Fr/Sa, 2.–3. Februar 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–
025-2	Fr/Sa, 23.–24. Februar 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–
025-3	Fr/Sa, 31. Mai –1. Juni 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–
025-5	Fr/Sa, 5.–6. Juli 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–
025-4	Fr/Sa, 23.–24. August 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–
025-6	Fr/Sa, 6.–7. Dezember 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.– Atem



600-025-1



600-025-2



600-025-3



600-025-5



600-025-4



600-025-6



Die Kunst der Gesprächsführung II

Seminarleitung: Doris Grubenmann, lic. phil. I, und Emanuel Haselbach, lic. phil. I
Beide eidg. anerkannte Psychotherapeuten

Aufbauend auf den Grundlagen der Klientenzentrierten Gesprächspsychotherapie nach Carl Rogers (siehe Seminar Nr. 025) werden Sie in die Idiolektische (eigensprachliche) Gesprächsführung nach David Jonas eingeführt.

Jeder Mensch verfügt über eine individuelle Sprache (Eigensprache), die über die lexikalische Bedeutung des Gesprochenen weit hinaus geht. Darin widerspiegelt sich auch seine Psychodynamik.

Im therapeutischen Setting kann die Eigensprache zur Lösungsfindung genutzt werden: Gelingt es uns, in die Eigensprache der Klientin einzusteigen, eröffnet sich uns ihre Psychodynamik, und ein Lösungsfindungsprozess wird in der Klientin in Gang gesetzt.

Sie lernen:

- in die Eigensprache der Klientin einzusteigen,
- Schlüsselwörter zu erkennen und therapeutisch zu nutzen,
- auf die bildhafte Ebene der Eigensprache als Ressource einzugehen,
- der Klientin einen Zugang zu ihrer inneren Weisheit zu eröffnen.

Bitte bringen Sie ein eigenes Aufnahmegerät (z. B. iPod, iPhone oder ein Smartphone aufgeladen oder mit Aufladegerät) mit.

Voraussetzung: Kenntnisse aus Seminar Nr. 025 oder gleichwertige Erfahrungen.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
026-1	Fr/Sa, 1.–2. März 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–
026-2	Fr/Sa, 15.–16. November 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–



600-026-1



600-026-2



Provozieren – aber richtig!

Seminarleitung: Doris Grubenmann, lic. phil. I, und Emanuel Haselbach, lic. phil. I
Beide eidg. anerkannte Psychotherapeuten

Effizient provozieren, mit einem Augenzwinkern und Respekt, immer auf der Seite der Klientin: Wir locken die Ressourcen unserer Klientin auf allen Seinsdimensionen mit gezielten Provokationen hervor (provocare = hervorrufen).

Damit dies gelingt, stützen wir uns auf die humanistisch-therapeutischen Grundhaltungen der Klientenzentrierten Gesprächspsychotherapie.

Provozieren, aber richtig, erweitert unser therapeutisches Verhaltensrepertoire: Neben dem Verbalisieren emotionaler Erlebnisinhalte (Spiegeln) und dem produktiven Nachfragen nach idiolektischen Schlüsselwörtern, steht uns mit dem lust- und humorvollen Provozieren ein weiteres äusserst wertvolles Werkzeug zur Verfügung. Unsere Gesprächsführung wird sowohl enorm belebt als auch durch den einflussenden Humor auf eine neue Ebene gehoben.

Sie lernen:

- in das Weltbild der Klientin einzusteigen und dieses auf liebevolle Weise zu karikieren,
- als Advocatus Diaboli die negativen Gedanken der Klientin auszusprechen,
- die Wachstumshindernisse auf lustvolle Weise zu überzeichnen,
- die eingeschliffenen (inadäquaten) Muster der Klientin ins Wanken zu bringen.

Für dieses Seminar werden Kenntnisse der Klientenzentrierten Gesprächsführung vorausgesetzt.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
027	Fr/Sa, 4.–5. Oktober 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–



600-027



Virtuelle Beratung

Seminarleitung: Dr. phil. **Christina Casanova**,
eidg. anerkannte Psychotherapeutin



Die Digitalisierung durchdringt sämtliche Arbeits- und Lebenswelten. Insbesondere ermöglicht sie die Kommunikation über grosse Distanzen hinweg und mit zeitlicher Flexibilität. Gleichzeitig sind Menschen zunehmend komplexen, schnelllebigen und unkalkulierbaren Rahmenbedingungen ausgesetzt, innerhalb derer sie Entscheidungen treffen und damit auf sich selbst gestellt sind.

Genau bei solchen Entscheidungsprozessen wäre ein virtuelles Coaching oder eine Beratung hilfreich. Es bietet für die besonderen Anforderungen eines Lebens und Arbeitens in einer digitalisierten Arbeits- und Lebenswelt wichtige und akzeptierte Unterstützungsmöglichkeiten.

Die Grundidee des virtuellen Coachings ist einfach: Die Interaktion zwischen Beraterin und Klientin findet virtuell statt. Beide begegnen sich nicht mehr unmittelbar von Angesicht zu Angesicht, sondern vermittelt durch technische Medien.

Im Webinar üben wir das Handwerk der Internet-Online-Beratung im Hinblick auf dessen spezifische Kommunikationsformen, verbunden mit praktischen Übungen.

Hinweis:

Für die Teilnahme an diesem Seminar via Zoom benötigen Sie ein Notebook, einen PC oder ein Tablet mit Kamera, Mikrofon und Lautsprecher.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
029	Wird 2025 wieder angeboten.	09.15 bis 19.30 Uhr	online	Fr. 320.–



Aufstellen, Hinschauen, Lösungen erkennen – Arbeit mit dem Figurenbrett

Seminarleitung: **Marcela Marek** und **Romana Hartmann**, MA, MSc, eidg. anerkannte Psychotherapeutin

"Ich wollte nie so werden wie meine Mutter."

Dieser ziemlich banale Satz bestätigt sich oft ins Gegenteil:

"Ich bin genauso geworden wie meine Mutter."

Die Herkunftsfamilie ist ein System, aus dem man sich nicht ausklinken kann. Jede Familie bildet seit Generationen ein solches System, in dem bestimmte Ordnungen herrschen. Kinder werden in diese Ordnung hineingeboren, sie sind ein Teil davon, und die Ordnung ist ein Teil von ihnen. Ein Ungleichgewicht darin macht die Kinder für die mitschwingenden Energien besonders empfänglich.

Wenn Grundbedürfnisse oder zentrale, aufbauende Elemente in der Herkunftsfamilie nicht beachtet werden, wie z. B. Bindung, Zugehörigkeit, Fürsorge, Ausgleich, Ordnung, Rangordnung, Vollständigkeit und Ehre der Eltern, führt dies zu Blockierungen und Störungen in der Herkunftsfamilie und in weiteren Beziehungen, vor allem in der Partnerschaft und in der Beziehung zu den eigenen Kindern.

Die therapeutische Methode der Arbeit mit dem Figurenbrett basiert auf den Erkenntnissen aus Familienaufstellungen nach gestalttherapeutischen und systemischen Grundsätzen. Die Anordnung der Familienmitglieder als Figuren gewährt uns einen Einblick in die Beziehungsstrukturen. Durch z. B. die Umstellung der Figuren zeigen sich Blockierungen, Verstrickungen und Störungen, aber auch Lösungen. Gerade wenn ein Prozess stagniert oder dasselbe Thema sich immer wieder zeigt, ist eine Bretttaufstellung sehr hilfreich.

Bei der Aufstellung suchen wir nach unterstützenden, guten, heilenden Kräften in der Familie, die uns helfen können, konstruktive Lösungen zu finden und auf diese Weise zu einer Aussöhnung mit anderen und sich selbst zu kommen.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
031	Sa, 27. April 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 320.–



600-031



Traum und Bewusstsein

Seminarleitung: Antonio Bettinaglio, MA, MSc, eidg. anerkannter Psychotherapeut

In den vergangenen Jahrhunderten befassten sich Dichter und Psychologen mit Träumen, Herrscher beschäftigten eigene Traumdeuter, und antike Religionen sahen in den Träumen gar Botschaften der Götter. Nachdem der Traum für einige Zeit eher ein stiefmütterliches Dasein fristen musste, ist man heute in Fachkreisen wieder davon überzeugt, dass die Träume wertvolle Inhalte der menschlichen Psyche zutage fördern.

Träume sind tägliche Erfahrungen des Individuums und somit real. Neueste neuropsychologische Erkenntnisse bestätigen den Wert des Traums als wichtiges geistiges Geschehen, das als Instrument in der psychotherapeutischen Arbeit eingesetzt werden kann. Ist der Umgang mit Träumen erst einmal erlernt, können diese dem Einzelnen als Orientierungshilfe dienen.

Dieses Seminar wird einen theoretischen Überblick – von Freuds Traumdeutung bis zur modernen Neurowissenschaft – vermitteln und diverse praktische Anwendungsgebiete im Detail behandeln. Der humanistische und der körperzentrierte Ansatz werden im Mittelpunkt stehen, und Sie werden lernen, wie Sie Ihr Traumleben bereichern und sich besser daran erinnern können.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
034	Fr/Sa, 5.–6. April 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-034



Ego States – Die Arbeit mit Persönlichkeitsanteilen in Therapie und Beratung

Seminarleitung: Dr. med. **Erwin Lichtenegger**, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie FMH

Die Arbeit mit Persönlichkeitsanteilen oder Ego States erfreut sich zunehmender Beliebtheit und eignet sich für ein breites Spektrum von Themen. Sie regt Entwicklungsprozesse an und fördert einen lebendigen, kreativen und befriedigenden Prozess in Therapie und Beratung. Dabei sind die Stärkung von Selbstregulation und eine ressourcenorientierte Sichtweise zentral. Die Teilarbeit hilft, die Dynamik der Anteile im inneren System wie auch äussere Beziehungen zu verstehen und zu bearbeiten.

Im Seminar wird das Modell mit Grundverständnis, Haltung und Anwendungsindikationen aufgezeigt. Es wird vermittelt, wie ausgewählte Teile-Techniken auf Klientinnen optimal abgestimmt und in der Intensität des Erlebens dosiert werden können. So können für einen positiven Verlauf wichtige individuelle Faktoren wie etwa persönliche Ressourcen oder die Persönlichkeitsstruktur berücksichtigt werden. Demonstrationen und Kleingruppenarbeit ergänzen die Theorievermittlung.

Hinweis zum Dozenten Dr. med. Erwin Lichtenegger:

Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie sowie Traumatherapeut DeGPT. Tätig als Supervisor, Dozent und Psychotherapeut in Winterthur. Leitet mit Dr. med. Jan Gysi das Curriculum Psychotraumatheorie/ Psychotraumatheorie am IKP.

Seminardauer: 18 Std. (16 Std. Unterricht und 2 Std. Selbststudium)

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
035	Fr/Sa, 1.–2. November 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-035



IKP-Grundlagen: Körperzentrierte Psychotherapie IKP und Psychologische Beratung IKP

Theoretische Ansätze und Anwendung in der Praxis

Seminarleitung: Lea Kreienbühl, lic. phil. I, eidg. anerkannte Psychotherapeutin

Dieses Seminar vermittelt den wachstumsorientierten und persönlichkeitsentfaltenden theoretischen Hintergrund der Humanistischen Psychologie, besonders der Körperzentrierten Psychotherapie IKP. Im Zentrum steht das Schaffen der Verbindung zwischen Theorie und Praxis. Dabei wird auf lebendiges und praxisorientiertes Lernen besonderen Wert gelegt.

In der Auseinandersetzung mit der Körperzentrierten Psychotherapie IKP liegt das Augenmerk auf dem anthropologischen Menschenverständnis, der Entstehung von psychischen Störungen, Interventionsstrategien, der therapeutischen Grundhaltung sowie der therapeutischen Beziehung.

Durch dieses Seminar erhalten Sie einen Zugang zum körperzentrierten Ansatz in der Psychotherapie und Beratung. Dieses ist im Lehrgang Ernährungs-Psychologische Beratung IKP integriert. Es ist auch für Studierende geeignet, welche die Grundlagen der Körperzentrierten Psychotherapie IKP praxisorientiert vertiefen möchten.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
038-1-1	Fr/Sa, 1.–2. März 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
038-1-2	Fr/Sa, 4.–5. Oktober 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-038-1-1



600-038-1-2



IKP-Grundlagen: Philosophie, Psychologie, Wissenschaft

Seminarleitung: Evelyne Kamer Rietiker, dipl. Psychologin FH, eidg. anerkannte Psychotherapeutin

Wie entsteht eine psychotherapeutische Methode?

Sie beginnt mit dem Anspruch, den Menschen als Ganzes verstehen und seine Entwicklung im Leben unterstützen zu wollen. Das Bedürfnis, sich selbst und andere verstehen zu wollen, bedingt wichtige Fragen, wie: Wer bin ich, wer bist du? Gibt es ein Ich? Was macht den Menschen zu dem, der er ist? Sind Körper, Geist und Seele eine Einheit, oder nicht? Was ergibt Sinn im Leben? Was löst die Endlichkeit des Lebens beim Individuum aus? Gibt es Schicksal, Gott oder etwas Ähnliches? Wie kann die Entwicklung der Persönlichkeit unterstützt werden? Was sind Möglichkeiten und Grenzen des Menschen? Gibt es eine Wahrheit?

In der Beratung/Therapie bedingen jegliche psychische Leiden die Auseinandersetzung mit solch philosophischen und psychologischen Fragen.

Welches sind nun konkret die Auswirkungen auf die theoretischen Grundlagen der Körperzentrierten Psychotherapie IKP? In diesem Seminar gehen wir den philosophischen, psychologischen und wissenschaftlichen Einflüssen auf die Körperzentrierte Psychotherapie IKP nach.

Dieses Seminar ist ein Grundlagenseminar für viele Studierenden am IKP. Es bietet den Zugang und das Verständnis für die Wurzeln der Körperzentrierten Psychotherapie IKP.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
038-2-1	Fr/Sa, 12.–13. Januar 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
038-2-2	Fr/Sa, 23.–24. Februar 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-038-2-1



600-038-2-2



Sexuelles Wohlbefinden

Seminarleitung: Ananda Eliya Shaked, lic. phil. I, eidg. anerkannte Psychotherapeutin

In unserer aufgeklärten und offenen Gesellschaft sollten alle Menschen ihre Sexualität so leben können, wie sie es möchte. Sexualität ist jedoch vom Leistungsdruck und Optimierungswahn erfasst worden, und wir bleiben vor sexuellem Frust nicht verschont. Das weitverbreitete Phänomen der sexuellen Unlust wird besprochen, und wir suchen Wege hin zu sexuellem Wohlbefinden und mehr Lust.

Wir setzen uns dabei sowohl mit Aspekten von Solosexualität als auch mit Paardynamiken auseinander.

Anhand von Achtsamkeitsübungen, Bewegung und Selbstreflexion werden wir uns mit unserem eigenen sexuellen Wohlbefinden beschäftigen, um zu spüren, wo wir selbst mit dem Thema stehen. Gleichzeitig erhalten wir so eine Vorstellung davon, wie wir unsere Patientinnen und Klientinnen auf ihrem Weg begleiten können. Es werden psychoedukative Hilfsmittel, sexualtherapeutische als auch ganzheitliche Techniken vorgestellt. Ziel ist es, freier und unbefangener mit sexuellen Themen umgehen und unsere Klientel sicherer und selbstverständlicher unterstützen zu können.

Hinweis:

- Der Fokus wird schwerpunktmässig auf die weibliche Sexualität gelegt.
- Bereitschaft, sich nicht nur theoretisch, sondern auch persönlich mit der Thematik auseinander zu setzen, wird vorausgesetzt.
- Das Seminar richtet sich an Studierende ab dem 2. Aus-/Weiterbildungsjahr und/oder mit Selbsterfahrung (eigene Lehrtherapie).
- Am ersten Seminartag bitte abends Zeit einplanen für eine Übung zu Hause.

Seminardauer: 18 Std. (16 Std. Unterricht und 2 Std. Selbststudium)

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
046	Do/Fr, 20.–21. Juni 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-046



Grundlagen der Gestalttherapie (Basis)

Seminarleitung 47-2/-3/-4: Beatrix Wimmer, Mag. phil., anerkannte Psychotherapeutin ÖVG

Seminarleitung 47-1/-5/-6: Antonio Bettinaglio, MA, MSc, eidg. anerkannter Psychotherapeut

Die Gestalttherapie gehört als wesentlicher Zweig zur Grundströmung humanistischer Psychotherapie. Ihre grundlegenden Anliegen fanden Eingang in die modernen Psychotherapieverfahren wie Körpertherapie und Systemtherapie. Ihre Wirkweisen werden durch die moderne Hirnforschung belegt. Auf der Basis einer Einführung in die gestaltpsychologischen und -philosophischen Grundlagen erfolgt eine praxisnahe Umsetzung: Die Teilnehmerinnen erhalten eine Einführung in den therapeutischen Prozess und lernen gleichzeitig die Diagnostik und das Interventionsinventar der Gestalttherapie kennen und auch praktisch anzuwenden.

Als Basisansatz der Körperzentrierten Therapie und Beratung gehört das hochwirksame Verfahren zum Grundrüstzeug von Therapeutinnen und Beraterinnen.

Hinweis: Im Anschluss an dieses Seminar empfiehlt sich als Vertiefung das Seminar Nr. 048 "Gestalttherapeutisches Arbeiten".

Seminardauer: 18 Std. (16 Std. Unterricht und 2 Std. Selbststudium)

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
047-2	Fr/Sa, 15.–16. März 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.– BW
047-6	Fr/Sa, 22.–23. März 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.– AB
047-3	Fr/Sa, 19.–20. April 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.– BW
047-1	Fr/Sa, 31. Mai – 1. Juni 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.– AB
047-4	Fr/Sa, 31. Mai – 1. Juni 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.– BW
047-5	Fr/Sa, 6. –7. Dezember 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.– AB



600-047-2



600-047-6



600-047-3



600-047-1



600-047-4



600-047-5



Gestalttherapeutisches Arbeiten (Vertiefung)

Seminarleitung: Antonio Bettinaglio, MA, MSc, eidg. anerkannter Psychotherapeut

Aufbauend auf das Grundlagenseminar (Nr. 047) wird in diesem Seminar gezeigt, wie mit Klientinnen klassisch gestalttherapeutisch gearbeitet werden kann. So erleben Sie die therapeutische Grundhaltung, das Hier-und-jetzt-Prinzip sowie die Methode „Leerer und heisser Stuhl“, das Rollenspiel, Umgang mit Widerstand etc. Es wird auch das gestaltpsychologische Konzept der Homöostase diskutiert und mit dem Stand des heutigen Wissens beurteilt. Auf dem Hintergrund der Gestalt-Abwehrmechanismen werden Therapieziele und -strategien diskutiert und trainiert.

Dieses Seminar eignet sich für alle, die ihr gestalttherapeutisches Wissen nun in die Praxis umsetzen möchten.

Voraussetzung: Vor Besuch dieses Seminars ist das Grundlagenseminar Nr. 047 zu absolvieren.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
048	Fr/Sa, 22.–23. November 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-048



Gestalttherapie Live-Arbeit – die Kunst der Wahrnehmung

Seminarleitung: Beatrix Wimmer, Mag. phil., anerkannte Psychotherapeutin ÖVG

Folgend den drei „E's“ der Gestalttherapie – sie ist experimentell, existentiell und erlebnisorientiert – werden Interventionen und Techniken der Gestalttherapie vorgestellt und ausprobiert. Der Schwerpunkt liegt auf der Orientierung am Prozess und der Integration in das therapeutische Geschehen.

Die Teilnehmerinnen sind eingeladen, eigene Themen einzubringen oder Supervisionsfälle darzustellen. Die Arbeit erfolgt sowohl im Plenum als auch in Kleingruppen.

Um die Vielfältigkeit der Gestalttherapie erlebbar zu machen und den Zugang zu eigenen kreativen Ressourcen kennenzulernen oder zu erweitern, kommen Experimente, gestalttherapeutische Rollenspiele, Traum-Arbeit und ggf. auch kreative Medien zum Einsatz.

Der Schwerpunkt des Seminars liegt auf der Live-Arbeit sowohl in der Einzelarbeit mit der Seminarleiterin innerhalb der Gruppe als auch mit den Kolleginnen im Kleingruppen-Setting.

So kann im geschützten Rahmen der Gruppe Neues ausprobiert und entwickelt werden.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
049	Do, 30. Mai 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 320.–



600-049



Resilienz und andere Ressourcen aktivieren

Seminarleitung: Dr. phil. hum. **Alfred Künzler**, eidg. anerkannter Psychotherapeut

„Da eine ressourcenbezogene Arbeit die therapeutische Wirkung merklich steigert, sollte moderne Psychotherapie ressourcenorientiert sein...“ Prof. Ch. Flückiger

Resilienz, Ressourcen, Positive Psychologie und Recovery sind in Therapie und Beratung vielbeachtete Themen geworden. Sie stehen für die salutogenetische Sichtweise, also für die Frage: „Was hält uns gesund oder hilft uns, wieder zu gesunden?“, und für Empowerment oder Selbstkompetenz, also die Frage: „Wie halte *ich* mich gesund, oder was kann *ich* dazu beitragen, wieder zu gesunden oder trotz bzw. mit Krankheit möglichst gut zu leben?“

Resilienz oder psychische Widerstandskraft meint die Fähigkeit, Schwierigkeiten und Krisen im Lebensverlauf zu meistern und vielleicht sogar daran zu wachsen. Resilienz ist damit eine wichtige Ressource, die Klientinnen in die beraterische und therapeutische Arbeit einbringen – falls wir es zulassen. Und Resilienz kann auch gefördert werden – wenn wir wissen wie.

Hier zeigt sich eine Verbindung zur Positiven Psychologie: Entsprechend stellt das Seminar 061 «Positive Psychologie: Wie Menschen aufblühen – Wohlbefinden steigern» bezüglich Inhalt wie Form eine gute Ergänzung zu diesem Seminar dar.

Inhalte dieses Seminars sind:

- Grundlagen: Was ist Resilienz, was sind Ressourcen,
- vorhandene Ressourcen finden und nutzen,
- Veränderungsmöglichkeiten: neue Ressourcen aufbauen,
- ressourcenorientierte Gesprächsführung,
- Selbstakzeptanz.

Im Seminar wird die eigene Resilienz der Teilnehmerinnen erkundet und gefördert. Grundlagen zu Resilienz, Salutogenese und Ressourcenaktivierung werden erarbeitet. Teilnehmende lernen die Grundlagen und praktische Übungen kennen, um die Resilienz und andere Ressourcen ihrer Klientinnen aufzubauen.

Follow-up via zoom

Mit zeitlicher Distanz zu diesem Seminar findet ein 2-stündiges virtuelles Folgetreffen (Follow-up) via Zoom statt, mit dem Ziel, Erfahrungen zu besprechen und nachträgliche Fragestellungen zu beantworten. Zoom Follow-up Datum: 20.06.2023, 16.00 bis 18.00 Uhr.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
050	Fr/Sa, 7.–8. Juni 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Bern	Fr. 590.–



600-050



Systemisches Stellen

Von den Ursprüngen bis hin zum ganzheitlichen Modell des Stellens der Lebensdimensionen (mit besonderer Berücksichtigung der Körperdimension)

Seminarleitung: Antonio Bettinaglio, MA, MSc, eidg. anerkannter Psychotherapeut

"Das habe ich schon bearbeitet". "Warum ist das immer noch da?" Solchen Sätzen begegnen wir im Kontakt mit Klientinnen immer wieder. Dahinter stecken oft Erwartungen, dass allein die Einsicht tiefisitzende, biographisch erlernte Muster, destruktive Lebenseinstellungen und schicksalhafte Verstrickungen aufzulösen vermag.

Zu oft konzentrieren wir uns im Therapieprozess allein auf den Symptomträger (Indexpatientinnen) oder auf die additive Anwendung einzelner Techniken. Dabei übersehen wir leicht den ganzheitlich-systemischen Zusammenhang der Entstehung von Leid und Symptomen.

Streben wir nachhaltige Veränderungsprozesse an, brauchen wir einen ganzheitlich-systemischen Zugang, sowohl auf der Symptomebene als auch im Lösungsprozess. Dieser Prozess kann durchaus auf der Verhaltensebene beginnen, doch ohne Einbezug ganzheitlich-systemischer Methoden übersehen wir die Konsequenzen auf tiefer und höher gelegenen Systemebenen (Kontext, Körper, Einstellungen, Partnerschaft, Gemeinschaft).

Solche Methoden zur Diagnose und Bearbeitung biographischer und transgenerativer Muster gehen auf feldtheoretische Annahmen von Kurt Lewin (1890 - 1947) und gestalttheoretische Grundlagen (Perls 1989; Petzold 1983; Maurer 1999) zurück. Die Gruppen-, Familien- und Systemtherapie nahmen diese Konzepte in ihr Methodenrepertoire auf. Die konkrete Umsetzung in Gruppen geschah als Psychodrama (Jakob Moreno 2001) und als Gestalttherapie von Fritz Perls (1893 - 1970) und wurde durch Hellingers "Familienstellen" populär. Klaus Grawe hat die Vorgehensweise der Aufstellungsarbeit unter den Begriff "Prozessuale Aktivierung" gefasst.

Bearbeitet man biographische oder transgenerationale Themen (und seelische "Erbschaften" aus den Herkunftsfamilien) mit einem ganzheitlich-systemischen Ansatz, eröffnen sich persönlich wertvolle Wachstumsperspektiven, und es erweitert unsere professionelle Kompetenz. Ziel dieses Seminars ist die Vermittlung von Methoden zur Diagnostik und Intervention.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
051-1-1	Fr/Sa, 26.–27. April 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
051-1-2	Fr/Sa, 1.–2. November 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-051-1-1



600-051-1-2



Keine Angst vor Angststörungen – Verbesserung durch praktikable Techniken

Seminarleitung: Romana Hartmann, MA, MSc, eidg. anerkannte Psychotherapeutin

In der therapeutischen Praxis sind Angstpatientinnen recht häufig zu finden. Die Ängste können als einzelnes Problem auftreten oder als Symptom einer dahinter stehenden psychischen Entwicklung oder gar Erkrankung.

In diesem Seminar werden wir dem eigenen Angstanteil nachgehen und den Umgang mit den eigenen Ängsten erarbeiten. Unter Berücksichtigung des Würfelmodells kommen Techniken wie Regression, Gestaltarbeit oder kreative Mittel zum Einsatz, aber auch Entspannungs- und Atemübungen werden vorgestellt.

Im theoretischen Teil wenden wir uns der Physiologie und Entstehungsweise der Angst zu. Wirksame und insbesondere praktikable Techniken für die beraterische Praxis werden eingeführt und geübt. Es wird gezeigt, wie durch eine „zweigleisig“ geführte Angsttherapie eine rasche Besserung und dauerhafte Veränderung erzielt werden kann.

Hinweis: Dieses Seminar ist für Studierende im 2. Aus-/Weiterbildungsjahr und für ausgebildete Beraterinnen geeignet.

Semindauer: 18 Std. (16 Std. Unterricht und 2 Std. Selbststudium)

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
052	Fr/Sa, 4.–5. Oktober 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-052



Bindung und Trennung: zulassen – loslassen

Verlust und Gewinn: abgrenzen – sich öffnen

Seminarleitung: Antonio Bettinaglio, MA, MSc, eidg. anerkannter Psychotherapeut

Die Unfähigkeit, sich abzugrenzen und letztlich auch loslassen zu können, gehört zu einer der schmerzlichsten Erfahrungen. Entsprechende therapeutische Kompetenz gehört zum unerlässlichen Repertoire jeder therapeutisch tätigen Fachperson. Auf verschiedenen Ebenen begegnet uns diese Thematik in Praxis und Alltag:

Beim Beginn der therapeutischen Arbeit in Form von Ängsten, sich einzulassen, beim der Klientin in Form von ungeklärten Abbrüchen nach dem Motto „Ich mach mal eine Therapiepause ...“ bis zur Begleitung von Menschen, welche ein Trauma oder einen Verlust durch Tod erlitten haben (Trauerarbeit).

In diesem Seminar erleben Sie mittels Gesprächen, eigenen Erfahrungen und Übungen, wie Prozesse von Bindung, Trennung und Verlust verbessert werden können.

Die Theorie wird die üblichen Phasen eines Trennungsprozesses verdeutlichen und die Einflussmöglichkeiten für Beratung und Therapie aufzeigen. Da auch jede Beratungs- und Therapiesituation eine Phase des Abschlusses und der Trennung enthält, ist „Trennungskompetenz“ ein Muss für psychologisch Beratende und therapeutisch Tätige.

Hinweis: Dieses Seminar richtet sich an Studierende im 2. Aus-/Weiterbildungsjahr oder solche mit psychotherapeutischer Selbsterfahrung.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
054	Fr/Sa, 28.–29. Juni 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-054



Spiritualität

Seminarleitung: Evelyne Kamer Rietiker, dipl. Psychologin FH,
eidg. anerkannte Psychotherapeutin

Die Betonung der spirituell-sinnstiftenden Dimension des Menschen ist bekannt für die Körperzentrierte Psychotherapie IKP und stellt zugleich eine Ausnahme im Vergleich zu den meisten therapeutischen Schulen dar.

Spiritualität kommt vom lat. „spiritus“ oder „spiro“, welches soviel wie Geist, Atem, Hauch, bedeutet und eng assoziiert mit Luft, Wind und Atem ist. Es bedeutet im weitesten Sinne Geistigkeit. Mit dem Begriff Spiritualität wird eine nach Sinn- und Bedeutung suchende Lebenseinstellung bezeichnet, welche dem Menschen hilft, sich seines Ursprungs bewusst zu werden und sich als Teil eines grossen Ganzen zu erleben. Spiritualität ist nicht an Religion gebunden und hat direkte Auswirkungen auf das persönliche Leben und die ethischen Vorstellungen eines Menschen. Diverse Studien haben einen positiven Einfluss von spiritueller Überzeugung auf die Genesung und Resilienz der psychischen Gesundheit gezeigt.

Spirituelle Themen zeigen sich in der Therapie/Beratung manchmal ganz konkret, unterschwellig sind sie jedoch bei allen Schwierigkeiten und psychischen Erkrankungen zu finden. Wie geht man in der Therapie/Beratung mit existenziellen Fragen um? Welche Interventionsmethoden fördern die spirituelle Beziehung zu sich selbst? Wie wirkt sich die eigene spirituelle Haltung als Therapeutin bzw. Beraterin im therapeutischen Setting aus?

In diesem Seminar haben Sie die Möglichkeit, ihre eigene Spiritualität in Bezug auf die therapeutische Haltung zu reflektieren. Sie lernen die Geschichte der Spiritualität in der Psychotherapie kennen und Möglichkeiten, Klientinnen bei ihrer spirituellen Auseinandersetzung mit ihrem persönlichen Sein in der Welt zu begleiten.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
059	Fr, 22. November 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 320.–



600-059



Nähe und Distanz als zentrale Beziehungsaspekte im Beratungs- und Psychotherapeutischen Prozess

Seminarleitung: Beatrix Wimmer, Mag. phil., anerkannte Psychotherapeutin ÖVG

In diesem Seminar erforschen wir unsere aktuellen Nähe- und Distanz-Muster und setzen uns mit unserem persönlichen Raum und dessen Grenzen auseinander.

Neben diesen Selbsterfahrungselementen werden diagnostische Techniken auf verbaler und nonverbaler Ebene vermittelt, um in Beratung und Therapie leichter Beziehungsmuster der Klientinnen eruieren und verstehen zu können. Denn entsprechend dem Verständnis des Nähe-Distanz-Verhaltens passen wir unsere Therapiestrategien und -techniken an.

Das Seminar folgt einem Wechsel aus Theorie und Praxis, Selbsterfahrung und Anwendung.

Einen guten Einstieg in dieses Seminar erhalten Sie mit dem vorgängigen Besuch des Seminars Nr. 088 "Die Familiengeschichte und ihre Prägungen". Denn bereits die frühe Kindheit prägt das Nähe-Distanz-Verhalten, das in verschiedensten Lebensbereichen (Beziehungen, Arbeit etc.) im Zentrum steht.

Hinweis: Das Seminar richtet sich vor allem an Studierende, die in der Aus-/Weiterbildung schon fortgeschritten sind (gegen Ende der Aus-/Weiterbildungsgruppe).

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
060	Fr/Sa, 27.–28. September 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-060



Positive Psychologie: Wie Menschen aufblühen – Wohlbefinden steigern

Seminarleitung: Dr. phil. hum. **Alfred Künzler**,
eidg. anerkannter Psychotherapeut



Sie möchten den ressourcen- und präventionsorientierten Zugang der Positiven Psychologie in Ihre Therapie-/Beratungs-/Coaching-Tätigkeit einbauen? Oder Sie verfolgen dies bereits und möchten ihn ausbauen und eine theoretische Basis dazubekommen?

Die Positive Psychologie ist ein relativ junges Feld, hat aber schon viele theoretische und empirische Grundlagen hervorgebracht. Sie ist die Wissenschaft vom gelingenden Leben und den Faktoren, die Individuen und Gemeinschaften aufblühen lassen. Sie untersucht positive Erfahrungen, Charakterzüge und Organisationen, die zu einer Optimierung der Lebensqualität der Menschen führen.

Wenn sich Menschen in einem positiven Gefühlszustand befinden, betrachten sie ein Problem in einem breiteren Kontext, reagieren kreativer und flexibler und finden eher Lösungen. Letztlich bauen sie mehr soziale, emotionale und intellektuelle Ressourcen auf, von denen sie auch unter widrigen Umständen profitieren. Hier ist die Verbindung zur Resilienz. Entsprechend stellt das Seminar Nr. 050 «Resilienz und andere Ressourcen aktivieren» bezüglich Inhalt wie Form eine gute Ergänzung zu diesem Online-Seminar dar.

Inhalte dieses Seminars sind:

- Grundlagen: Was ist und bietet Positive Psychologie,
- Elemente des gelingenden Lebens,
- Veränderungsmöglichkeiten: Interventionen der Positiven Psychologie.

Die Anwendungen der Positiven Psychologie zielen darauf ab, positive Emotionen, Kognitionen, Verhaltensweisen und Eigenschaften, weiter die Lebenszufriedenheit sowie Leistungsfähigkeit zu fördern. Obschon positive Interventionen primär nicht auf Symptomlinderung abzielen, zeigen Studien auch hierzu eine deutliche Wirkung.

Das Seminar bietet einen Einblick in Themen, Konzepte und Interventionen der Positiven Psychologie und ihre Umsetzung in Therapie, Beratung und Coaching. Der Schwerpunkt liegt auf dem praktischen Üben – was auch online sehr gut funktioniert. Nebenbei üben Sie so auch diese virtuelle Form des Kontaktes und der Intervention, die je länger je mehr auch in der Schweiz gefragt sein wird.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
061	Fr, 29. November 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	online	Fr. 320.–



600-061



Unsere Burnout-Gesellschaft – ein Blick hinter Arbeitsstress und Leistungsdruck

Symptome, Entwicklungsphasen, Einflussfaktoren, Differentialdiagnosen und Therapie

Seminarleitung: Dr. phil. **Kathleen Schwarzkopf**, eidg. anerkannte Psychotherapeutin

Burnout fasziniert! Wohl keine andere psychische Beeinträchtigung wurde in den letzten Jahren zugleich in den Medien, der Literatur und der Forschung so intensiv diskutiert. Dennoch herrscht immer noch Uneinigkeit. Die Kontroverse reicht von der vollkommenen Negierung von Burnout als ernstzunehmende psychische Erkrankung bis hin zur Bezeichnung als die Haupterkrankung der Leistungsgesellschaft des 21. Jahrhunderts. Als «Modediagnose» verhilft Burnout zu mehr gesellschaftlicher Akzeptanz bei der steigenden Anzahl psychischer Störungen. Burnout im Zusammenhang mit Stress und Überlastung am Arbeitsplatz ist gesellschaftlich ein zunehmend anerkanntes Problem und mittlerweile auch in der medizinischen Grundversorgung von psychischen und körperlichen Stressfolgeerkrankungen alltäglich. Ursächlich werden vor allem überfordernde situative Arbeitsbedingungen als Risikofaktoren für ein «Ausbrennen» berücksichtigt und dabei individuelle Persönlichkeitsfaktoren und Resilienzfaktoren vernachlässigt. Die isolierte Betrachtung von Arbeitsplatzeinflüssen greift jedoch zu kurz. Zudem wird besonders auf die Differenzierung von Burnout und Depression eingegangen. Zwar zählen Depressionen einerseits zu den führenden Ursachen für Arbeitsunfähigkeit, andererseits erhöht Stress am Arbeitsplatz das Risiko, an einer schweren depressiven Episode zu erkranken. Dennoch ist es schlichtweg falsch, beide Konzepte gleichzusetzen. Burnout wird aus multidimensionaler Sicht der KZPT IKP betrachtet. Anhand von Fallbeispielen und der Erfahrungen der Teilnehmerinnen werden gemeinsam Begriffsentwicklung, Erklärungsansätze, Definition, Diagnostik, Symptome, Verlauf, Behandlungsansätze und präventive Massnahmen zum Burnout theoretisch sowie praktisch erarbeitet. Im lebendigen Austausch werden Themen wie Stress und Stressoren, körperliche und psychische Ermüdung bzw. Erschöpfung, innere und äussere «Antreiber» und Glaubenssätze vertieft, um zu einem Gesamtverständnis des Entwicklungsprozesses eines Burnouts zu gelangen. Anhand von praxisbezogener Arbeit und direktem Erfahren möglicher therapeutischer Interventionen können sich die Teilnehmerinnen aktiv mit dem Thema auseinandersetzen.

Ziele des Seminars:

- Entwicklung eines ganzheitlichen Grundverständnisses des Burnouts,
- Zurück zur Life-Balance: Wie kann ich brennen, ohne auszubrennen?

Semindauer: 18 Std. (16 Std. Unterricht und 2 Std. Selbststudium)

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
062	Fr/Sa, 19.–20. Januar 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Bern	Fr. 590.–



600-062



Psychische Erkrankungen

Teil 1

Seminarleitung: Med. pract. **Corinne Müller-Verdun**,
Fachärztin Psychiatrie und Psychotherapie FMH

Kennenlernen der Klassifikationssysteme psychischer Erkrankungen und Integration dieser Sichtweisen in einer ganzheitlichen Betrachtung der psychologischen Beratung. Was bedeutet eine Diagnose, wie stellen Fachpersonen Diagnosen und welche Implikationen hat sie auf die Beratung unserer Klientinnen?

Depression, Bipolare Störung, Burnout oder doch Anpassungsstörung mit depressiver Reaktion? Wie werden psychische Erkrankungen beschrieben, diagnostiziert und kategorisiert?

Was muss ich als psychosoziale Beraterin über psychiatrische Diagnosen wissen und wann muss ich in der Beratung meiner Klientinnen eine medizinische oder psychologische Fachperson beziehen?

In diesem Seminar befassen wir uns mit dem "Schubladensystem" der Diagnosekriterien und Klassifikationssysteme, lernen die Sprache dieser Systeme kennen, diskutieren Vor- und Nachteile dieser Arbeits- und Sichtweise und lernen sie in unsere ganzheitliche Haltung und Arbeitsweise zu integrieren.

Die für sich eher theoretische Thematik wird durch Fallbeispiele aus der Praxis, Selbsterfahrungssequenzen und Beispiele aus Literatur, Kunst und Weltgeschichte greifbar, und wir lernen die unterschiedlichen Krankheitsbilder kennen und verstehen.

Daneben diskutieren wir auch zugrunde liegende Fragen über die Psychopathologie und die Salutogenese. Was bedeutet eigentlich "krank sein" und wann sind wir "gesund"?

In diesem ersten Teil beleuchten wir Krankheitsbilder wie Depression, Bipolare Störung, Angst- und Traumafolgestörungen, Schmerzstörungen und Zwangsstörungen. Dabei diskutieren wir auch den Umgang mit Suizidalität und lernen ein paar Schätze aus der Werkzeugkiste des Praxisalltags kennen.

Hinweis: Die besuchten Stunden werden als schulmedizinische Stunden ausgewiesen (ausgenommen Studierende in Atemtherapie). In diesem Seminar ist eine grosse Teilnehmerzahl möglich!

Seminardauer: 18 Std. (16 Std. Unterricht und 2 Std. Selbststudium)

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
065-1	Fr/Sa, 23.–24. Februar 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–



600-065-1



Psychische Erkrankungen

Teil 2

Seminarleitung: Med. pract. **Corinne Müller-Verdun**,
Fachärztin Psychiatrie und Psychotherapie FMH

Vertiefung der Kenntnisse über die Klassifikationssysteme psychischer Erkrankungen. Welche Bedeutung kann eine Diagnose für einen Menschen haben? Und wie können wir darin Unterstützung bieten, auch schwere Diagnosen ins Leben zu integrieren?

In diesem zweiten Teil zu den psychischen Erkrankungen werden wir unser Grundwissen aus Teil 1 zu den Klassifikationssystemen vertiefen und uns mit den Diagnosen Persönlichkeitsstörung, Abhängigkeitserkrankungen, Ess-Störungen und Schizophrenie befassen. Wie in Teil 1 erleben wir die Krankheitsbilder anhand von Fallbeispielen aus der Praxis, Selbsterfahrungssequenzen und Beispielen aus Kunst, Literatur und Weltgeschichte.

Wir lernen vertieft, die Situation eines Menschen mit einer psychiatrischen Erkrankung einzuschätzen und zu erkennen, wann wir eine psychologische oder medizinische Fachperson beiziehen müssen. Zudem beschäftigen wir uns mit der Bedeutung einer Diagnose für einen Menschen. Was ist beim Umgang mit einer Diagnose wichtig? Was hilft bei der Kommunikation mit psychologischen oder medizinischen Fachpersonen und wie stelle ich den Kontakt zu ihnen her? Wie können wir auch bei chronischen Erkrankungen einen hoffnungsvollen und ressourcenorientierten Zugang wahren? Auch hier besprechen wir den Umgang mit Suizidalität und freuen uns über einige Tools aus der Werkzeugkiste des Praxisalltags.

Voraussetzung: Besuch von Seminar Nr. 065-1 oder gut fundierte Psychopathologiekennnisse.

Hinweis: Die besuchten Stunden werden als schulmedizinische Stunden ausgewiesen (ausgenommen Studierende in Atemtherapie). In diesem Seminar ist eine grosse Teilnehmerzahl möglich!

Seminardauer: 18 Std. (16 Std. Unterricht und 2 Std. Selbststudium)

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
065-2	Fr/Sa, 13.–14. Dezember 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–



600-065-2



Körpererfahrungsübungen anhand der Neurotango®-Methode



Seminarleitung: Corinne Cina, Dipl. Tangolehrerin. Zert. Neurotango®-Practitioner und Körperzentrierte Psychologische Beraterin i. A.

In diesem Selbsterfahrungsseminar erkunden wir verschiedene Körperübungen, welche in Anlehnung an den argentinischen Tango als vereinfachte Übungen eingesetzt werden. Anhand des Ausführens der verschiedenen Tangotools und unterstützt durch die Musik des argentinischen Tangos wird die Körperwahrnehmung und das Körpererleben sowie die Lebensqualität verbessert.

Im theoretischen Teil befassen wir uns mit dem ganzheitlichen Aspekt der Neurotango®-Methode, ihrem Mechanismus und der Wirkungsweise der verschiedenen Tools auf psychischer, physischer, kognitiv/neurologischer und sozialer Ebene. Wir erfahren mehr über das Hier-und-Jetzt-Prinzip, das Je-mehr desto-mehr-Energieprinzip, Embodiment und Spiegelneuronen.

Das Seminar richtet sich an alle, die Interesse an Körper- und Bewegungsarbeit haben und ihre Körpererfahrungsübungen anhand der Neurotango®-Methode erweitern möchten. Es werden keine Kenntnisse im musikalischen oder tänzerischen Bereich vorausgesetzt.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
066	Fr, 18. Oktober 2024	09.15 bis 17.30 Uhr	Zürich	Fr. 320.–



600-066



Ganzheitliches Lösen körperlicher Verspannungen und Blockaden in der Atemtherapie

Seminarleitung: Barbara Lemberger, KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom

Bei seelischen und/oder körperlichen Verletzungen oder langanhaltenden, belastenden Erfahrungen kann das Gefühl der Verbundenheit mit dem Leben und mit sich selbst unterbrochen, abgeschnitten werden. Das Leben oder bestimmte Situationen können dadurch, manchmal ohne ersichtlichen Grund, als bedrohlich und anstrengend empfunden werden. Das Nervensystem kann nicht mehr mit seiner ganzen Flexibilität auf die Anforderungen des Alltags reagieren, der Körper streikt und bildet Blockaden und Verspannungen. Stresssymptome, (diffuse) Schmerzen und negative Emotionen sind bei Menschen aufgrund jahrelanger Überforderung bzw. nach traumatischen Ereignissen typische Erscheinungsbilder. Auf der Behandlungsliege ist es für das Klientel dann oft nicht möglich, ruhig liegen zu bleiben und sich auf die Therapie einzulassen. Es braucht eine Behandlungsform, welche die sympathikotone Aktivierung miteinbezieht.

Im Seminar wird auf zwei Schwerpunkte vertieft eingegangen:

- Fähigkeit, Blockaden in den Gelenken und in der Muskulatur unter Einbezug des Atems mit gezielten Behandlungstechniken zu erkennen und zu lösen.
- Möglichen Ursachen der Blockade(n) mit spezifischen diagnostischen Instrumenten „auf den Grund“ zu gehen. Hierzu setzen wir uns mit der Thymographie als ein geeignetes Werkzeug zur Diagnostik und Bewusstwerdung von Blockaden auseinander und besprechen die psychischen Entsprechungen der wichtigsten Gelenke und Muskeln des Bewegungsapparates.

Hinweis: Dieses Seminar richtet sich an alle Interessierten, die körper- und atemtherapeutisch tätig sind und gerne weitere wertvolle Instrumente und Werkzeuge zur Behandlung kennenlernen möchten.

Praxis-Vertiefungstag (P): Dieser Tag dient nach obigem Seminar zur Repetition und Vertiefung des Gelernten. Der Besuch des Seminars muss vorgängig erfolgt sein.

Anmerkung: Beide Teile (Seminar wie auch Praxis-Vertiefungstag) sind als Weiterbildung für Atemtherapeutinnen und Praktizierende geeignet. Sie sind einzeln buchbar.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
067	Fr/Sa, 22.–23. November 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
067-P	So, 15. Dezember 2024	09.15 bis 18.15 Uhr	Zürich	Fr. 210.–



600-067



602-067



Psychische Störungen im Kindes- und Jugendalter

Seminarleitung: Sara Imbach, MSc, eidg. anerkannte Psychotherapeutin

Neuere Untersuchungen zeigen einen Anstieg der Prävalenzen von psychischen Störungen in der Kindheit und Jugend aufgrund der Coronakrise, wie beispielsweise die Ergebnisse einer Umfrage von Unicef (2021) verdeutlichen: Ein Drittel der 14- bis 19-Jährigen in der Schweiz und Liechtenstein sind von psychischen Problemen betroffen und jeder Elfte hat bereits versucht, sich das Leben zu nehmen. Investitionen in die Sensibilisierung und Prävention sind dringend notwendig. Auch der Ausbau der gesundheitlichen Versorgung ist wichtig.

Dieses Seminar befasst sich mit den häufigsten Störungen in der Kindheit und Jugend (Angststörungen, depressive, hyperkinetische sowie dissoziale Störungen) und soll einen Überblick in die psychologische Arbeit mit Kindern und Jugendlichen geben. Neben den theoretischen Grundlagen zur Entstehung von psychischen Störungen und zur Diagnostik stehen wichtige Methoden des IKP im Zentrum. Es wird dabei neben spezifischen einzeltherapeutischen Interventionen auch auf das gruppentherapeutische Setting eingegangen. Ein weiteres Hauptaugenmerk liegt zudem auf der systemischen und präventiven Arbeit. Dabei geht es insbesondere um die Beratung von Schulen und Eltern im Umgang mit Kindern mit psychischen Auffälligkeiten.

Das Seminar richtet sich an Teilnehmende, welche mehr über psychische Störungen im Kindes- und Jugendalter und deren Hintergründe erfahren wollen. Das Erlernen und Ausprobieren von therapeutischen Techniken für die Praxis und die Schulung in der Beratung von Eltern und Lehrpersonen stehen dabei im Vordergrund.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
071	Fr/Sa, 20.–21. September 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-071



Imaginationen zur Entfesselung von Potenzialen

Seminarleitung: Nathalie Jung, MSc, BLaw, eidg. anerkannte Psychotherapeutin


Stell dir vor, du hast einen wertvollen, massiven Schlüssel geschenkt bekommen. Er ermöglicht dir, die innere Schatztruhe deiner Potenziale zu öffnen. Welche stärkenden Eigenschaften, Fähigkeiten oder Talente willst du für dich entfesseln?

Mit wenigen Worten kann unser Kopf solche kraftvollen Bilder erschaffen, die nicht in der realen Aussenwelt präsent sind. Sie werden als Imaginationen oder auch Innenbilder bezeichnet. Alle Menschen haben innere Bilder in ihren Köpfen, unabhängig davon, wie jemand denkt. Einige Menschen setzen Innenbilder sogar intuitiv ein, um psychische Blockaden zu überwinden. Lazarus (1993) schreibt: „Durch den richtigen Einsatz seiner inneren Bilder kann man ein unmittelbares Gefühl der Selbstsicherheit erreichen, neue Energie und Ausdauer entwickeln sowie neue eigene Fähigkeiten für zahlreiche produktive Zwecke erschliessen.“ Imaginationen gehören zu den Techniken der Körperzentrierten Psychologischen Beratung IKP bzw. Psychotherapie IKP.

Dieses Seminar fokussiert auf Techniken des Erschaffens ressourcenorientierter Imaginationen, die auf ein bestimmtes Ziel ausgerichtet sind. Ebenfalls wird behandelt, wie ggf. aufkommende Widerstände überwunden werden können. Denn implizit ist in unserem Bild mit dem Schlüssel und der Schatzkiste enthalten, dass diese Schatzkiste irgendwann verschlossen wurde bzw. der Schlüssel verloren ging.

Inhaltlich beschäftigen wir uns mit folgenden drei Themenschwerpunkten:

- Dem Stellenwert und der Qualität von Zielen sowie deren theoretische Grundlagen der Motivationspsychologie und der positiven Psychologie,
- Einführung und praktisches Üben von Techniken, wie Imaginationen gezielt eingesetzt werden können,
- Einführung zum Umgang mit möglichen Widerständen, die auf dem Weg zum Ziel aufkommen können.

Follow-up via  **zoom**

Mit zeitlicher Distanz zu diesem Seminar findet ein 2-stündiges virtuelles Folgetreffen (Follow-up) via Zoom statt, mit dem Ziel, Erfahrungen zu besprechen und nachträgliche Fragestellungen zu beantworten. Zoom Follow-up Datum: 29.02.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
072	Fr/Sa, 9.–10. Februar 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-072



Das Innere Kind: Herleitung, Umgang und Aussöhnung



Seminarleitung: **Katrin Meier**, lic. phil. I, eidg. anerkannte Psychotherapeutin

Die Prägungen in unserer Kindheit beeinflussen unser Leben als Erwachsene stark. Sie haben einen Einfluss auf unsere Wahrnehmung, Gedanken und Gefühle. Erst wenn wir die negativen Prägungen kennen, können wir die Verletzungen aus der Kindheit heilen. In diesem Seminar lernen wir unser inneres, verletztes Kind sowie Strategien der Selbstfürsorge und Heilung kennen.

Sie haben bereits mit ihrem Genogramm und dem inneren Kind gearbeitet oder sich damit auseinandergesetzt. Die wichtigsten Aspekte werden nochmals vermittelt. Aufbauend auf diesem Grundlagenwissen werden die Teilnehmenden in der Erstellung eines einfachen Genogramms der Herkunftsfamilie begleitet. Danach folgt die Erarbeitung der eigenen Glaubenssätze, der damit verbundenen Emotionen und Gefühle sowie der daraus entstandenen Schutzstrategien. Dabei wird der Fokus auch auf die lebensgeschichtlich erworbenen Ressourcen gelegt.

Nebst einem theoretischen Einblick in den Umgang mit schwierigen Emotionen und Gefühlen werden auch Strategien im Umgang damit aufgezeigt. Es werden Inputs und Anleitungen gegeben, wie das innere Kind heilen und eine Versöhnung entstehen kann.

Die Arbeit wird begleitet von Achtsamkeitsübungen, Strategien der Selbstfürsorge und Aktivierung der Selbstheilungskräfte.

Hinweise: In diesem Seminar liegt der Fokus auf der Selbsterfahrung

Seminardauer: 18 Std. (16 Std. Unterricht und 2 Std. Selbststudium)

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
073	Fr/Sa, 24.–25. Mai 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-073



Depressive Störungen besser verstehen, therapieren und beraten

Seminarleitung: **Christina Stäheli**, MA, eidg. anerkannte Psychotherapeutin, und
Sonja Hildebrand, dipl. Stressregulationstrainerin

Ausgehend von der Reflexion eigener depressiver Persönlichkeitsanteile lernen Sie Muster erkennen, die die Entstehung und Aufrechterhaltung depressiver Störungen begünstigen. Die praktische Umsetzung wird anhand von Fallbeispielen in Triaden veranschaulicht, mit Therapievorschlägen ergänzt und in einem Supervisionssetting der Gruppe vorgestellt.

Um depressive Störungen besser behandeln zu können, müssen diese holistisch verstanden werden. Neben der Klassifikation verlangt dies, dass wir dazu vor allem die Prozesse und Muster verstehen, die zu depressiven Symptomen führen und diese aufrechterhalten. Dazu liefert der IKP-Würfel mit seinen sechs Lebensdimensionen ein ganzheitliches Modell menschlichen Empfindens und Erlebens. Ein Ungleichgewicht einer oder mehrerer Lebensdimensionen kann die Ursachen depressiven Empfindens veranschaulichen. Daraus lassen sich in Zusammenarbeit mit den Klientinnen Interventionen und Therapien ableiten, um individuelle Ressourcen zu fördern.

Das Seminar vermittelt Grundlagen und Theorie der Entstehung, Klassifikation und Symptomatik affektiver Störungen. In Verbindung mit Eigenerfahrung, Triadenarbeit und praktischen Übungen lernen wir, depressive Störungen besser zu verstehen, zu therapieren und zu beraten.

Vorteilhaft für eine erfolgreiche Teilnahme ist eine fortgeschrittene Psychotherapie- oder Beratungsweiterbildung und die Bereitschaft zur Reflexion eigenen depressiven Erfahrens.

Seminardauer: 18 Std. (16 Std. Unterricht und 2 Std. Selbststudium)

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
075-1	Fr/Sa, 19.–20. April 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
075-2	Fr/Sa, 11.–12. Oktober 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-075-1



600-075-2



Yin und Yang in der Harmonie – den Energiefluss wecken in der Atemtherapie

Seminarleitung: Isabella Cianciarulo, KomplementärTherapeutin mit Branchenzertifikat Oda KT

Gemäss alter asiatischer Auffassung ist für den Erhalt der Gesundheit die Pflege und Stärkung der Lebensenergie von übergeordneter Wichtigkeit. Diese Lebensenergie durchfließt unseren Körper in speziellen Energiebahnen, den sogenannten Meridianen.

In diesem Seminar lernen wir den Verlauf der einzelnen Meridiane kennen und „fahren“ sie uns gegenseitig in praktischer Arbeit auf dem Körper ab. So ist es möglich, die Wirkung unmittelbar zu erfahren. Der energetische Zustand der angesprochenen Meridiane wird mit dieser Behandlung verbessert.

Die von Dr. Volkmar Glaser beschriebenen Grundformen der Entwicklung (Kei Raku-Formen), welche wir in diesem Seminar üben, verbinden die Meridiane mit Bewegung, Dehnung und Meditation. Glaser ordnet den Meridianen Muskelverläufe zu, deren Dehnung oder Kontraktion zu unverwechselbaren Bewegungsformen führt. Diese Bewegungsformen beinhalten Thematiken wie Raum-Beanspruchungen, Vertrauen, Austausch oder Zielgerichtetheit. Sie zeigen den Körperausdruck von grundlegenden Verhaltensmustern und deren zugehörigen Befindlichkeit. In Diagnostik und Therapie dienen sie als Orientierung für die passende Art der Kontaktaufnahme und die Wahl der notwendigen Intervention.

Praxis-Vertiefungstag (P): Dieser Tag dient nach obigem Seminar zur Repetition und Vertiefung des Gelernten. Der Besuch des Seminars muss vorgängig erfolgt sein.

Anmerkung: Beide Teile (Seminar wie auch Praxis-Vertiefungstag) sind als Weiterbildung für Atemtherapeutinnen und Praktizierende geeignet. Sie sind einzeln buchbar. Teilnehmerinnen sollten mit Kai Raku vertraut sein.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
076	Fr/Sa, 22.–23. März 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
076-P	So, 26. Mai 2024	09.15 bis 18.15 Uhr	Zürich	Fr. 210.–



600-076



602-076



Schuldgefühle, Selbstwertgefühl und Selbstfürsorge

Seminarleitung: Antonio Bettinaglio, MA, MSc, eidg. anerkannter Psychotherapeut

Viele psychosomatische Schmerzzustände und psychische Störungen, namentlich depressive Verstimmungen, Schwunglosigkeit und Unlustgefühle, gehen auf nicht verarbeitete Schuldgefühle zurück. Daher soll in diesem Seminar gelernt werden, reale und neurotische Schuldgefühle besser zu unterscheiden. Eigene, noch bestehende Schuldgefühle gegenüber Eltern, Kindern, Partnerinnen etc. sollen thematisiert und aufgelöst werden können. Da sich Schuldgefühle auf verschiedene Bereiche des Lebens beziehen, auf beziehungs-mässige, körperliche, seelisch-geistige, gibt es auch verschiedene Möglichkeiten des Umgangs mit ihnen. Besonderes Augenmerk richten wir auch auf die Möglichkeiten des Wiedergutmachens.

Theoretisch wird ein ganzheitliches Konzept von Schuld und deren Beziehung zum Selbstkonzept (inkl. Verantwortung, Enttäuschung) vorgestellt. In einem weiteren Teil des Seminars wird an Fallbeispielen das therapeutische Vorgehen besprochen und eingeübt.

Dieses Seminar richtet sich an Studierende im 2. Aus-/Weiterbildungsjahr oder mit psychotherapeutischer Selbsterfahrung.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
077-1	Fr/Sa, 8.–9. März 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-077-1



Scham, Selbstwertgefühl und Selbstfürsorge

Seminarleitung: Antonio Bettinaglio, MA, MSc, eidg. anerkannter Psychotherapeut

Im Alltag begegnet uns das tabuisierte Gefühl selten offensichtlich. Wir kennen allenfalls ein peinliches Berührtsein als Zeugen von Handlungen anderer. Selbst vermeiden wir, Dinge öffentlich zu tun, die Schamgefühle auslösen können. Wie ein stilles Übereinkommen halten sich alle, die nicht in Fettnäpfchen treten wollen, an unsichtbare Regeln. Die Ränder dieser Tabuzonen erkennen wir an offenen (Erröten) oder larvierten (Blicke senken) Schamreaktionen und die Intensität variiert von Verlegenheit über Hemmung, Schüchternheit, Peinlichkeit, Scham, und Scham vor der Scham. In der Beratung und Therapie sind Kenntnisse der intra- und interpersonellen Bedeutung und der Umgang mit dieser delikaten Emotion unabdingbar. Es geht darum, die Vorzeichen und Maskierungen, welche diese Demarkationszone ankünden, zu erkennen. Noch herausfordernder ist der Umgang mit dem "heissen" Gefühl. Im therapeutischen Raum begegnen wir diesem Gefühl, weil Selbstoffenbarung in unserer Kultur immer noch schambesetzt ist. Erkennen wir die "Masken der Scham" nicht, können wir Klientinnen ohne böse Absicht tief verletzen. Schamerleben bedroht unser Selbstwertgefühl via Stressreaktion und unsere Identität durch die Angst vor Ausschluss.

Das Seminar setzt sich mit folgenden Fragen auseinander:

- Wie entstehen und unterscheiden sich normale und toxische Schamgefühle?
- Welche Formen und Intensitäten des Gefühls lassen sich theoretisch unterscheiden?
- Wie erleben Menschen diese Unterschiede?
- Wie entwickelt sich (gesunde) Scham und auf welchen entwicklungspsychologischen und neurobiologischen Grundlagen?
- Welchen Stellenwert und welche Folgen haben sie für die Persönlichkeitsentwicklung?
- Welche Bedeutung und Funktion hat Scham für die Person und die Gemeinschaft?
- Wie erkennt man die "Masken der Scham"?
- Wie behandelt man "Wunden der Beschämung"?
- Welche Chancen und Risiken sind mit einer körperzentrierten Vorgehensweise verbunden (Scham und Würfelmodell)?

Der Besuch des Seminars zu Schuldgefühlen und/oder zur Verlustthematik ist zu empfehlen. Eine gute Balance des eigenen psycho-physischen Gleichgewichts wird vorausgesetzt.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
077-2	Fr/Sa, 27.–28. September 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-077-2



Unterschiedliche Bedürfnisse und Konflikte in Partnerschaften

Seminarleitung: Susan Falck, lic. phil. I, und Markus Baumann, lic. phil. I
Beide eidg. anerkannte Psychotherapeuten

Unterschiedliche Bedürfnisse führen häufig zu Konflikten, die wir aussitzen, verdrängen oder anheizen können. Die eine will mehr Nähe, die andere mehr Distanz; die eine will reden, für die andere ist alles schon besprochen. Schlimmstenfalls führen solche Unterschiedlichkeiten zu endlosen Streitereien.

Wir können entscheiden, ob der Konflikt zu einem trennenden Kampf oder einem verbindenden Tanz wird. Welche Lösungsmuster stehen uns zur Verfügung?

Wir sammeln einerseits typische und heisse Konfliktthemen, untersuchen die vielfältigen Hintergründe und lernen spezielle Techniken (u. a. Gordon, Gewaltfreie Kommunikation) kennen. Mit dieser Kompetenzerweiterung gelingt es uns, die Klientinnen im Einzel- oder Paarsetting bei Konflikten konstruktiv zu begleiten.

Follow-up via zoom

Mit zeitlicher Distanz zu diesem Seminar findet ein 2-stündiges virtuelles Folgetreffen (Follow-up) via Zoom statt, mit dem Ziel, Erfahrungen zu besprechen und nachträgliche Fragestellungen zu beantworten. Zoom Follow-up Datum: 09.12.2024, 17.30 bis 19.30 Uhr.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
078	Fr/Sa, 22.–23. November 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–



600-078



Weibliche Kraft, Wut, Weisheit – ein Tabu?

Mit Freude den weiblichen Kraftweg gehen und bei sich selbst zu Hause sein

Seminarleitung: Claudia Thurnherr, lic. phil. I, eidg. anerkannte Psychotherapeutin

„Ich mag eine Frau sein, die alles zu ihrer Zeit und auf ihre Weise macht.“

„Ich mag es ertragen, dass ich als Frau nicht vollkommen bin.“

„Eine Frau, die wütend ist, ist labil, irrational und hysterisch?“

„Wut ist böse. Wut ist schlecht. Wut zeigt Frau nicht. Weibliche Wut gehört sich nicht.“

„Was ist aus dem weiblichen Fluss und den weiblichen Ritualen geworden?“

Wir gehen in diesem Seminar auf die folgenden Themen und Fragen ein:

- Wie kommen wir dahin, dass wir bei uns selbst zu Hause sind?
- Welche weisen Frauen gibt es in der Geschichte und welche Verbindung haben wir mit ihnen?
- Wie sieht das selbstbestimmte, weibliche Leben aus?
- Welche Phantasie, welche Träume, welches tränenreiche Lachen, welchen Zauber, welche wilde Kraft, welche Aggression, welchen Mut haben wir Frauen in uns?
- Welche familiären Verbindungen wurden zwischen Grossmutter, Mutter, Tochter und der eigenen Tochter gewoben?
- Was ist die gemeinsame Stärke mit der Freundin?
- Welche Macht geben wir Frauen den erzieherischen Worten und den sozialen Erwartungen?
- Was bedeutet es, als Frau entspannt alt zu werden?
- Selbsterfahrung: Wir wenden uns den Themen und Fragen der weiblichen Kraft zu und lernen über die Selbstreflexion, Körperübungen und Rituale mögliche therapeutische Unterstützungsangebote kennen.
- Erweiterung der Beratungskompetenz und Üben in Dyaden. Wer die eigene Weiblichkeit kennt, kann die Klientinnen in ihren weiblichen Themen unterstützen.

Dieses Seminar richtet sich an Studierende ab dem 2. Ausbildungsjahr aller Ausbildungsrichtungen am IKP.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
081	Fr/Sa, 14.–15. Juni 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-081



Natürliche Zentrierung

Seminarleitung: Kei Gruner, lic. phil. I, eidg. anerkannter Psychotherapeut

Wir werden vom Leben immer wieder dazu herausgefordert, auf Veränderungen zu antworten und das Zusammenleben mit unseren Mitmenschen aktiv mitzugestalten. Die folgenden Fragen sollen als Anregung für das Seminar dienen: „Wie können wir im Kontakt mit anderen zentriert bleiben? Wie finden wir in schwierigen Situationen Zugang zu unseren Ressourcen?“

Wir haben zwei Wege ausgewählt, um den gestellten Fragen näherzukommen: Einerseits die Zentrierung und das Finden von Halt in uns selbst mit Hilfe der Natur, und andererseits die Einübung einer phänomenologischen Haltung im Kontakt mit uns selbst und mit einem Gegenüber.

Die Verbindung mit der Natur im therapeutischen Kontext ist ein relativ neues Forschungsfeld. Wir werden in diesem Seminar den Fokus darauf legen, wie es gelingen kann, durch die Verbindung mit der Natur den Kontakt zu uns selbst zu stärken. Der erste Seminartag findet im Freien statt.

Die phänomenologische Haltung der Gestalttherapie unterstützt unsere Fähigkeit zur Selbst- und Fremdwahrnehmung. Fritz Perls formulierte es so: „Loose your mind and come to your senses“, d. h. flexibel zwischen verschiedenen Wahrnehmungsmodalitäten (kognitiv, emotional, sensorisch) zu wechseln, um unsere Handlungsmöglichkeiten zu erweitern. Die phänomenologische Haltung ermöglicht ein „deutungsfreies“ Wahrnehmen von uns und anderen. Den zweiten Tag verbringen wir im Seminarraum des IKP.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
082	Fr/Sa, 28.–29. Juni 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-082



Der innere Kritiker – Selbstabwertung und übertriebene Zweifel entmachten

Seminarleitung: Claudia Thurnherr, lic. phil. I, eidg. anerkannte Psychotherapeutin

Viele Menschen sind von Selbstabwertung und grossen Zweifeln betroffen. Die übersteigerte Erwartung und Furcht vor der täglichen Arbeit, im Kontakt zu Kolleginnen und Mitmenschen als inkompetent wahrgenommen zu werden, wird als stark belastend erlebt. Bei den starken Selbstzweifeln tritt ein sogenannter «innerer Kritiker» als innerer Anteil auf, der den Betroffenen negativ und abwertend gegenübersteht:

- «Du bist dumm!»
- «Du bist nicht gut genug!»
- «Du solltest dich mal zusammenreissen!»
- «Dafür bist du aber verantwortlich!»

Ein Ausgleich und Gegengewicht ist die «liebvolle Begleiterin», die auch ein Schlüssel zur Selbstfürsorge ist. Im Seminar soll der innere Kritiker von seinem Thron gestossen werden und der liebvollen Begleiterin Platz machen. Im Kurs werden die Selbstakzeptanz bearbeitet und mit Hilfe von Imaginationsreisen der liebvollen Begleiterin als Schlüssel zur Selbstfürsorge begrüsst.

Semindauer: 18 Std. (16 Std. Unterricht und 2 Std. Selbststudium)

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
086	Fr/Sa, 5.–6. April 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-086



Die Familiengeschichte und ihre Prägungen

Seminarleitung: Susan Falck, lic. phil. I, eidg. anerkannte Psychotherapeutin

Wir alle tragen in unserem Rucksack die Familiengeschichte über mehrere Generationen mit uns herum. Dieser Rucksack ist nicht luftdicht zugeschnürt. Er beeinflusst mit seinem Inhalt unser jetziges Leben, unser Verhalten, unsere Beziehungen und kann unsere Selbstwertung beeinträchtigen.

Um diesem Einfluss auf die Spur zu kommen, vertiefen wir uns in diesem Seminar in unsere Familiengeschichte. Wir wollen Themen, Wertvorstellungen, Geheimnisse, Beziehungsmuster, Verletzungen und Potenziale identifizieren und sie erspüren.

Dies geschieht mit der körperorientierten Technik des "persönlichen Familienfilms". Den persönlichen Familienfilm erleben wir in diesem Seminar am eigenen Leib und lernen ihn anzuwenden. Die Informationen, die wir durch diese körperorientierte Technik gewinnen können, sind für die Beratung/Psychotherapie von grundlegender Wichtigkeit. Für den Besuch dieses Seminars ist es von Vorteil, wenn Sie schon Selbsterfahrung aufweisen oder in der Aus-/Weiterbildung fortgeschritten sind (gegen Ende der Aus-/Weiterbildungsgruppe).

Hinweis: Dieses Seminar ist auch eine gute Grundlage für das Seminar Nr. 060 „Nähe und Distanz als zentrale Beziehungsaspekte“ mit seinem Schwerpunkt auf dem Bindungsverhalten in der aktuellen Beziehungswelt.

Follow-up via zoom

Mit zeitlicher Distanz zu diesem Seminar findet ein 2-stündiges virtuelles Folgetreffen (Follow-up) via Zoom statt, mit dem Ziel, Erfahrungen zu besprechen und nachträgliche Fragestellungen zu beantworten. Zoom Follow-up Datum: 04.03.2024, 17.30 bis 19.30 Uhr.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
088	Fr/Sa, 16.–17. Februar 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-088



Energetik in Beratung und Therapie

Seminarleitung: Beatrice Arnold

„**Alles ist Energie.**“ Dies wusste bereits **Albert Einstein**. Stellen Sie sich vor, Sie kommen in einen Raum und spüren sehr schnell, dass die Luft zum Schneiden ist, dass «dicke Luft» herrscht, obwohl niemand etwas sagt. Dieses klassische Beispiel zeigt auf, dass grundsätzlich jeder Mensch dazu fähig ist, Energien wahrzunehmen. Speziell in der Beratung und der Therapie ist energetisches Verständnis eine sehr zuverlässige und kraftvolle Fähigkeit auf dem Weg durch den individuellen Prozess mit der Klientin. In diesem Seminar wird zwischen der IKP-Methode und der Energiearbeit eine Brücke geschlagen. Wir tauchen forschend ein in die Welt von Energie, Materie, Schwingung und Resonanz. Über die Grundlagen der energetischen Gesetzgebung nehmen wir Bezug zum menschlichen Energiefeld und erfahren, wie sich hindernde Prägungen wie Verhaltensmuster und Gedankenstrukturen darin manifestieren können.

Schwerpunkte:

- Grundlagen der Energetik,
- Energie und Materie, Schwingung und Resonanz,
- das menschliche Energiefeld,
- Energiearbeit und ihre Anwendungsfelder,
- Verhaltensmuster und Glaubenssätze,
- die Wahrnehmung und das Höhere Selbst,
- das Bewusstsein und seine Grenzen,
- Energetik in der Geschichte,
- Energetik mit der IKP-Methode,
- Nähe–Distanz und Abgrenzung,
- die Innere Familie,
- Energetik heute.

Unter anderem werden die drei wichtigen energetischen Qualitäten "Inneres Kind", "Innere Frau" und "Innerer Mann" vorgestellt sowie der Bezug zu den sechs IKP-Lebensdimensionen und der Psychoanalyse hergestellt. Es werden verschiedene bekannte Methoden, wie z. B. die Gestaltarbeit und das Systemische Stellen, aus der Perspektive der Energetik beleuchtet. Über Ihren Präferenz-Wahrnehmungskanal ebnet wir den feinstofflichen Zugang, und mit Hilfe von Fokus und Intuition wird mittels einfachen Übungen Ihr eigenes Energiefeld für Sie wahrnehmbar. Damit wird der Grundstein für eine natürliche Integration der Energetik in Ihre Beratung oder Therapie gelegt. Freuen Sie sich auf ein bodenständiges und abwechslungsreiches Seminar mit Theorie und Selbsterfahrung, bei dem Ihr Verstand abgeholt wird und sich Ihr energetisches Potenzial entfalten kann.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
089	Fr/Sa, 8.–9. März 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-089



Selbstwertprobleme erfolgreich behandeln

Von der Selbstwertorientierung zum Selbstmitgefühl

Seminarleitung: **Nathalie Jung**, MSc, BLaw, eidg. anerkannte Psychotherapeutin

Ein tiefer Selbstwert und mangelnde Selbstanerkennung sind grosse Themen in der beraterischen und therapeutischen Praxis. Negativ gefärbte, abwertende Selbstbeobachtung, Selbstvorwürfe, Vergleiche mit anderen, innere Kritiker und Antreiber lassen Fortschritte in verschiedenen Lebensbereichen stagnieren. Eine negative Beziehung zu sich selbst begünstigt einerseits das Entstehen von Burnout, Depression sowie psychosomatischen Erkrankungen und behindert andererseits die anstehende Entwicklung der Persönlichkeit.

In diesem Seminar werden verschiedene theoretische Konzepte erläutert, welche zur Erklärung für die Entstehung eines tiefen Selbstwerts dienen. Es werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie die aktuellen Ausprägungen von inneren Kritikern und Antreibern sowie von Selbstwert und Selbstmitgefühl erkannt werden können. Schliesslich werden verschiedene Methoden zur Bearbeitung des Themas vorgestellt und geübt, welche den Teilnehmenden zudem vielseitige Selbsterfahrung ermöglichen. Mit Fokus auf den Praxistransfer wird die Anwendung dieser Methoden im beraterisch-therapeutischen Feld erläutert und diskutiert. So lernen die Teilnehmenden, wie sie zusammen mit Klientinnen deren Beziehung zu sich selbst erkennen, bearbeiten und stärken können.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
091	Fr/Sa, 6.–7. September 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-091



Schattenarbeit und Integrative Persönlichkeitsentwicklung als Grundlage transformativer Tiefenveränderung

Seminarleitung: Martin Bertsch, Coach BSO

Mit der Kraft des intrapsychischen Shiftens ungelebte Ressourcen aktivieren

Eine therapeutische Tiefenarbeit fokussiert sich nicht nur auf oberflächliche Symptome, sondern auch auf tieferliegende Problemfelder, die im Zusammenhang mit psychischen Blockaden und ungelebten Ressourcen eines Menschen stehen. Diese Ebenen zeigen sich meist durch unbewusste körperliche Fehlspannungen. Durch eine achtsame Körper-Bewusstseinsarbeit werden diese Strukturen wahrnehmbar und können Ausgangspunkt einer spannenden therapeutischen Entdeckungsreise im Sinne einer integrativen Schattenarbeit und Persönlichkeitsentwicklung sein.

In diesem Seminar ist die Auseinandersetzung mit den eigenen dunklen und ungelebten Seiten der Ausgangspunkt einer befreienden transformativen Veränderungsarbeit, die in der Tiefe unserer Seele ansetzt. Intrapsychisches Shiften basiert auf einem einfachen Persönlichkeits-Typen-Modell, in dem Polaritäten und Schattenseiten sichtbar werden. Wir nähern uns diesen Ebenen mit kreativen Mitteln wie Musik, Bewegung, Körperachtsamkeit und Somatografien. Parallel zu dieser psychologischen Arbeit erleben wir im Körper, welche Atemräume im Zusammenhang mit dieser Entfaltung aktiviert werden können.

Das Seminar setzt auf Selbsterfahrung durch Bewegung, Musik und Kreativ-Arbeit.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
092	Fr, 19. April 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Bern	Fr. 320.–



600-092



Strategien zur Überwindung von Starre und Blockaden – von der Hemmung zum Impuls



Seminarleitung: Annina Gutmann Beraterin im psychosozialen Bereich mit eidg. Diplom

Jeder kennt das Gefühl "festgefahren" zu sein... Da, wo Menschen nicht im Stande sind, einen Schritt zu tun oder aus einer unangenehmen Situation herauszukommen, sind sie blockiert und starr. Unveränderbarkeit lähmt und hemmt, was sich im Denken, in unserem Verhalten, in destruktiven Beziehungsmustern sowie psychosomatischen Beschwerden zeigt. Wird diese Starre bewusst und Muster erkannt, kann Veränderung gelingen und der Mensch wieder handlungsfähig werden.

Subjektiv als schwierig erlebte Situationen, die zwar nicht lebensbedrohlich sind, die aber für unsere persönliche Entwicklung oder für ein erfülltes Leben hinderlich sind, lösen Angst aus. Zweifelsohne bestimmt Angst unsere Gedanken und unser Verhalten wie kaum eine andere Emotion.

In diesem Seminar gehen wir auf die Spurensuche, wie sich eine der vielfältigsten und undurchschaubarsten Emotionen, mit denen wir es täglich auf unterschiedlichste Weise zu tun bekommen, zeigen kann. Anhand von Beispielen und (Selbst-)Erfahrungen werden Auswege sowie Strategien vorgestellt, damit feststellbar wird: Vor der Angst sollte man keine Angst haben. Im Erleben von Umgangsformen erfahren wir, wie der Lebensfluss wieder ins Fliessen kommt, wo er ins Stocken geraten ist.

Es wird praxisnah aufgezeigt, wie wir Ängste überwinden, Muster auflösen und warum festgehaltene Blockaden sogar ein Gegenspieler, ein exzellenter Wegweiser sind, um Wege zur Veränderung deutlich zu machen.

Auf folgende dieser Emotionen und deren Überwindung konzentriert sich dieses Seminar:

- Angst vor dem Scheitern: Sorgt dafür, dass wir uns wichtige Schritte nicht zutrauen.
- Angst vor Peinlichkeit: Lässt uns Situationen mit vielen Menschen meiden.
- Angst vor Nähe: Verhindert, dass wir enge Bindungen eingehen.
- Angst vor Einsamkeit: Kann uns abhängig machen von anderen.
- Angst davor, mit Menschen zu sprechen: Verhindert, dass wir neue Kontakte knüpfen.
- Angst vor Prüfungen: Sorgt dafür, dass wir nicht zeigen können, was in uns steckt.
- Angst vor Konflikten: Hält uns davon ab, unsere Bedürfnisse zu äussern.

Die Seminarzeit beträgt 7 Stunden. 1 zusätzliche Stunde dient explizit für Austausch, allfällige Demos und persönliche Anliegen.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
094	Sa, 10. Februar 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 320.–



600-094



Individuelle Persönlichkeitsentwicklung durch Bewegungserfahrung

Seminarleitung: Christine Flury-Tobon, eidg. anerkannte Psychotherapeutin, und **Nadja Vogel**, dipl. Körperzentrierte Psychologische Beraterin IKP

Bewegung bedeutet Leben. Unsere Erfahrungen werden nicht nur rational, sondern vor allem emotional und körperlich gespeichert. So sind unsere Bewegungen sowohl durch den bewussten Willen als auch durch das Unbewusste bestimmt. Durch die Arbeit mit Bewegung begegnen wir uns selbst, denn der Körper ist die Hülle und das Spiegelbild der Seele wie auch persönlicher Stärken und Schwächen. Körperliche Sicherheit und Ausgeglichenheit ist somit die Grundlage auch für eine gesunde psychische Stabilität.

Mit Bewegung zu arbeiten heisst aber auch, sichtbar zu werden. Wenn wir mit dem Körper arbeiten, sind Schamgrenzen schneller und deutlicher spürbar als im gewohnten sprachorientierten Setting. Mit der dadurch entstehenden Unsicherheit sollten wir deshalb lernen umzugehen.

Das Seminar bietet Raum, in der Selbsterfahrung verschiedenste Bewegungsformen zu erkunden, damit verbundene individuelle Gefühle wahrzunehmen und persönliche Stärken wie auch Grenzen kennen zu lernen. Durch Verändern und Gestalten von Bewegung, durch Bewegungsimprovisation, Tanz und Übungen zur Wahrnehmung scheinbar unbedeutender Bewegung soll die Vielfalt und die heilende Kraft des Bewegungserlebens erfahren werden. Diese Erfahrungen werden, basierend auf den Methoden der Körperzentrierten Psychotherapie IKP, mit theoretischem Grundwissen verknüpft.

Souverän unsouverän und sicher unsicher zu sein, spielerisch und leichtherzig, aber niemals leichtfertig an schwere Themen heranzugehen, ist Ausdruck von Ressourcenorientierung und schafft eine lebendige Arbeitsatmosphäre.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
107-1	Fr/Sa, 26.–27. Januar 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–
107-2	Fr/Sa, 1.– 2. März 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–
107-3	Fr/Sa, 26.–27. April 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–
107-4	Fr/Sa, 13.–14. September 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–



600-107-1



600-107-2



600-107-3



600-107-4



Ganzheitliche Paar- und Familienberatung IKP: Methoden, Diagnosen, Live-Arbeit

Seminarleitung: Claudia Thurnherr, lic. phil. I, eidg. anerkannte Psychotherapeutin

Während der Ausbildung zur Paar- oder Familienberaterin, Beraterin oder Therapeutin, werden viele (IKP-)Interventionen von den Auszubildenden angeleitet, die ein wichtiger Teil der Selbsterfahrung sind. Hier geht es in erster Linie darum, zu erleben, wie diese Übungen bei den Teilnehmenden ankommen, wirken bzw. was sie auslösen.

Dieses Seminar bietet nun während zwei Tagen Gelegenheit zum Erfahrungsaustausch zwischen Studierenden und langjährigen Therapeutinnen sowie die Interventionen mit Fokus auf systemische Beratung/Therapie selbstständig anzuleiten und damit zu üben:

- Worauf richte ich mein Augenmerk?
- Wo gibt es Stolpersteine?
- Wie können die Aktionen von «meinen» Klientinnen integriert und damit verändernd in den (Partner- und Familien-)Alltag aufgenommen werden?
- Welche weiterführenden Hausaufgaben gebe ich dem Paar, der hilfesuchenden Person mit?

Nach Möglichkeit wird in diesem auf praktisches Arbeiten ausgerichteten Seminar Live-Arbeit durchgeführt. Die Kursteilnehmenden haben an diesen Tagen die einmalige Chance, eine Sitzung mit ihrer Partnerin oder mit der Familie zu erleben. Die Arbeit in der Gruppe bietet dafür eine Plattform.

Bitte nehmen Sie bis spätestens einen Monat vor dem Seminar mit der Leitung Kontakt auf.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
113	Fr/Sa, 16.–17. August 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-113

Aufmerksamkeitsschwierigkeiten bei Kindern und Jugendlichen – was steckt dahinter?

Seminarleitung: Sara Imbach, MSc, eidg. anerkannte Psychotherapeutin

Seit einigen Jahren sind Aufmerksamkeitsschwierigkeiten bei Kindern und Jugendlichen vermehrt in den Fokus geraten; insbesondere haben die mediale Berichterstattung, wissenschaftliche Studien und psychologische Abklärungen zu diesem Thema stark zugenommen. Doch was steckt hinter diesen Schwierigkeiten mit der Konzentration und der Aufmerksamkeit? Sind in den letzten Jahren tatsächlich mehr Kinder und Jugendliche davon betroffen? Wenn ja, weshalb, und wenn nicht, wie lässt sich dieser Anstieg erklären und hat der Konsum von sozialen Medien etwas damit zu tun?

Dieses Seminar setzt sich mit den historischen und gesellschaftlichen Veränderungen in der Diagnostik auseinander und beschäftigt sich dabei im Detail mit der Aufmerksamkeitsdefizitstörung und komorbiden Störungsbildern (wie beispielsweise die Autismusspektrumsstörung). Neben theoretischen Grundlagen zur Symptomatik und Diagnostik steht eine philosophische Auseinandersetzung mit dem Störungsbild im Fokus. Das Hauptaugenmerk liegt zudem darin, wie der IKP-Ansatz Aufmerksamkeitsschwierigkeiten einordnet und welche therapeutischen Methoden sinnvoll sind. Es wird dabei neben spezifischen einzeltherapeutischen Interventionen auch auf die Vorteile im gruppentherapeutischen Setting eingegangen.

Das Seminar richtet sich an Teilnehmende, welche mehr über Aufmerksamkeitsschwierigkeiten bei Kindern und Jugendlichen und deren Hintergründe erfahren wollen sowie therapeutische Techniken für die Praxis erlernen und ausprobieren möchten.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
114	Fr/Sa, 21.–22. Juni 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-114



Paar- und Familienberatung bei Trennung und Scheidung



Seminarleitung: Franjo Vugdelija, lic. phil. I, lic. theol., eidg. anerkannter Psychotherapeut

Im Beratungs- und Therapiealltag begegnen wir oft Paaren und Familien mit ungelösten, lang andauernden Konflikten. Oft führen solche Konflikte zur Trennung und Scheidung. Wie wir verschiedenen Statistiken entnehmen können, werden in der Schweiz über 40 % aller Ehen geschieden. Nach einer Scheidung wird zwar die «Institution» Ehe beendet, nicht aber die Beziehung.

In einem ersten Schritt werden wir in diesem Seminar das Thema Konfliktmanagement angehen, bzw. eine Methode zur Konfliktlösung in Paar- und Familienbeziehungen erläutern und anhand von praktischen Beispielen vorstellen.

In einem zweiten Schritt werden wir Methoden und Vorgehensweisen der Trennungs- und Scheidungsmediation anhand von praktischen Beispielen beleuchten und einüben sowie die Unterschiede der beiden Vorgehensweisen in der Praxis aufzeigen.

Es ist erwünscht, dass die Seminarteilnehmenden eigene Praxisfälle im Seminar vorstellen.

Hinweis: Dieses Seminar richtet sich an alle, die in der Beratung/Therapie mit Paaren und Familien arbeiten, welche sich in Trennungs- und Scheidungsphasen befinden.

Seminardauer: 18 Stunden (16 Stunden Unterricht und 2 Stunden Selbststudium)

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
115	Fr/Sa, 8.–9. März 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-115



Kinder und Jugendliche in der Familienberatung und -therapie

Seminarleitung: Sara Michalik-Imfeld, lic. phil. I, eidg. anerkannte Psychotherapeutin,
und Peter Michalik, BA

Mit dem ersten Kind kommen die Eltern "auf die Welt" in die Welt der Familie. Die Zeit der Partnerschaft findet ein Ende, wenn das kleine Wesen neue Akzente betreffend Zeit, Kommunikation, Freizeit, Interaktion und auch Rangordnung setzt. Auf dyadische Beziehungsverhältnisse folgen die von Triaden, wobei die Kleinen mit ihren altersentsprechenden körperlichen Ausdrucksformen ihre Positionen zu markieren in der Lage sind. Im Körperlichen kann das mit nächtlichem Schreien, mit Fieberschüben und mit allen Mitteln, die ihnen über den Magendarmtrakt zur Verfügung stehen, geschehen: Bauchweh, Durchfall, Erbrechen. All das hält noch unerfahrene Eltern auf Trab. Oft bedarf es bereits hier einer Übersetzungskunst, denn die Kleinen appellieren mit ihren Symptomen an das System. Sie verhalten sich „IKP-konform“, indem sie Körperbotschaften schicken, die für viele verbal orientierte Eltern bereits Fremdsprachencharakter haben. Dies ist auch deswegen der Fall, weil Symptome mehrere Bedeutungen beinhalten können. So kann ein Bettnässen als Weinen durch die Blase wie auch als eine Trotzreaktion, ebenso auch als ein regressives Verhalten aufgefasst werden.

Viele Therapeutinnen und Beraterinnen schrecken davor zurück, Kinder in die Paar- und Familienarbeit einzubeziehen, dies ganz zu Unrecht, denn im Grunde sind die Kinder die besten Co-Therapeutinnen. Sie haben noch nicht zu „lügen“ gelernt, sie bringen die Familiendiagnose eins zu eins zum Ausdruck, ohne alle verbalen Schnörkel. Dann die Schulkinder und die Pubertierenden, und erst recht die Jugendlichen, die sich zu Hause an den Eltern reiben lernen müssen. Eltern tun sich schwer damit, das Verhalten Jugendlicher als ein Kompliment, als eine Wertschätzung zu sehen. Sind es die Eltern nicht wert, mit ihnen zusammen das alltägliche Leben einzuüben?

In diesem Seminar werden konkrete Werkzeuge zum besonderen Verständnis im Umgang mit Kindern und Jugendlichen in der Familientherapie und -beratung vermittelt.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
120-1	Fr/Sa, 21.–22. Juni 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
120-2	Fr/Sa, 23.–24. August 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-120-1



600-120-2



Methoden in der Familienberatung/-therapie mit Kindern und Erwachsenen

Seminarleitung: Sara Michalik-Imfeld, lic. phil. I, eidg. anerkannte Psychotherapeutin, und Peter Michalik, BA

Was in einem Menschen, bei einem Paar oder in Familien an inneren Bildern, an Kräften und Belastungen eingepägt ist und als Muster für Handlungen bereitsteht, kann über unterschiedliche Wege externalisiert und verarbeitet werden.

Bewährte und auf ihre Wirksamkeit überprüfte Methoden stehen Beratenden und therapeutisch Tätigen zur Verfügung.

Es geht dabei um drei Verfahren, die sich in der Praxis besonders bewährt haben. Schwerpunkte sind z. B.:

- Arbeit mit Persönlichkeitsanteilen in Form von Tierfiguren (nach Alfons Aichinger),
- Arbeit mit Skulpturen und Aufstellungen (nach systemischen Ansätzen),
- das Sandspiel (klassisch nach Dora Kalff und narrative Erweiterungen).

Durch diese Verfahren erfahren Kinder wie Erwachsene eine Verbindung mit eigenen inneren Dynamiken und kommen in Kontakt mit Innenwelten anderer Familienmitglieder. Symptome wie Aggression, Zwänge, depressive Anteile oder Eifersucht werden beobachtbar gemacht und in Beziehung gesetzt zu anderen Persönlichkeitsanteilen und zu anderen relevanten Personen. Diese Techniken ermöglichen neue Zugänge und unerwartete Lösungsansätze. Klient(inn)en verstehen ihre unerwünschten Anteile besser, erkennen Symptome als Wegweiser und können daher ihre Ressourcen besser aktivieren. Erwachsene und Paare haben keine Widerstände, wenn ihnen verdeutlicht wird, wie die Darstellungen und Skulpturen Ausgangslage für Veränderungen sind.

Neben theoretischen Hintergrundwissen, dem Vorstellen der Techniken und konkreten Fallbeispielen wird die Arbeit auch praktisch eingeübt und gefestigt.

Anmerkung: Es wird empfohlen, dieses Seminar erst gegen Ende eines Lehrgangs zu besuchen.

Voraussetzung: Besuch von Seminar Nr. 120.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
121	Fr/Sa, 18.–19. Oktober 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-121



Trauma – Auswirkungen, Diagnostik und ganzheitliche Therapiekonzepte – Teil 1

Seminarleitung: Katrin Meier, lic. phil. I, eidg. anerkannte Psychotherapeutin

Das Psychotraumatologie-Seminar Teil 1 beinhaltet schwerpunktmässig:

- Einführung in die Psychotraumatologie,
- Einblick in die verschiedenen Formen von Traumatisierungen,
- Neurobiologie bei Traumatisierungen,
- Trauma und die Folgen: Symptome und Diagnostik (ICD- 10/ICD-11),
- Auswirkungen der Traumatisierung auf die Bindungsfähigkeit,
- Grundzüge der Traumatherapie (Stabilisieren, Konfrontieren, Neuorientieren):
 - Arbeit mit dem inneren Kind,
 - Stabilisierungs- und Ressourcenübungen (innere und äussere Sicherheit),
 - psychologische erste Hilfe nach schweren Belastungen.
- Abgrenzung Beratung und Therapie im Umgang mit traumatisierten Menschen,
- sekundäre Traumatisierung, Selbstfürsorge und Psychohygiene.

Anmerkung: Es wird empfohlen, dieses Seminar erst gegen Ende eines Lehrgangs zu besuchen.

Semindauer: 18 Std. (16 Std. Unterricht und 2 Std. Selbststudium)

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
122-1	Fr/Sa, 19.–20. Januar 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–



600-122-1



Komplexe, frühkindliche Traumatisierungen – Auswirkungen, Diagnostik und ganzheitliche Therapiekonzepte – Teil 2

Seminarleitung: Katrin Meier, lic. phil. I, eidg. anerkannte Psychotherapeutin

Das Psychotraumatologie-Seminar Teil 2 beinhaltet schwerpunktmässig:

- Formen von komplexen Traumatisierungen,
- Einführung in organisierte und rituelle Gewalt,
- transgenerationale Traumata,
- Diagnostik,
- komplexe traumaassoziierte psychische Störungen (komplexe PTBS; dissoziative Störungen, dissoziative Identitätsstörungen etc.),
- Grundzüge der Traumatherapie:
 - Dissoziation: Symptome und Grundfertigkeiten für den Umgang damit,
 - Einführung in die Arbeit mit Persönlichkeitsanteilen,
 - Umgang mit Schuld und Scham,
 - innere Sicherheit und Beziehungsgestaltung mit anderen Menschen.
- systemische Vernetzung mit Fachpersonen,
- sekundäre Traumatisierung, Selbstfürsorge und Psychohygiene.

Anmerkung: Es wird empfohlen, dieses Seminar erst gegen Ende eines Lehrgangs nach Besuch des Psychotraumatologie-Seminars 1 zu besuchen, oder Sie verfügen bereits über fundierte Kenntnisse zum Thema Monotraumatisierung. Bitte beachten Sie, dass Menschen mit Traumafolgestörungen leitlinienentsprechend nur in Zusammenarbeit mit spezialisiert ausgebildeten Psychotherapeutinnen/ Psychiaterinnen zu betreuen sind.

Seminardauer: 18 Std. (16 Std. Unterricht und 2 Std. Selbststudium)

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
122-2	Fr/Sa, 6.–7. September 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–



600-122-2



Suchterkrankungen erkennen und richtig einordnen

Seminarleitung: Dr. med. Rolf Oberholzer

Wann ist eine Sucht eine Sucht? – Suchterkrankungen lassen sich im Klinik- oder Beratungsalltag nicht immer klar einstufen. Die internationale Klassifikation der Krankheiten (ICD-10-CM) spricht deshalb von den drei „Schweregraden“ Konsum, Missbrauch und Abhängigkeit. In diesem Seminar über die Suchterkrankungen werden Hilfsmittel für die Diagnostik und Klassifikation von Suchterkrankungen erarbeitet.

Wir thematisieren einerseits Risiken, die zu einer Suchtentwicklung führen können und andererseits Schutzfaktoren zur Prävention. Pathophysiologische Erkenntnisse und biologische Aspekte der Sucht sollen das Verständnis für die Suchterkrankungen soweit unterstützen, um physische und psychologische Ausprägungen der Suchterkrankung objektiv einordnen zu können. Unter anderem geht es hier um Begriffe wie Toleranzentwicklung, Entzugserscheinungen und Craving.

Auf die Eigenheiten verschiedener suchterzeugender Substanzen (u. a. Alkohol, Nikotin, Medikamente, illegale Drogen), das Phänomen der Polytoxikomanie und andere Suchtformen (Spielsucht, pathologischer Umgang mit dem Internet) wird eingegangen.

In einem Überblick über verschiedene Psychotherapie-Ansätze wird das Spektrum der aktuell eingesetzten Methoden zur Suchtbehandlung erläutert.

Seminardauer: 18 Std. (16 Std. Unterricht und 2 Std. Selbststudium)

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
123	Fr/Sa, 24.–25. Mai 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-123



Stress umgehen
oder mit Stress umgehen?

Stressberatung & Stressmanagement IKP

Stress gehört ganz einfach zum Leben. Doch schwierige Situationen in Familie und Beruf können Dauerstress auslösen und in einer Depression oder im Burnout enden. Der Zertifikatslehrgang «Stressberatung & Stressmanagement IKP» vermittelt in 5 Tagen das nötige Wissen und die Fähigkeit, mit dem eigenen Stress umzugehen und Stressbetroffene darin zu unterstützen, ihre Stressbelastungen in den Griff zu bekommen, sie zu reduzieren und Resilienz aufzubauen.

[www.ikp-therapien.com/fortbildung/
stressberatung-und-
stressmanagement-ikp](http://www.ikp-therapien.com/fortbildung/stressberatung-und-stressmanagement-ikp)



ASP und SGPP 30 Credits.
FSP 35 Fortbildungseinh.
SVDE 18 Punkte.



Erweitern Sie Ihre Kompetenz
für die Beratung von Paaren und
Einzelpersonen:

Kompetenzerweite- rung Paarberatung

Schwerpunkt dieser Weiterbildung bildet die praktische Arbeit mit Paaren und mit Einzelpersonen in Beziehungskonflikten. Im Coaching- und Beratungskontext zeigt es sich oft, dass Beziehungen, in denen Klientinnen leben, einen grossen Einfluss auf den Beratungserfolg haben können. Die Einbeziehung des Partners oder der Partnerin kann den Erfolg der Beratung beschleunigen. Hier eignen Sie sich die nötigen Fähigkeiten und Kompetenzen an, um Ihre Beratungstätigkeit auf Paare oder weitere Systeme auszudehnen.

[ikp-therapien.com/fortbildung/
kompetenzerweiterung-paarberatung](http://ikp-therapien.com/fortbildung/kompetenzerweiterung-paarberatung)



ASP und SGPP 48 Credits.
FSP 56 Fortbildungseinh.
SVDE 18 Punkte.



Erwerben Sie Fachkompetenz zum Tabuthema Sexualität:

Körperzentrierte Sexologische Beratung IKP

Zahlreiche begeisterte Teilnehmerinnen haben bestätigt: Die Weiterbildung in Körperzentrierter Sexologischer Beratung IKP fördert die Enttabuisierung des Themas Sexualität in Therapie und Beratung und stärkt die Souveränität und Kompetenz u. a. im Umgang mit Intimität, Scham, Frust, Unsicherheiten, Lust, Erregung und Erotik. Die fünf Module bieten Teilnehmenden solides Fachwissen in körperzentrierter Sexologischer Beratung. Neben Theorie und fundiertem Fachwissen stehen vor allem praktisches Lernen und Selbsterfahrung im Vordergrund.

www.ikp-therapien.com/fortbildung/sexologische-beratung-ikp



SVDE 18 Punkte



Diese Top-Weiterbildung generiert laufend Bestnoten:

Curriculum in Psychotraumatheorie/ Psychotraumaberatung

Am IKP bieten hochqualifizierte Expertinnen und Experten ein äusserst spannendes Curriculum zu Psychotraumatheorie IKP an. Dr. med. Jan Gysi, Dr. med. Erwin Lichtenegger, Dr. med. Marion Mohnroth und weitere Fachexpertinnen haben ein Basismodul sowie ein Aufbaumodul entwickelt, welche Teilnehmerinnen fundierte Kompetenzen in Beratung und Therapie zu posttraumatischen Belastungsstörungen vermitteln. Sichern Sie sich Ihren Platz in dieser Top-Weiterbildung.

www.psychotraumatologie-ikp.ch



SGPP und ASP 5 Credits/Tag.
SVDE 18 Punkte (Basismodul).
FSP-Fortbildungseinheiten
individuell auf Grundlage der
gelieferten Nachweise.



Entwicklungspsychologie – Ressourcen und Hemmungen erkennen

Seminarleitung: Lea Kreienbühl, lic. phil. I, eidg. anerkannte Psychotherapeutin

Spannend und faszinierend ist es, dem Prozess der menschlichen Entwicklung von der Zeugung bis zum Tode nachzugehen. In diesem Seminar werden wir uns sowohl mit allgemeinen bio-psycho-sozio-kulturellen Gesetzmässigkeiten und Einflüssen befassen als auch unserem eigenen, individuellen Entwicklungsprozess nachspüren. Dabei können wir Phasen des Wachstums und solche der (scheinbaren) Stagnation oder Regression erkennen. Der Vergleich der Entwicklungsmodelle von S. Freud, E. H. Erikson und Y. Maurer ergänzen unsere individuelle Erfahrung.

Diese Reflexion der entwicklungspsychologischen Phasen erleichtert sowohl die Standortbestimmung in unserem eigenen Leben als auch unsere Arbeit mit den Menschen, die unsere beraterische oder therapeutische Unterstützung suchen. So sollten in diesem Seminar Selbstreflexion, Theorie und Praxistransfer gleichberechtigt zum Zuge kommen.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
124-2	Fr/Sa, 22.–23. März 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
124-1	Fr/Sa, 28.–29. Juni 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
124-3	Fr/Sa, 30.–31. August 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
124-4	Fr/Sa, 13.–14. September 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-124-2



600-124-1



600-124-3



600-124-4



Die Arbeit mit Symbolen als hilfreiche Externalisierung in der Arbeit mit Kindern und Erwachsenen

Seminarleitung: Sara Michalik-Imfeld, lic. phil. I, eidg. anerkannte Psychotherapeutin, und Peter Michalik, BA

Wenn Persönlichkeitsanteile, Konflikte und innere Zustände durch Symbole externalisiert und auf eine äussere Bühne gebracht werden, ermöglicht dies einen kreativen Zugang zu verborgenen Welten.

Durch die Externalisierung von inneren Anteilen mit Hilfe von Symbolen und Tierfiguren erfahren Kinder wie Erwachsene eine Verbindung mit eigenen inneren Dynamiken und kommen in Kontakt mit Innenwelten anderer Familienmitglieder. Symptome wie Aggression, Zwänge, depressive Anteile oder Eifersucht werden beobachtbar gemacht und in Beziehung gesetzt zu anderen Persönlichkeitsanteilen und zu weiteren relevanten Personen.

Diese Technik der Externalisierung von Persönlichkeitsanteilen ermöglicht neue Zugänge und unerwartete Lösungsansätze. Klientinnen verstehen ihre unerwünschten Anteile besser, erkennen Symptome als Wegweiser und können daher ihre Ressourcen besser aktivieren.

Neben theoretischem Hintergrundwissen und dem Aufzeigen von konkreten Fallbeispielen wird die Arbeit mit Tiersymbolen nach dem Ansatz von Alfons Aichinger eingeübt. Sie erhalten die Gelegenheit, an eigenen Fällen zu üben. Besondere Techniken wie die Arbeit mit Tiersymbolen bei Trennung/Scheidung, Paarberatung, psychisch kranken Eltern oder häuslicher Gewalt werden ebenfalls vorgestellt.

Lernziele: Die Teilnehmenden lernen die erprobte Technik der Telearbeit mit Tiersymbolen nach Alfons Aichinger kennen und anzuwenden. Sie wissen, in welchen Situationen die Anwendung der Technik besonders geeignet ist und welche spezifischen Stärken diese mit sich bringt.

Anmerkung: Es wird empfohlen, dieses Seminar erst gegen Ende eines Lehrgangs zu besuchen.

Voraussetzung: Besuch von Seminar Nr. 120 und Nr. 121.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
125	Fr/Sa, 8.–9. November 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-125



Paar- und Familienberatung bei Suchtproblemen



Seminarleitung: Franjo Vugdelija, lic. phil. I, lic. theol., eidg. anerkannter Psychotherapeut

In den westlichen Industriestaaten gehören Sucht- bzw. Abhängigkeitserkrankungen zu den am meisten verbreiteten psychosozialen und gesundheitlichen Problemen. Wie Schätzungen zeigen, leben in der Schweiz ca. 250'000 alkoholabhängige Menschen und etwa 450'000 Angehörige leiden mit. Dieses Thema wird oft tabuisiert. Folglich haben Betroffene grosse Mühe sich einzugestehen, dass sie abhängig, respektive süchtig sind. Viele Paare und Familien versuchen möglichst lange die Fassade nach aussen zu bewahren, wenn ein Familienmitglied abhängig wird, was oft in eine Co-Abhängigkeit führt. Im Beratungs-/Therapiealltag ist es deshalb wichtig, bei Verdacht auf eine Suchtproblematik und Abhängigkeit das Thema offen anzusprechen.

Zahlreiche Studien zeigen, dass Abhängigkeiten und Suchtstörungen von interpersonellen Prozessen gesteuert sind. Angehörige von Menschen mit Suchtproblemen sind mit gesundheitlichen, sozialen und emotionalen Belastungen konfrontiert. Die Abhängigkeitserkrankung der Eltern wirkt sich negativ auf die Entwicklungschancen der Kinder aus.

In diesem Seminar werden:

- die häufigsten Ursachen für die Entstehung und die Aufrechterhaltung von Abhängigkeit und Suchverhalten diskutiert,
- physische und psychische Auswirkungen der Suchtkrankheit und Abhängigkeit in der Partnerschaft und im Familiensystem dargestellt; insbesondere wird die Bedeutung von Suchtkrankheit der Eltern für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen aufgezeigt,
- Behandlungsansätze im Umgang mit Abhängigkeit und Sucht in Partnerschaft und Familie, unterstützt durch praktische Beispiele, erarbeitet.

Die Seminarteilnehmenden erhalten die Möglichkeit, eigene Praxisfälle im Seminar vorzustellen. Dieses Seminar richtet sich an alle, die in der Beratung/Therapie mit suchtgefährdeten Menschen arbeiten, sei es bei einer Betreuung im Einzelsetting oder bei der Arbeit mit Paaren und Familien.

Hinweis: Der Besuch des Seminars Nr. 123 "Suchterkrankungen erkennen und richtig einordnen" bietet eine gute Vorbereitung für dieses Seminar.

Semindauer: 18 Stunden (16 Stunden Unterricht und 2 Stunden Selbststudium)

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
126	Fr/Sa, 27.–28. September 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-126



Paarberatung – vom Erstgespräch zu einem erfolgreichen Prozess in der Paarberatung



Seminarleitung: Peter Michalik, Dipl. Partner-, Paar- und Familienberater IKP. Beziehungscoach IKP. Zertifizierter Paarlife® Coach. emTrace® Emotionscoach. Beauftragt als Seminarleiter am IKP.

Die Hauptkompetenz in der Paarberatung besteht darin, sicher durch die komplexen emotionalen Erfahrungen der Klientinnen zu navigieren, emotionale Prozesse zu begleiten und diese zu transformieren.

Sie lernen zentrale psychologische Wirkmechanismen hinter bewährten Paar-Interventionen kennen. Zudem erhalten Sie einen wirksamen Rahmen für die Umsetzung in der Praxis, d. h. ganz konkrete Schritt-für-Schritt-Anleitungen, um Paare systematisch und mit Leichtigkeit zu beraten.

Sie lernen:

- Wie ein erfolgreiches Erstgespräch für Paare aufgebaut und strukturiert sein muss, damit es von den Klientinnen als zielführend und selbstwirksam erreichbar wahrgenommen wird.
- Wie Sie eine transformative Allianz mit Paaren aufbauen und so optimale Ergebnisse mit Paaren erzielen können.
- Wie Sie ambivalente Aufträge (in der Paarberatung ca. 90%) in sinnvolle Zielvereinbarungen umwandeln können.
- Was wichtige Wirkfaktoren für eine gute Emotionsregulation bei Paaren sind.
- Die Aktivierung passender emotionaler Ressourcen als Schlüssel für eine nachhaltige Veränderung in der Paarberatung.
- Wirksame Körperinterventionen im Paarsetting.
- Was optimale Transferinterventionen in der Paarberatung sind und wie diese eingesetzt werden.

Neben dem Vorstellen der Techniken und konkreten Fallbeispielen wird die Arbeit auch praktisch eingeübt und gefestigt. Das Seminar verhilft Ihnen zu mehr Sicherheit und Leichtigkeit in der Paarberatung.

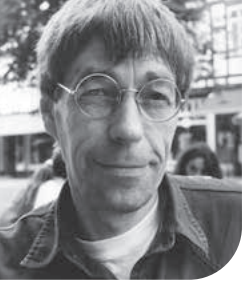
Hinweis: Dieses Seminar ist auf die PFB-Ausbildung zugeschnitten und es wird empfohlen, dieses Seminar erst gegen Ende des Lehrgangs zu besuchen.

Für alle anderen Ausbildungsgänge wird die IKP-Weiterbildung Kompetenzerweiterung Paarberatung empfohlen.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
127	Fr/Sa, 26.–27. Januar 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-127



Arbeiten mit Symbolen als Methode der Intervention in psychosozialen Berufen

Seminarleitung: Wilfried Schneider, Integrativer Sozialtherapeut AISF

"Was ist das Problem? – Was soll anders sein? – Wie soll es sein? – Wie komme ich dorthin?"

Wer kann das in einer Krise schon so genau benennen, die damit verbundenen Gefühle spüren, sie akzeptieren, ordnen? Das scheint den Betroffenen oft schwer, manchmal unmöglich. Insbesondere dann, wenn auslösende Ereignisse weit zurückliegen (z. B. frühe Störungen), Erlebnisse traumatisiert sind, emotionales Blackout vorhanden ist, Ereignisse nicht in den Zusammenhang mit der Störung gestellt werden können oder dürfen und eine Summe von auslösenden Faktoren vorliegt, die nicht in einen Zusammenhang gebracht werden können.

Wenn die Worte fehlen, können Symbole als Sprache dienen und zum Dolmetscher werden. In diesem Workshop werden Methoden über die Symbolarbeit vermittelt. Bei den Materialien handelt es sich um Handwerkszeug, das die Betroffene im wörtlichen Sinne begreifen kann. Unter anderem lassen sich diese Materialien erfolgreich in der Traumaarbeit einsetzen.

Schwerpunkte sind z. B.:

- Emotionen – Gefühle – Affekte,
- Familiensysteme (Beziehungsdreieck, Dramadreieck usw.),
- Möglichkeit, innere Bilder nach aussen zu kehren,
- Kommunikationsprobleme,
- Biografie-Arbeit, Lebensplanung, Identität,
- Arbeit mit Ressourcen und Wahrnehmung,
- Umgang und Interventionen mit Zeit.

Das Lernen geschieht durch praktische Erfahrungen, durch Ausprobieren, Arbeiten.

Es werden Techniken und Methoden aus einer Fülle von rund 300 Interventionen durch praktischen Umgang zugänglich gemacht. Eine aktive Mitarbeit ist erforderlich.

Hinweis zu Fachliteratur: Wenn Worte fehlen – Symbole als Dolmetscher. Ein Praxisbuch für Therapie, Beratung, Begleitung von Teams und Pädagogik. Schneider W., Studien Verlag, Innsbruck 2019

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
131	Fr/Sa, 12.–13. Juli 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-131



Die Kraft der Selbsthypnose – das Praxisseminar

Seminarleitung: Tom Sigrist, lic. oec. publ., dipl. Naturarzt/Heilpraktiker

Gerade wer bereits als Therapeutin/Beraterin mit Menschen arbeitet oder dies plant, achtet mit grossem Gewinn darauf, selbst in der eigenen Kraft zu bleiben.


Selbsthypnose ermöglicht es uns, auch in anspruchsvollen Lebenssituationen unsere Ressourcen immer wieder zu stärken, einem Burn-out präventiv vorzubeugen und im Alltag oder im Beruf unsere Ziele leichter zu erreichen.

Damit dies gelingt, lernen wir die wirkungsvollsten Selbsthypnose-Techniken kennen. Der Theorieteil ist bewusst kompakt gestaltet – es gibt viel Zeit zum Üben und es gleich anzuwenden.

Sie lernen:

- sich selbst einfach in Trance zu versetzen,
- sich auch in anspruchsvollen Situationen bewusst abzugrenzen,
- störende Gedanken zu stoppen und zu verabschieden,
- selbsthypnotische Rituale, um in Ihrer Kraft zu bleiben, auch wenn alles drunter und drüber geht,
- innere Konflikte zu bereinigen,
- Blockaden zu lösen,
- neue Ressourcen aufzubauen als auch bestehende Ressourcen gezielt zu aktivieren,
- wirksame Selbsthypnose-Techniken für Ihre Arbeit als Therapeutin/Beraterin, aber auch für Ihr Privatleben.

Die ausführlichen Kursunterlagen unterstützen Sie dabei, das Gelernte auch Ihren Klientinnen weiterzugeben. Für dieses Seminar werden keine Kenntnisse vorausgesetzt.

Follow-up via  zoom

Mit zeitlicher Distanz zu diesem Seminar findet ein 2-stündiges virtuelles Folgetreffen (Follow-up) via Zoom statt, mit dem Ziel, Erfahrungen zu besprechen und nachträgliche Fragestellungen zu beantworten. Zoom Follow-up Datum: 29.05.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
157	Fr/Sa, 3.–4. Mai 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-157



BodyAnchoring: Ein Weg in die wundersame Welt der Gegenwart

Seminarleitung: Emanuel Haselbach, lic. phil. I, eidg. anerkannter Psychotherapeut

Wie kann es gelingen, mehr Bewusstheit und Achtsamkeit im Alltag zu leben?

Körperzentrierung und Bewusstheit (Awareness) sind wichtige Konzepte sowohl für den Alltag als auch für beratende und therapeutische Berufe.

Willst du dich vermehrt dort aufhalten, wo das Leben stattfindet? Hast du genug davon, zerstreut zu sein? Dann bist du in diesem Seminar richtig!

Lernziele:

- Du wirst die Qualität von Gegenwärtigkeit in Übungen neu erfahren.
- Wir erarbeiten und erkunden Wege, die es uns ermöglichen, länger in der Gegenwart zu verweilen.
- Du erhältst viele Anregungen bezüglich Selbsterinnerung.
- Wir erkunden das Awareness-Kontinuum und wie wir es für uns und unsere Beratungen und Therapien nutzen können.
- Wir lernen Körperzentrierung und wie wir sie auch bei der Arbeit und im Alltag beibehalten können.

Du wirst angeleitet, die BodyAnchoring-Methode auf dich zuzuschneiden und für dich optimal anzuwenden. Du wirst viele Ideen und Inputs bekommen, die dir dabei helfen, BodyAnchoring im Alltag umzusetzen.

Verankert-Sein im Körper – und damit in der Gegenwart – ist eine Voraussetzung für gelingende mentale und emotionale Selbstregulation. Dies ermöglicht dir eine Selbststeuerung, die dir privat und beruflich viel Nutzen bringen kann.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
159	Fr/Sa, 6.–7. Dezember 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-159



Einführung in die Krankheitslehre

Seminarleitung: Dr. med. **Rolf Oberholzer**

Aufbauend auf dem Basiswissen von Anatomie, Physiologie und Pathophysiologie bietet dieses Seminar einen Überblick über die Schulmedizin. Dabei werden häufige Krankheitsbilder aller Organsysteme und organsystemübergreifende Krankheiten besprochen. Ziel ist es, die Teilnehmer(innen) mit der Systematik der Denkweise in der medizinischen Behandlung vertraut zu machen. Diese Denkweise wird anhand mehrerer realer Fallbeispiele illustriert, die auch Grundlage für interaktive Diskussionen sind.

Im Seminar ist Zeit für Fragen und punktuelle Vertiefungen bewusst eingeplant. Zusätzlich können von den Teilnehmerinnen zwei von fünf zur Auswahl stehenden schulmedizinische Themen selbst bestimmt werden.

Dieses Seminar setzt schulmedizinisches Basiswissen voraus.

Seminardauer:

18 Std. Unterricht und

8 Std. angeleitetes Selbststudium

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
202-1	Fr/Sa, 5.–6. Januar 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
202-2	Fr/Sa, 26.–27. Januar 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
202-3	Fr/Sa, 28.–29. Juni 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-202-1



600-202-2



600-202-3



Ernährungspanorama

Gestaltarbeit in der Ernährungs-Psychologischen Beratung

Seminarleitung: Cornelia Smola, dipl. oec. troph. Univ.

Essen ist wie eine Sprache, die wir ab Geburt erlernen, zunächst in der Beziehung mit der Mutter und der Familie, später im Kontakt mit dem weiteren Umfeld. Sie enthält vielfältige Erfahrungen aus vorausgegangenen Lebensabschnitten und drückt längst nicht nur unsere aktuellen Vorlieben und Abneigungen aus. Mit ihren Folgen für Aussehen, Wohlbefinden und Gesundheit beeinflussen unsere Essmuster Körperempfinden und Selbstdefinition. Körperbezogene Lebenseinstellungen, wie „Mein Körper gehört mir – mit ihm kann ich machen, was ich will“ bis hin zu „Mein Körper macht mit mir, was er will“ wirken sich wiederum nachhaltig auf das Essverhalten aus.

Sowohl die Essmuster, die eigentlich mal der sozialen Anpassung dienen, als auch die daraus entstandenen Einstellungen können eine bewusst gewünschte Veränderung des Essverhaltens blockieren.

Das Ernährungspanorama bringt als Beratungstool gegenwärtiges Verhalten, kritische Entwicklungstendenzen und Ressourcen in Zusammenhang mit der persönlichen Entwicklungsgeschichte. Die Vorgehensweise beruht als spezifische Form der Biographiearbeit auf dem gestalttherapeutischen Ansatz. Sie ordnet körperliche Symptome und seelische Konflikte eines Menschen nicht getrennten Sphären zu, sondern sieht beide als mögliche Ausdrucksformen eines Organismus.

Im Seminar haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, die Wirkung an sich selbst zu erfahren und Zusammenhänge zu entdecken. Sie lernen das Ernährungspanorama vor dem theoretischen Hintergrund des gestalttherapeutischen Ansatzes kennen und erhalten Unterstützung für die Anwendung in der praktischen Arbeit mit Klientinnen.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
305	Fr/Sa, 6.–7. September 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-305



Achtsame Körperwahrnehmung, Körperbild und Emotionsregulation

(insbesondere in der Behandlung von Menschen
mit Essstörungen und/oder Adipositas)

Seminarleitung: Thea Rytz, lic. phil. hist.

«Ich hatte ganz am Anfang nicht das Gefühl, ein Problem zu haben. Ich merkte nicht, dass ich einen Körper hatte. Mein Kopf überlegte, ich merkte nicht, was ich berührte. Ich habe gelernt zu fühlen, wo ICH bin. Ich habe mich nicht respektiert. Indem ich gelernt habe, mich zu spüren, habe ich die Grundlage geschaffen, immer wieder zu versuchen, mich zu respektieren, körperlich und seelisch. Wenn ich heute manchmal nervös bin, dann lege ich meine Hände auf den Bauch, das hilft mir sehr, ich merke dann: Da bin ich.» (aus: Rytz, 2010, S. 69.)

Sich zu spüren schafft die Grundlage dafür, sich mehr zu respektieren. Achtsame Selbstwahrnehmung und ein respektvoller Umgang mit sich selbst stärken das Selbstwertgefühl. Durch das Fördern einer wohlwollenden Aufmerksamkeit für die eigenen Körperempfindungen entdecken die Klientinnen wieder, was ihnen guttut, und sie gewinnen Vertrauen in die eigene Wahrnehmung zurück. Selbstfürsorge wird zu einer vorstellbaren Alternative zum destruktiven Sucht, Kontroll- und Vermeidungsverhalten und kann nach und nach in den Alltag integriert werden.

Das Seminar vermittelt neben Theorie und Selbsterfahrung einen Einblick in die achtsame Körperwahrnehmung und wie diese emotionsregulierend wirkt, insbesondere wenn jemand von einer Essstörung und/oder von Adipositas betroffen ist. Praxis, Reflexion und klinische Fallbeispiele werden eng miteinander verbunden.

Folgende thematische Schwerpunkte werden vermittelt:

- Achtsame Körperwahrnehmung und Emotionsregulation als ressourcenorientierter Ansatz,
- Aufmerksamkeitslenkung und Impulskontrolle,
- Körperbild und Selbstwert im familiären und gesellschaftlichen Kontext,
- Selbstfürsorge und Selbstabwertung – Umgang mit Ambivalenzen in der Beratung.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
306	Fr/Sa, 31. Mai – 1. Juni 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Bern	Fr. 590.–



600-306



Sporternährung: Sportartspezifische Anpassungen und alles zu Supplements

Seminarleitung: Dominique Judith Rémy, dipl. Ernährungsberaterin HF

Ziel dieses Seminars ist es, ein umfassendes Verständnis für Sporternährung und sportartspezifische Ernährungsstrategien zu entwickeln, um diese sicher im Umgang mit dem Kunden individuell in der Praxis umzusetzen.

Sie erfahren, welche unterschiedlichen sportartspezifischen Ernährungskonzepte bei verschiedenen körperlichen Belastungen relevant sind. Neben der Basisernährung thematisieren wir die Einflüsse auf die Leistungsfähigkeit und die Energiebereitstellung bei verschiedenen Intensitäten und somit Sportarten.

Zur Abrundung und für eine umfassende und kompetente Beratung befassen wir uns auch mit folgenden Themenschwerpunkten:

- Beratung von Klientinnen bezüglich Regeneration,
- Wettkampfsituationen,
- gezielter Einsatz von Sportgetränken und Supplementen.

Nebst den oben genannten Inhalten stehen das gemeinsame Erarbeiten und praxisnahe Umsetzung des Gelernten im Vordergrund des Seminars.

Hinweis: Dieses Seminar setzt Basiswissen in der Ernährungslehre voraus.

Seminardauer: 18 Std. (16 Std. Unterricht und 2 Std. Selbststudium)

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
307	Fr/Sa, 5.–6. April 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-307



Mindful Eating – achtsame Beziehung zu sich und zum Essen

Seminarleitung: Cornelia Smola, dipl. oec. troph. Univ.

Wie wir essen, sagt viel über unsere Beziehung zu uns selbst aus.

Menschen mit Essproblemen versuchen häufig, diese **Beziehung zu sich selbst abubrechen**. Sie möchten ihr Bedürfnis nach Essen nicht mehr spüren. Zusammen mit mehr Ernährungswissen und Selbstdisziplin ist dies meist ein erfolgloser Lösungsversuch. Stattdessen kann der **bewusste und achtsame Umgang** mit den eigenen Körpersignalen, Gefühlen, Bedürfnissen und Werthaltungen das Essverhalten **nachhaltig verändern**.

Das Seminar bringt den **Mindfulness-Ansatz und Konzepte der achtsamen Körperwahrnehmung mit dem anthropologischen Würfelmodell in Verbindung**. Vor diesem Hintergrund setzen sich die Teilnehmenden aktiv mit ihrer eigenen Beziehung zu sich, zu ihrem Körper und zu ihrem Essverhalten auseinander. Mit zahlreichen praktischen Übungen betrachten und erforschen wir diese Beziehung.

Der zweite Tag widmet sich insbesondere der Umsetzung von Achtsamkeit in der praktischen Beratungsarbeit. Dabei geht es sowohl um die **achtsame Beratungshaltung** als auch um die **Vermittlung von Achtsamkeit**.

Das Seminar richtet sich an alle Interessierte, die sich ihrem Essverhalten aus der Perspektive der achtsamen Selbstwahrnehmung zuwenden wollen und Mindfulness-Methoden in ihre Beratungen integrieren möchten. Die Teilnehmenden erhalten zahlreiche Impulse für sich selbst, neue Möglichkeiten für die Ausrichtung ihrer Beratungen und einen Katalog von **Interventionen zur Anwendung in der praktischen Arbeit mit Klientinnen**.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
310	Fr/Sa, 15.–16. November 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-310



Das Streben nach Schönheit

Schönheitsideale wandeln sich,
die Schönheit an sich ist zeitlos

Seminarleitung: Jsabella Zädow, MAS Managed Health Care

Ein negativer Umgang mit dem eigenen Äusseren scheint bei allen Frauen der Welt tief verwurzelt zu sein. Ebenso das Bestreben, dem gesellschaftlichen Schönheitsideal möglichst nahe zu kommen. Wer nicht dem geltenden Ideal entspricht, kann unter psychischen Problemen oder einer generellen Lebensunzufriedenheit leiden. Oder umgekehrt: **Tieferliegende Probleme können auf das Körpererleben projiziert werden.**

In der psychologisch unterstützten Auseinandersetzung mit dem Thema **Schönheitsideal, Körpererleben und Ernährung** können wir Menschen vom Druck der ewigen Jugend entlasten und zu einer neuen, inneren Freiheit verhelfen. Frauen, deren Schönheitsideale näher an der Lebenswirklichkeit liegen, **erleben ein höheres Schönheitsempfinden und Wertschätzung gegenüber sich selbst.**

Das Seminar richtet sich an Teilnehmerinnen der Richtung psychologische Beratung und Ernährungspsychologie.

Nebst spannenden Methoden für die Beratungspraxis sorgt der **intensive Selbsterfahrungsteil** für ein erlebnisreiches Seminar.

Follow-up via zoom

Mit zeitlicher Distanz zu diesem Seminar findet ein 2-stündiges virtuelles Folgetreffen (Follow-up) via Zoom statt, mit dem Ziel, Erfahrungen zu besprechen und nachträgliche Fragestellungen zu beantworten. Zoom Follow-up Datum: 25.10.2024, 14.00 bis 16.00 Uhr.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
311	Fr/Sa, 20.–21. September 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-311



Praxiseröffnung für Ernährungs-Psychologische Beraterinnen

Seminarleitung: Sandra Suter, lic. ès sciences économiques

Das Seminar richtet sich an Studierende und Absolventinnen der Fachrichtung Ernährungs-Psychologische Beratung, die beabsichtigen, sich selbstständig zu machen. Die Dozentin verfügt über langjährige Erfahrung in den Bereichen Ernährungsberatung und Marketing und erarbeitet mit Ihnen Lösungsansätze für eine erfolgreiche Praxiseröffnung.

Folgende Themen werden behandelt:

- Praxisinfrastruktur,
- Patienten-Administration,
- Versicherungsfragen,
- interdisziplinäre Vernetzung,
- Kostenrechnung,
- Marketing-Konzept,
- Marketing-Kommunikation.

Follow-up via zoom

Mit zeitlicher Distanz zu diesem Seminar findet ein 2-stündiges virtuelles Folgetreffen (Follow-up) via Zoom statt, mit dem Ziel, Erfahrungen zu besprechen und nachträgliche Fragestellungen zu beantworten. Zoom Follow-up Datum: 23.10.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
319	Fr/Sa, 27.–28. September 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-319



Ernährungstrends verstehen und beurteilen

Seminarleitung: Monika Schmid, dipl. Ernährungsberaterin BSc

Neuartige Ernährungsweisen gibt es viele. Jährlich werden noch nicht dagewesene, gesündere und noch bessere Möglichkeiten publiziert. Zum Beispiel die Paleo-Ernährung, das intermittierende Fasten oder die High-Protein-Ernährung. Ernährungstrends können Nutzen, aber auch Risiken mit sich bringen. Mangelernährung, ungünstige Einflüsse auf die Gesundheit und den Stoffwechsel können die Folgen sein, vor allem bei Menschen, die sich noch im Wachstum befinden oder an einer Krankheit leiden.

Ziel dieses Seminares ist es, die aktuellsten Ernährungsströmungen vorzustellen, aus wissenschaftlicher Sicht zu beurteilen und Beratungsempfehlungen daraus abzuleiten. Klientinnen und Klienten können somit fundiert zu diesen Themen beraten und begleitet werden.

Themenschwerpunkte sind:

- Ernährungstrends und deren Entwicklung zu erkennen,
- verschiedene Trends aus gesundheitlicher Sicht zu beurteilen,
- individuelle Empfehlungen für verschiedene Bevölkerungsgruppen abzuleiten.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
321	Fr/Sa, 25.–26. Oktober 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-321



Wechseljahre – Wandlungsjahre

Die Lebensmitte neu entdeckt aus Sicht der Ernährungs-Psychologischen Beratung

Seminarleitung: Helena Kistler-Elmer, dipl. Ernährungsberaterin FH

Die Wechseljahre sind der Beginn einer neuen Phase im Leben einer Frau. Sie sind von zahlreichen Umstellungen geprägt und zeigen sich vielschichtig. In der Ernährungs-Psychologischen Beratung bilden psychosoziale Themen sowie körperliche Veränderungen, meist im Zusammenhang mit einer ungünstigen Gewichtsveränderung, einen wichtigen Themenschwerpunkt, der von den Klientinnen angegangen werden möchte.

In Anlehnung an den ganzheitlichen Ansatz der Ernährungs-Psychologischen Beratung beleuchten wir in diesem Seminar den aktuellen Lebenskontext der Frau in der Mitte des Lebens mit all seinen Facetten des Frauseins. Unter Einbezug medizinischer und psychosozialer Aspekte sowie aktualisierten Ernährungsempfehlungen soll sich ein praxisnaher und persönlichkeitsstärkender Leitfaden für die ganzheitliche Beratung ergeben. Dabei können unterstützende, anwendbare Werkzeuge für den Ernährungs-Psychologischen Beratungsalltag mitgenommen werden.

Eigene Fallbeispiele aus der Praxis sind sehr willkommen. Mit erlebnis- und prozessorientierten Methoden nimmt auch die Selbsterfahrung einen wichtigen Teil ein.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
322	Fr/Sa, 29.–30. November 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-322



Die Lebensmittelpyramide auf dem Teller – ausgewogen, schnell, fein

Seminarleitung: Barbara Steffen, Diätköchin HFP

2'000 Kalorien auf dem Teller – was heisst das in der Praxis?

Als Teilnehmerin erhalten Sie einen praktischen Gesamtüberblick der Ernährungslehre vom Einkaufen, Planen und Zubereiten von allen Mahlzeiten (Frühstück bis zum Nachtessen inkl. Zwischenmahlzeiten). Ziel des Seminars ist, die gelernten Empfehlungen der Lebensmittelpyramide «auf den Teller zu bringen».

Das Seminar unterstützt Sie in der beratenden Tätigkeit, indem eine bessere Vorstellung von Mengen vermittelt wird. Weiter lernen Sie sinnvolle Anpassungen in der Menüplanung der Klientinnen und deren kompetente Anwendung umzusetzen.

Was heisst 45 g rohe Teigwaren, wenn diese gekocht auf dem Teller sind? Was heisst das für den übergewichtigen Bauarbeiter, der ständig Hunger hat?

Die Teilnehmerinnen erarbeiten sich eine Vorstellung davon, was 2'000 kcal entspricht. Nur so können sinnvolle Anpassungen zusammen mit den Klientinnen erarbeitet werden. Neben dem ernährungspsychologischen Ansatz ist dies eine wichtige Grundlage, um eine kompetente Beratung anzubieten.

Während dem gemeinsamen Kochen und Geniessen wird das ernährungspsychologische Tool VAKOG miteinbezogen. Restenverwertung, «Einmal Kochen – zweimal Geniessen» sowie das Lesen und Verstehen von Nährwertangaben und Deklaration von Lebensmitteln runden das genussvolle und praxisorientierte Seminar ab.

Hinweis: Ein Unkostenbeitrag für das Mittagessen an beiden Tagen von CHF 50.– pro Teilnehmerin ist im Seminarpreis inbegriffen.

Bitte beachten Sie die Durchführungszeiten und den Durchführungsort auf dem Bestätigungsschreiben.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
323	Fr/Sa, 9.– 10. Februar 2024	09.30 bis 17.30 Uhr	Bern	Fr. 590.–



600-323



Bewusste Wahrnehmung und Stärkung der Ich-Grenze in der Ernährungs-Psychologischen Beratung

Seminarleitung: Andrea Ramseier, Beraterin im psychosozialen Bereich mit eidg. Diplom

Kennen Sie das? Sie haben eine Begegnung mit jemandem und kommen ins Gespräch. Bereits während dem Gespräch, oder kurz danach, macht sich irgendwie ein ungutes Gefühl bemerkbar – eine Verärgerung, ein flaes Gefühl im Bauch oder ein etwas bitterer Nachgeschmack. Vermutlich ist während diesem Gespräch etwas in der Nähe Ihrer mentalen Ich-Grenze passiert, eventuell wurde diese gar überschritten und es ist etwas in Ihrem «inneren Garten» gelandet.

Das Thema Grenzen und Grenzüberschreitung ist im Alltag zwar omnipräsent, doch nehmen wir es kaum bewusst so wahr. Unter anderem hat das vielleicht auch damit zu tun, dass uns sowohl eine adäquate Sprache wie auch ein konkretes Bild dafür fehlen.

Mit dem Ich-Grenze-Modell nach Dr. med. Klaus Blaser lernen Sie ein verständliches mentales Modell kennen. Damit werden Grenzen und die mentale Innenwelt sowohl sichtbar wie auch spürbar. Das flexible Einnehmen verschiedener Aufmerksamkeitsstandorte und Aufmerksamkeitsmodi ermöglicht einen selbstbewussten und achtsamen Umgang mit sich selbst und gleichzeitig auch mit dem Umfeld. Zusätzlich trägt es dazu bei, zwischenmenschliche Begegnungen oder herausfordernde Alltagssituationen besser zu erfassen und somit auch stimmiger zu gestalten – persönlich, beruflich wie auch im Beratungsalltag.

Ein besonderes Augenmerk legen wir auf das Essverhalten, welches ebenfalls durch die unterschiedlichen Aufmerksamkeitsstandorte und -modi beeinflusst wird. Dabei rückt auch die Rolle als Beratungsperson in den Fokus.

Dieses Seminar bietet zahlreiche Impulse, die Sie ganz persönlich oder auch im Beratungsalltag gewinnbringend umsetzen können. Es richtet sich in erster Linie an Teilnehmerinnen der Ernährungspsychologie, aber auch psychologische Beraterinnen können davon profitieren.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
324	Wird 2025 wieder angeboten.	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



Alles Wichtige zur Diplomarbeit und zum Diplomabschluss

Seminarleitung: Angelika Hollenstein,
Beraterin im psychosozialen Bereich mit eidg. Diplom

Dieses Seminar richtet sich an die Studierenden der Körperzentrierten Psychologischen Beratung IKP (KZPB) sowie der Paar- und Familienberatung IKP (PFB) und wird als Vorbereitung für den Diplomabschluss sehr empfohlen.

Das Seminar beinhaltet folgende Schwerpunkte:

- Formale und inhaltliche Aspekte der Audio-/Videoaufnahme und der Dokumentation,
- Wichtiges zur Disposition,
- Von der Themenfindung zur Diplomarbeit,
- Einflechten von Literatur (Theorie) und Praxis (Fallbeispiel) in die Diplomarbeit,
- Korrektes Zitieren,
- Information über den Ablauf des Prüfungstages.

Die Teilnehmenden erhalten am Seminartag ein Skript mit den notwendigen Informationen zur Erstellung der Diplomarbeit. Jede Kursteilnehmerin hat während dieses Seminars die Gelegenheit, sich mit dem eigenen Thema auseinanderzusetzen und Fragen zu stellen. Das Seminar wird auch Studierenden empfohlen, welche bereits das Thema ihrer künftigen Diplomarbeit gewählt haben und Unterstützung bei der Formulierung der Disposition oder des Inhaltsverzeichnisses wünschen. An diesem Kurstag gibt es die Möglichkeit, ein Beispiel einer Diplomarbeit und einer Audio-/Video-Dokumentation einzusehen.

Ergänzend zum Seminar besteht die Möglichkeit, eine individuelle Lernberatung kostenpflichtig in Anspruch zu nehmen.

Seminardauer: 9 Std. (8 Std. Unterricht und 1 Std. Selbststudium)

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
332	Fr, 26. April 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 320.–



600-332

Schauen Sie sich zu diesem Seminar ein kurzes Video an. Sie können das Video via QR-Code öffnen oder die URL direkt im Browser eingeben: <https://vimeo.com/447062761>



Video anschauen



Erfolgreich in die Selbständigkeit!

Kundenstammaufbau, eigene Identität, Branding und Kommunikation

Seminarleitung: Denisa Mayer, BSc, und Stephan A. Mayer, MBA

Die Gründung einer eigenen Praxis ist oft mit Unsicherheiten oder Versagensängsten verbunden. Eigene Stärken zu erkennen und bewusst anzuwenden ist Ihr Schlüssel zur erfolgreichen Praxiseröffnung. Das Erlernen von Kommunikationsstrategien ermöglicht es Ihnen, sich auf dem Markt zu positionieren und Klienten/Aufträge zu gewinnen.

In diesem Seminar stehen praktische Übungen in Gruppen mit den Schwerpunkten Kommunikationsfähigkeiten, Bewusstsein der eigenen Dienstleistungsangebote und individueller Eigenschaften sowie dem Umgang mit der eigenen Gefühlswelt im Vordergrund. Zudem wird die Aufmerksamkeit auf folgende Punkte gelegt:

- Lernen der Artikulation eigener Kernkompetenzen, eigene Identität, USPs,
- Erlernen von Gesprächsstrategien,
- Umwandlung von Bedenken und Hemmungen in konstruktive Gespräche mit Klientinnen oder potenziellen Arbeitgebern,
- Selbstmotivation und Wellbeing,
- Networking als Marktzugang, Marktklärungen,
- Einnahmeplanung, Verkaufsstrategien, Vermarktung (Branding),
- WOOP-Analyse – Zielsetzung.

Der Besuch des eintägigen Seminars empfiehlt sich für angehende Körperzentrierte Psychologische Beraterinnen IKP, Ernährungs-Psychologische Beraterinnen IKP und Paar- und Familienberaterinnen IKP nach dem 1. Ausbildungsjahr oder bei Aufnahme der selbständigen Tätigkeit.

Follow-up via zoom

Mit zeitlicher Distanz zu diesem Seminar findet ein 2-stündiges virtuelles Folgetreffen (Follow-up) via Zoom statt, mit dem Ziel, Erfahrungen zu besprechen und nachträgliche Fragestellungen zu beantworten. Zoom Follow-up Datum: 12.12.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
334	Sa, 30. November 2024	09.15 bis 17.30 Uhr	Zürich	Fr. 320.–



600-334



Therapeutische Beziehungserfahrung

"Alpaka-Seminar"

Seminarleitung: Evelyne Kamer Rietiker, dipl. Psychologin FH, eidg. anerkannte Psychotherapeutin

Die meisten psychischen Störungen entstehen in der Beziehung zu anderen Menschen. Aus diesem Grund ist es nicht verwunderlich, dass die **Qualität der therapeutischen Beziehung** Voraussetzung für die optimale Persönlichkeitsentwicklung der Klientinnen ist und zu mehr Entwicklung und Heilung führt als jede Methode.

Dieses Seminar ist ein Besonderes: Durch die **Begegnung mit Alpakas** erhalten Sie die Gelegenheit, die optimale therapeutische Beziehungsgestaltung erlebniszentriert zu erfahren. Durch ihre hochsensible Wahrnehmung erkennen Alpakas die (In-)Kongruenz zwischen der inneren Haltung und dem gezeigten Verhalten des Gegenübers und geben unmittelbares Feedback.

In diesem Seminar geht es also in erster Linie nicht um Methodenvermittlung, sondern um die **persönliche Erfahrung mit sich selbst und der eigenen therapeutischen Haltung**. Zudem wird das therapeutische Setting intensiv in Echtzeit-Länge von einer Stunde geübt.

Hinweis: Dieses Seminar richtet sich an Studierende (ab mind. 2.Weiterbildungsjahr) mit praktischer therapeutischer bzw. beraterischer Erfahrung. Die Anzahl der Teilnehmenden ist auf 14 Personen beschränkt.

Dies ist ein Outdoor-Seminar und findet in Steckborn (Thurgau) statt. Eine allfällige Übernachtung muss selbst organisiert werden und ist in den Seminarkosten nicht inbegriffen. Mit der definitiven Anmeldung erhalten Sie alle nötigen Informationen zu diesem Seminar.

Wichtig: Dieses Seminar wird alternierend alle zwei Jahre angeboten.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
351-4	Fr/Sa, 16.–17. August 2024	09.15 bis 19.00 Uhr	Steckborn	Fr. 590.–



600-351-4

Ihr Partner
für professionelle
Geschäftsdrucksachen



**BODENSEE
DRUCK**
AKZIDENZ | COUVERT | GIVEAWAY



BODENSEE DRUCK AKZIDENZ COUVERT GIVEAWAY		2023											
Jan. 2023	Feb. 2023	März 2023	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	September	Oktober	November	Dezember	Jan. 2024	
1. 1. 2023	1. 2. 2023	1. 3. 2023	1. 4. 2023	1. 5. 2023	1. 6. 2023	1. 7. 2023	1. 8. 2023	1. 9. 2023	1. 10. 2023	1. 11. 2023	1. 12. 2023	1. 1. 2024	

Fragen Sie uns an. Wir beraten Sie gerne.

Im Sägenloh 4 · D-78333 Stockach
Postfach 175 · CH-8240 Thayngen

Tel. +49 (0) 77 71 / 875 96 80 · Fax +49 (0) 77 71 / 875 96 82
info@bodenseedruck.de · www.bodenseedruck.de



RÜCK(en)-HALT(ung)

Unsere Befindlichkeit spiegelt sich
in unserem Rücken und in unserem Atem

Seminarleitung: Denise Geier, KomplementärTherapeutin mit Branchenzertifikat OdA KT

Verspannungen und schmerzhafte Störungen des Rückens sind heute weit verbreitet. Oft sind sich die Betroffenen nicht bewusst, woher ihre Probleme kommen.

Sprechen wir von der Haltung eines Menschen, so ist aus der Formulierung allein nicht ersichtlich, ob wir dessen Körperhaltung oder dessen innere Haltung meinen. Trotzdem führt diese sprachliche Zweideutigkeit nicht zu Missverständnissen, denn die äussere Haltung entspricht zu einem grossen Teil der inneren Haltung. Dies kommt auch in vielen Redewendungen zum Ausdruck: Da gibt es aufrichtige und geradlinige Menschen und auch solche, die gerne buckeln; wir kennen steife sowie hartnäckige Leute, manch einem fehlt nicht nur Haltung, sondern auch Halt.

Einerseits vermittelt dieses Seminar ein breites Spektrum spezifischer Atem- und Bewegungsübungen für die Behandlung von Rückenbeschwerden und zur Bewusstwerdung der Haltung sowie Interventionen auf der Behandlungsliege.

Andererseits wird die „Haltung“ der Therapeutin mittels Selbsterfahrung dahingehend geschult, dass es möglich wird, sich über den Ist-Zustand des Rückens und des Atems mit geeigneten Instrumenten der Ursache von Störungen/Beschwerden auf subtile, ganzheitliche Art zu nähern.

Dieses Seminar eignet sich für praktizierende Interessentinnen (oder für Körpertherapeutinnen), die sich neue Wege für die Behandlung von ursächlichen Rückenbeschwerden wünschen.

Praxis-Vertiefungstag (P): Dieser Tag dient nach obigem Seminar zur Repetition und Vertiefung des Gelernten. Der Besuch des Seminars muss vorgängig erfolgt sein.

Anmerkung: Beide Teile (Seminar wie auch Praxis-Vertiefungstag) sind als Weiterbildung für Atemtherapeutinnen und Praktizierende geeignet. Sie sind einzeln buchbar.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
A 1	Fr/Sa, 2.–3. Februar 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 580.–
A 1-P	So, 17. März 2024	09.15 bis 18.15 Uhr	Zürich	Fr. 210.–



601-001



602-001

Seminar 602-001
auf Anfrage



Praktische Meridian-Übungen in Bewegung und Atem

Seminarleitung: Denise Geier, KomplementärTherapeutin mit Branchenzertifikat OdA KT

In diesem Seminar haben Sie die Möglichkeit, die Meridiane in ihren spezifischen Qualitäten zu erfahren, die Kei Raku-Lehre praktisch zu vertiefen und so Ihren Werkzeugkoffer für die Arbeit mit Ihren Klientinnen zu erweitern. Durch Übungen in Bewegung und Ruhe und durch Bewegungsmeditation erleben Sie das Zusammenspiel von Atem, Bewegung, Haltung, emotionalem und sozialem Verhalten.

Wir orientieren uns an der Kei Raku-Lehre nach Dr. V. Glaser, einem vielschichtigen Modell auf der Grundlage der chinesischen Meridianlehre. Es zeigt menschliche Verhaltensweisen in der Begegnung mit der Welt auf und gibt uns Anhaltspunkte für Diagnostik und atemwirksame Interventionen. Die praktische Arbeit mit Klientinnen in der Einzeltherapie und in Gruppen wird dadurch wesentlich bereichert.

Die lebendige Auseinandersetzung mit uns selbst, mit unserer Um- und Mitwelt, unterstützt durch Musik und Bilder, weckt die Lust an Bewegung und Ausdruck. Dabei wird das gesamte tonusregulierende System angesprochen, was eine vertiefte, reaktionsfähige Atmung und geschmeidige, koordinierte Bewegungen ermöglicht. Unsere Erlebnis- und Kommunikationsfähigkeiten, aber auch unsere Bewegungs- und Verhaltensmöglichkeiten werden erweitert. Die dabei gemachten Erfahrungen eröffnen den Zugang zu den eigenen Ressourcen.

Hinweis: Dieses Seminar empfiehlt sich als Ergänzung zum Seminar Nr. 076 «Yin und Yang in der Harmonie – den Energiefluss wecken in der Atemtherapie» und wendet sich an alle, die an Atem und Bewegung in Zusammenhang mit energetischer Arbeit und psychosomatischer Dynamik interessiert sind. Es eignet sich auch zur Weiterbildung für Atem- und Körpertherapeutinnen.

Praxis-Vertiefungstag (P): Dieser Tag dient nach obigem Seminar zur Repetition und Vertiefung des Gelernten. Der Besuch des Seminars muss vorgängig erfolgt sein.

Anmerkung: Beide Teile (Seminar wie auch Praxis-Vertiefungstag) sind als Weiterbildung für Atemtherapeutinnen und Praktizierende geeignet. Sie sind einzeln buchbar.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
A 2	Fr/Sa, 4.–5. Oktober 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 580.–
A 2-P	So, 20. Oktober 2024	09.15 bis 18.15 Uhr	Zürich	Fr. 210.–



601-002



602-002



Atemmassage – die Kunst des therapeutischen Berührens

Seminarleitung: Esther König, KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom

Berühren und Berührtwerden, sowohl auf der körperlichen wie auch auf der seelisch-geistigen Ebene, zählt zu den menschlichen Grundbedürfnissen und ist eine Voraussetzung für Gesundheit und Wohlbefinden. Berühren ist taktile Kommunikation und Interaktion: Zur Begrüssung gibt man sich die Hand, man stupst das Gegenüber an, um Aufmerksamkeit zu erlangen, oder legt dem betrübten Kind tröstend die Hand auf die Schulter. In der Atemmassage wird Berührung therapeutisch eingesetzt, der Kontakt der Hände wirkt auf die Muskelspannung und die Atmung der Klientin ein. Die Atmung wiederum steht in enger Wechselwirkung mit psychisch-seelischen Vorgängen, weshalb die Atemmassage auch einen direkten Einfluss auf die Befindlichkeit des Menschen ausübt. Empfindet die Person eine Berührung als angenehm, und fühlt sie sich im Berührtsein als ganzer Mensch wahrgenommen und gemeint, so ermöglicht das Hinwendung und Kontakt. Der Muskeltonus kann sich harmonisieren, vegetative Eutonie wird möglich. Aus dieser Bereitschaftshaltung heraus kann die Selbstregulation des Menschen aktiviert werden, welche sich in körperlicher Gesundheit, seelischer Stabilität und adäquatem Sozialverhalten ausdrückt. Atemmassage bildet einen wichtigen Bestandteil der Ganzheitlich-Integrativen Atemtherapie IKP. Die Kernthemen "Berührungsqualität", "Präsenz und Kontakt" und "Umgang mit Nähe und Distanz" werden in diesem Seminar praxisnah vermittelt, persönliche Sicherheit im Umgang mit diesen wird aufgebaut. Wir arbeiten mit Berührungen am liegenden und sitzenden Menschen, und eine Vielfalt von Übungen und Phasen der Theorie und Reflexion runden das vertiefte Erleben des Themas ab. Dieses Seminar richtet sich an alle Interessierten, welche in der Atem- und Körperarbeit Berührung therapeutisch nutzen wollen.

Praxis-Vertiefungstag (P): Dieser Tag dient nach obigem Seminar zur Repetition und Vertiefung des Gelernten. Der Besuch des Seminars muss vorgängig erfolgt sein.

Anmerkung: Beide Teile (Seminar wie auch Praxis-Vertiefungstag) sind als Weiterbildung für Atemtherapeutinnen und Praktizierende geeignet. Sie sind einzeln buchbar.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
A 4	Fr/Sa, 26.–27. April 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 580.–
A 4-P	So, 12. Mai 2024	09.15 bis 18.15 Uhr	Zürich	Fr. 210.–



601-004



602-004



Atemwegserkrankungen

Seminarleitung: Barbara Lemberger, KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom

Es gibt vielfältige Erkrankungen der Atemwege mit unterschiedlichen Ursachen.

Dieses Seminar bietet Gelegenheit, verschiedene Atemwegserkrankungen, deren Definitionen, Ursachen, Krankheitsbilder und Symptome besser kennen zu lernen. Folgende spezielle Erkrankungen der Atemwege werden in den Fokus genommen: Asthma, cystische Fibrose (Mukoviszidose), Lungenentzündung, Tuberkulose, chronische Bronchitis und Lungenemphysem (COPD).

Atemerleichternde Stellungen, spezifische Ateminterventionen auf der Behandlungsliege und Übungen, die wir in diesem Seminar kennen lernen, besprechen und erfahren, helfen in der Praxis, Klientinnen mit einer Atemwegserkrankung optimal zu begleiten.

Hinweis: Dieses Seminar eignet sich auch als Fortbildung für Atemtherapeutinnen.

Praxis-Vertiefungstag (P): Dieser Tag dient nach obigem Seminar zur Repetition und Vertiefung des Gelernten. Der Besuch des Seminars muss vorgängig erfolgt sein.

Anmerkung: Beide Teile (Seminar wie auch Praxis-Vertiefungstag) sind als Weiterbildung für Atemtherapeutinnen und Praktizierende geeignet. Sie sind einzeln buchbar.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
A 9	Fr/Sa, 8.–9. März 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 580.–
A 9-P	So, 21. April 2024	09.15 bis 18.15 Uhr	Zürich	Fr. 210.–



601-009



602-009

Seminar 602-009
auf Anfrage



Atem erfahren – Atemarbeit nach Middendorf

Seminarleitung: Esther König, KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom

Ilse Middendorf hat als Begründerin des erfahrbaren Atems die Atem- und Körpertherapie des 20. Jahrhunderts nachhaltig geprägt. So bildete ihre Arbeit auch eine der Grundlagen für die Entwicklung der Ganzheitlich-Integrativen Atemtherapie IKP.

Bei diesem Ansatz geht es darum, über bewusste Bewegungen und Berührungen den individuellen Atem zu fördern und ihn erfahrbar zu machen. Die Körper- und Selbstwahrnehmung und das achtsame Anwesend-Sein im Moment werden geschult.

Die Arbeit beruht auf Selbsterfahrung. Der Atem dient dabei als Leitlinie, welcher zu umfassenderem körperlichen und seelischen Wohlbefinden, zu innerem Wachstum und zur Selbstheilung führen kann. Das Seminar bietet ein vertieftes Erleben des zugelassenen Atems. Es werden theoretische und geschichtliche Hintergründe als Grundlage für intensives praktisches Arbeiten und Erfahren vermittelt.

Hinweis: Dieses Seminar ist ein Grundlagenseminar für Studierende der Ganzheitlich-Integrativen Atemtherapie IKP.

Praxis-Vertiefungstag (P): Dieser Tag dient nach obigem Seminar zur Repetition und Vertiefung des Gelernten. Der Besuch des Seminars muss vorgängig erfolgt sein.

Anmerkung: Beide Teile (Seminar wie auch Praxis-Vertiefungstag) sind als Weiterbildung für Atemtherapeutinnen und Praktizierende geeignet. Sie sind einzeln buchbar.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
A 12	Fr/Sa, 6.–7. September 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 580.–
A 12-P	So, 6. Oktober 2024	09.15 bis 18.15 Uhr	Zürich	Fr. 210.–



601-012



602-012



Ressourcen- und lösungsorientierte Beratung in der Atemtherapie IKP

Seminarleitung: Esther König, KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom

Eine Stärke der Ganzheitlich-Integrativen Atemtherapie IKP besteht darin, Emotionen, Gedanken und Erinnerungen, welche während einer Behandlung zutage treten, aufzugreifen und im begleitenden Gespräch zu bearbeiten.

Der ressourcen- und lösungsorientierte Ansatz hat sich hier als sehr wirkungsvoll erwiesen: Der Fokus wird dabei auf die dem Menschen innewohnenden Kompetenzen und Ressourcen gelegt. Gemeinsam werden neue Perspektiven eröffnet und anschliessend Strategien entwickelt, wie mit möglichst selbstbestimmten Schritten der Zielzustand erreicht werden kann. Selbstwirksamkeit und Selbstverantwortung werden gestärkt, die Klientin ist Expertin in Fragen ihrer eigenen Gesundheit und Lebensführung.

Im Seminar beschäftigen wir uns mit den theoretischen Grundlagen der ressourcen- und lösungsorientierten Beratung im Kontext der Atemtherapie und ihrer wissenschaftlichen Hintergründe. Der Schwerpunkt liegt jedoch auf der praktischen Umsetzung: Wir erarbeiten uns ein Repertoire an praxiserprobten Methoden und Techniken, mittels deren wir begleitende Gespräche ressourcen- und lösungsorientiert gestalten können.

Praxis-Vertiefungstag (P): Dieser Tag dient nach obigem Seminar zur Repetition und Vertiefung des Gelernten. Der Besuch des Seminars muss vorgängig erfolgt sein.

Anmerkung: Beide Teile (Seminar wie auch Praxis-Vertiefungstag) sind als Weiterbildung für Atemtherapeutinnen und Praktizierende geeignet. Sie sind einzeln buchbar.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
A 13	Fr/Sa, 11.–12. Oktober 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 580.–
A 13-P	So, 8. Dezember 2024	09.15 bis 18.15 Uhr	Zürich	Fr. 210.–



601-013



602-013

Seminar 601-013
auf Anfrage



Die Kraft der inneren Bilder – Imagination in der Atemtherapie IKP

Seminarleitung: Esther König, KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom

Menschen wissen seit Jahrhunderten um die Heilkraft innerer Bilder. Diese wurden zum Beispiel schon im Tempelschlaf in der Antike, bei schamanischen Reisen, während der Meditation und spirituellen Erfahrungen in verschiedenen Kulturen angewandt. Die aktuellen Forschungsergebnisse, vor allem im Bereich der Neurobiologie, liefern wissenschaftlichen Hintergründe, wie durch Vorstellungskraft unsere innere Welt, sprich Gehirnstrukturen, beeinflusst und nachhaltig verändert werden können (Stichwort Neuroplastizität).

Imagination ist eine reproduktive und schöpferische Kraft des Geistes, ist die Schnittstelle zwischen dem inneren psychischen Erleben und der äusseren Welt. Sie hat dadurch eine grosse Bedeutung für die therapeutische Praxis erlangt. In der Atemtherapie treten innere Bilder immer wieder spontan auf, das können wir nutzen! Die behutsam begleitete Imagination wirkt prozessunterstützend und heilend, brachliegende Ressourcen werden gezielt geweckt und im Alltag integriert.

In diesem Seminar erlernen wir die Grundlagen für die Arbeit der geführten Imagination und erarbeiten uns ein breites Repertoire an Übungen, welche gut in die therapeutische Arbeit integriert werden können. Das praktische Arbeiten und die Selbsterfahrung stehen dabei im Vordergrund. Theoretische Hintergründe und wissenschaftliche Erklärungen werden zum fundierten Verständnis der Arbeit eingeflochten.

Dieses Seminar richtet sich an alle Interessierten, welche in der Atem- und Körperarbeit auch verbal arbeiten und die Kraft der Imagination nutzen wollen.

Praxis-Vertiefungstag (P): Dieser Tag dient nach obigem Seminar zur Repetition und Vertiefung des Gelernten. Der Besuch des Seminars muss vorgängig erfolgt sein.

Anmerkung: Beide Teile (Seminar wie auch Praxis-Vertiefungstag) sind als Weiterbildung für Atemtherapeutinnen und Praktizierende geeignet. Sie sind einzeln buchbar.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
A 15	Fr/Sa, 19.–20. Januar 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 580.–
A 15-P	So, 10. März 2024	09.15 bis 18.15 Uhr	Zürich	Fr. 210.–



601-015



602-015

Seminar 601-015
auf Anfrage



Mutig und stark! Kinder und Jugendliche in der Atemtherapie

Seminarleitung: Rita D'Amelio, dipl. Sozialpädagogin FH

In der heutigen Zeit sind die Erwartungen an Kinder und Jugendliche in Familie, Schule und Freizeit so hoch, dass weder Langeweile noch hingebungsvolles Spiel genügend Raum finden. Der gesellschaftliche Druck schwächt das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zusätzlich. Da sich z. B. emotionale Defizite, Ängste, fehlendes Durchsetzungsvermögen gegenüber Gleichaltrigen und körperliche Symptome bei jungen Menschen noch nicht über lange Zeit eingeschliffen haben, bewirken gezielte Interventionen nachhaltige Veränderungen.

Wir setzen uns während den zwei Tagen mit folgenden Inhalten auseinander:

- Entwicklungspsychologie,
- seelischen Grundbedürfnissen,
- spielerischen Interventionen,
- Fantasiereisen,
- Umgang mit Ängsten,
- Einsatz von verschiedenen Medien.

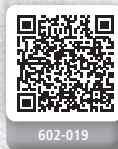
Kinder und Jugendliche stehen am Anfang ihres Lebensweges. So lohnt es sich im Hinblick auf ihre Zukunft, sie in ihrem Selbstwert und Selbstverständnis zu stärken, damit sie den Herausforderungen des Alltags gewachsen sind und ihr Potenzial frei entfalten können.

Hinweis: Dieses Seminar richtet sich an Teilnehmerinnen, die erste Erfahrungen in der therapeutischen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen machen möchten.

Praxis-Vertiefungstag (P): Dieser Tag dient nach obigem Seminar zur Repetition und Vertiefung des Gelernten. Der Besuch des Seminars muss vorgängig erfolgt sein.

Anmerkung: Beide Teile (Seminar wie auch Praxis-Vertiefungstag) sind als Weiterbildung für Atemtherapeutinnen und Praktizierende geeignet. Sie sind einzeln buchbar.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
A 19	28.–29. Juni 2024	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 580.–
A 19-P	So, 15. September 2024	09.15 bis 18.15 Uhr	Zürich	Fr. 210.–





Vokalraum- und Körperarbeit als Grundlage für mehr Präsenz und Stimmkraft

Seminarleitung: Isabella Cianciarulo, KomplementärTherapeutin mit Branchenzertifikat Oda KT

Ein empfindungsbewusster Körper, ein frei fließender Atem und eine entsprechende Haltung sind Voraussetzung für kraftvolle Präsenz und einen harmonischen Ausdruck. Stimme und Klang sind vertontes Ausatmen. In diesem Seminar werden Elemente der „Vokalraumarbeit“ nach Ilse Middendorf und die Methode „Atem-Tonus-Ton“ von Maia Höller-Zangenfeind miteinander kombiniert. Die „Vokalraumarbeit“ ermöglicht, den zugelassenen Atem wahrzunehmen, lässt uns die inneren Atemräume differenzieren und in ihrer Wirkung auf das körperliche und seelische Befinden erfahren. Vokale und Konsonanten können im therapeutischen Kontext aber auch für den Eigengebrauch wirkungsvoll eingesetzt werden.

Ausgewählte Klang- und Haltungsübungen lassen den ganzen Körper zum Instrument unserer Stimme werden und bringen uns einer Idealspannung näher. Dabei wird die Wichtigkeit einer atemgerechten Haltung deutlich, welche die Tragkraft der Stimme fördert und unterstützt. Die Gesetzmässigkeiten des Atems werden über die Körpererfahrung deutlich.

Die zwei Tage ermöglichen viel Eigenerfahrung im Sitzen und Stehen, teilweise auch im Liegen. Wir experimentieren und forschen mit Vokalen und Konsonanten. Ausgewählte Körper- und Klangübungen lassen uns unterschiedliche Spannungszustände erfahren. Dadurch können sich Stimme und Ausdruck spürbar und nachhaltig verändern. Wir erleben praxisnah, wie sich eine körpergerechte Haltung auf Atem und Befinden auswirkt und wie wir diese im Alltag als Ressource fördern können.

Praxis-Vertiefungstag (P): Dieser Tag dient nach obigem Seminar zur Repetition und Vertiefung des Gelernten. Der Besuch des Seminars muss vorgängig erfolgt sein.

Anmerkung: Beide Teile (Seminar wie auch Praxis-Vertiefungstag) sind als Weiterbildung für Atemtherapeutinnen und Praktizierende geeignet. Sie sind einzeln buchbar.

Semindauer: 18 Std. (16 Std. Unterricht und 2 Std. Selbststudium)

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
A 20	Fr/Sa, 21.–22. Juni 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 580.–
A 20-P	Sa, 1. September 2024	09.15 bis 18.15 Uhr	Zürich	Fr. 210.–



601-020



602-020

Die Online-Praxisverwaltung für Berater, Therapeuten und Psychotherapeuten.

Sowohl Tarif 590 als auch Grundversicherung (OPK)

- Seit Juli 2022 gilt für Fachpersonen in der psychologischen Psychotherapie das neue Anordnungsmodell.
- Wir von healthapp begleiten Sie beim Wechsel im Bereich des Praxismanagements.
- Inklusive Abrechnung direkt an die Krankenkassen.
- Von der Terminvereinbarung über das Führen eines Klientendossiers bis zur Rechnungskontrolle.
- Online-Applikation, jederzeit und überall nutzbar.
- Kostenloser Support bei Bedarf.
- Kalendersynchronisation mit Smartphone und Online-Terminvereinbarung.



www.healthapp.ch
info@healthapp.ch
071 520 74 90

- Bis CHF 10'000 Jahresumsatz kostenlos
- Danach 0,6% auf Jahresumsatz, jedoch maximal CHF 360 pro Jahr



Psychologie Grundkurs (Sozialwissenschaftliche Grundlagen SG): 5 Tage bzw. 40 Stunden

Seminarleitung: Dr. phil. **Kathleen Schwarzkopf**, eidg. anerkannte Psychotherapeutin

Psychologie im Berufs- und Praxisalltag: Theorien, Fragestellungen und Erkenntnisse

Die fünf Module (total 40 Stunden) bieten den Teilnehmerinnen eine fundierte Basis sowie wissenschaftlich gesichertes Fachwissen. Prägnant werden die wichtigsten Psychotherapierichtungen und die Grundelemente und -begriffe der Psychologie vorgestellt und u. a. Antworten auf folgende Fragen gegeben:

- Was ist das Erbe von Freud?
- Was steckt hinter den Begriffen «Persönlichkeit» und «Persönlichkeitsentwicklung»?
- Wo liegt die Grenze zwischen Beeinflussung und Manipulation?
- Was sagt die Hirnforschung über Potenzialentfaltung und Achtsamkeit?
- Warum schlägt ein zu gut gemeinter Überzeugungsversuch wie ein Bumerang zurück?
- Warum ist Angriff manchmal doch die beste Verteidigung?
- Wieso sollten Helfende paradoxerweise manchmal gerade nicht helfen?
- Wie beeinflussen Wikipedia und Social Media Wissensvermittlung und Lernen?

Es findet ein Transfer der spezifischen Themen in den privaten und beruflichen Alltag statt, jedoch wird bewusst auf weitere Selbsterfahrung während des Seminartages verzichtet.

Kosten: 5 Kurstage à 8 Std.: Fr. 1'350.–

(Kurstage sind nicht einzeln buchbar!)

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
410	Samstag, 2. November 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	online	Fr. 1'350.–
	Samstag, 23. November 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	online	
	Samstag, 14. Dezember 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	online	
	Samstag, 18. Januar 2025	09.15 bis 18.30 Uhr	online	
	Samstag, 15. Februar 2025	09.15 bis 18.30 Uhr	online	

Die curricularen Inhalte des Psychologie Grundkurses umfassen:



Grundlagen:

- Einführung in die Psychologie,
- Überblick über die wichtigsten Psychotherapierichtungen,
- verschiedene psychotherapeutische Ansätze,
- Kognitive Psychologie,
- Entwicklungspsychologie,
- Biologische Psychologie,
- Lernpsychologie.



Kommunikation:

- Kommunikationspsychologie,
- Aspekte der verbalen und nonverbalen Kommunikation,
- therapeutische Beziehungsgestaltung,
- Auswirkung von sozialer Interaktion auf Gefühle, Gedanken, Kommunikation und Verhalten.



Change:

- Ressourcenorientierte Lern- und Veränderungsprozesse,
- Selbstwahrnehmung und Selbstreflexion,
- lösungsorientierte Vorgehensweisen,
- Bedürfniszentriertheit,
- Resilienz.





Klienten- und Therapeutensicherheit (Medizinische Grundlagen MG):

28 Kontaktstunden

Seminarleitung: Christiane Ritzmann, MAS, dipl. Physiotherapeutin FH

Dieses Modul besteht aus 4 Grundlagentagen à 7 Stunden. Sie lernen, ein strukturiertes anamnestisches Gespräch zu führen und Symptome der Organsysteme des Körpers zu deuten. Sie erkennen „red flags“ (Signale, die auf schwerwiegende Krankheitszustände hinweisen) und handeln entsprechend ihrer Dringlichkeit. Dies kann Ihnen helfen, im Notfall richtig zu reagieren und die Entscheidung zu treffen, ob Sie Ihre Klientin sicherheitshalber an eine andere Fachperson (z. B. Ärztin oder Psychotherapeutin) weiterweisen wollen. Gemeinsam erarbeitet werden Übersichten über verschiedene Fachstellen, mit denen Sie im interdisziplinären Austausch stehen.

Die hygienischen Grundsätze der komplementärtherapeutischen Praxis werden repetiert und anhand ausgewählter Themen der Infektionslehre reflektiert. Sie werden sich der Möglichkeiten und Grenzen der Komplementärtherapie bewusst und sind in der Lage, für Ihre Klientinnen sowie für sich selbst ein sicheres Arbeitsfeld zu schaffen und ihr Netzwerk auf- und auszubauen.

Hinweis: Bitte beachten Sie, dass dieses Modul eine Abschlussarbeit beinhaltet!

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
420	Sonntag, 8. September 2024	09.15 bis 17.15 Uhr	Zürich	Fr. 980.–
	Sonntag, 13. Oktober 2024	09.15 bis 17.15 Uhr	Zürich	
	Sonntag, 10. November 2024	09.15 bis 17.15 Uhr	Zürich	
	Sonntag, 1. Dezember 2024	09.15 bis 17.15 Uhr	Zürich	

Die curricularen Inhalte des Moduls Medizinische Grundlagen umfassen folgende Bereiche:

- Klientinnenbefragung und Dokumentation,
- Technik und sinnvolle Gliederung sowie komplementärtherapeutisch-relevante Gewichtung der Fragen,
- Leitsymptome verschiedener Organsysteme und Differentialdiagnose,
- Erkennen, Einordnen und Umgang mit «red flags»,
- Einschätzen und Vorgehen bei Notfällen,
- Kommunikation mit Betroffenen, Angehörigen und Fachpersonen,
- interdisziplinäre Zusammenarbeit mit medizinischen / psychologischen Fachstellen,
- Möglichkeiten und Grenzen der Komplementärtherapie bei Vorliegen medizinischer und/oder psychologischer Störungen und Erkrankungen,
- Hygiene und Infektionslehre,
- praktische Umsetzung von hygienischen Grundsätzen und Massnahmen in der eigenen komplementärtherapeutischen Praxis.

Voraussetzung für den Besuch dieses Moduls:

- Schulmedizinisches Basiswissen,
- Seminar Nr. 600-202 (Krankheitslehre).

Kosten: Fr. 980.–

(Kurstage sind nicht einzeln buchbar!)





Berufsspezifische Grundlagen (BG):

40 Kontaktstunden

Seminarleitung: Monica Brunner, KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom

Dieses Modul besteht aus 5 Grundlagen-Tagen à 8 Stunden. An diesen Tagen setzen Sie sich vertieft mit berufsspezifischen Aspekten der Komplementärtherapie auseinander. Sie repetieren, vertiefen und erweitern Ihre Kenntnis über die Fähigkeiten und Fertigkeiten, die Sie im Rahmen Ihrer Berufsausübung als Therapeutin im Komplementärbereich benötigen. Zudem werden Sie in der Lage sein, den Beruf der Atemtherapeutin im grösseren Kontext der Komplementärtherapie und des Gesundheitswesens allgemein zu reflektieren, wodurch Sie mehr Selbstsicherheit in der praktischen Ausübung Ihres Berufes erlangen können.

Die curricularen Inhalte des Moduls BG umfassen folgende Bereiche:

BG 1:

Tag 1 und 2 – Gesundheitsverständnis, Menschenbild und Ethik

- Das Gesundheitsverständnis gemäss KomplementärTherapie (Modelle und Konzepte der Gesundheitsförderung); Repetition und vertiefte Reflexion des eigenen Umgangs und der eigenen Überzeugungen im Hinblick auf das Thema «Gesundheitsverständnis»,
- Auseinandersetzung mit «Gesundheit» und «Krankheit» als dynamischer Prozess,
- Festigen und Reflektieren des Menschenbildes in der KomplementärTherapie; Erweiterung des Wissens um andere Menschenbilder, Gemeinsamkeiten und Unterschiede,
- Reflexion des eigenen Menschenbildes,
- Bewusstsein für Gesundheitsförderung und Risikofaktoren in der KT; mögliche Umgangsweisen damit in der Praxis,
- Gesundheitsdeterminanten und Gesundheitsverhalten – Faktoren für gesteigerte Resilienz und die Umsetzung in der Praxis,
- Palliative Curative Care in der KomplementärTherapie,
- Entwicklung von Strategien für ein persönliches und nachhaltiges Gesundheitsverhalten,
- Repetition und vertiefte Auseinandersetzung der Themen Ethik, Moral und Menschenrechte in Bezug auf die Berufsausübung in der KomplementärTherapie.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
430	Sonntag, 22. September 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	siehe rechts
	Sonntag, 17. November 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	
	Sonntag, 12. Januar 2025	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	
	Sonntag, 9. Februar 2025	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	
	Sonntag, 16. März 2025	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	

BG 2:

Tag 3 bis 5 – Berufsidentität, Vernetzung im Gesundheitswesen und Praxisführung

- Die neuere Berufsentwicklung der KomplementärTherapie und ihre Abgrenzung und Unterscheidung zur Alternativmedizin,
- Grundzüge der Methoden der KomplementärTherapie und der Fachrichtungen Alternativmedizin; Gemeinsamkeiten und Unterschiede,
- Beitrag an Gesundheit und Positionierung der KomplementärTherapie im gesellschaftlichen Kontext,
- Möglichkeiten und Grenzen der Komplementärtherapie,
- praktische Aspekte der Praxisführung von A–Z,
- Geschäftsplan, Marketinginstrumente, Rechnungswesen, Dokumentation und Ablage,
- Versicherungen und steuerliche Aspekte,
- Krankenkassenanerkennung/Registrierstellen (EMR/ASCA),
- Tarif 590,
- Umgang mit Krankenkassenberichten (Richtlinien und Beispiele),
- Vertiefung rund um das Thema Praxisgestaltung,
- Repetition und Vertiefung zu den Hygienestandards,
- Positionierung und Vernetzung der KomplementärTherapie im größeren politischen Rahmen,
- Überblicke über die wesentlichen Aspekte des Gesundheitssystems, der Gesundheitspolitik und Gesundheitsökonomie,
- wichtige Institutionen im Gesundheitswesen; Aufgaben und Kompetenzbereiche,
- Vernetzungsmöglichkeiten,
- rechtliche Aspekte in Bezug auf die Praxisausübung: Bewilligungen, Titelschutz und Titelführung,
- betriebliche Rechtsformen, Kriterien für Selbständigerwerbende,
- Aspekte der Qualitätssicherung in der Komplementärtherapie.

Buchungsvarianten:

Kosten 1. – 5. Tag: Fr. 1'350.– **BG 1+2: Sem. Nr. 430-1**

oder

Kosten 1. – 2. Tag: Fr. 600.– **BG 1: Sem. Nr. 430-2**
(Gesundheitsverständnis, Menschenbild und Ethik)

oder

Kosten 3. – 5. Tag: Fr. 900.– **BG 2: Sem. Nr. 430-3**
(Berufsidentität, Vernetzung im Gesundheitswesen u. Praxisführung)





Pharmakologie

Seminarleitung: Dr. med. **Rolf Oberholzer**

Diese Einführung in die Pharmakologie vermittelt Grundkenntnisse in allgemeiner und spezieller Pharmakologie. In der allgemeinen Pharmakologie werden die Einflüsse des Medikamentes auf den Organismus (Pharmakodynamik) und der Umgang des Organismus mit dem Medikament (Pharmakokinetik) thematisiert. Die Seminarinhalte der speziellen Pharmakologie behandeln die medikamentösen Behandlungsoptionen der häufigsten Krankheiten der verschiedenen Organsysteme.

Die Auswahl der Krankheiten orientiert sich an den Inhalten des schulmedizinischen Basiskurses und des Seminars „Einführung in die Krankheitslehre“ im Sinne einer Repetition und Vertiefung. Grundkenntnisse in Anatomie, Physiologie und Pathophysiologie, wie sie im schulmedizinischen Basiskurs vermittelt werden, sind erforderlich.

Seminardauer: 18 Std. (16 Std. Unterricht und 2 Std. Selbststudium)

Hinweis: In diesem Seminar ist eine grosse Teilnehmerzahl möglich!

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
440	Fr/Sa, 15.–16. März 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-440

KomplementärTherapeut mit eidgenössischem Diplom

Seit 2015 gibt es in der Schweiz den anerkannten und geschützten Titel «KomplementärTherapeutin mit eidgenössischem Diplom». Bereits geniesst dieser staatlich anerkannte Abschluss in Gesellschaft und Gesundheitswesen, inklusive den Krankenkassen, einen höheren Stellenwert gegenüber den früheren rein privaten, nicht formalen Abschlüssen.

Mit der akkreditierten Berufsausbildung in Ganzheitlich-Integrativer Atemtherapie IKP bereiten Sie sich auf den späteren eidg. KT-Abschluss vor. Er unterstützt die Zusammenarbeit mit der Schulmedizin im Sinne einer interaktiven Medizin und setzt europataugliche Standards (nationaler Qualifikationsrahmen für Abschlüsse in der Berufsbildung [NQR Berufsbildung]).

Sind Sie bereits Besitzerin des Branchenzertifikats OdA KT und möchten sich auf die höhere Fachprüfung vorbereiten? Wir begleiten Sie auch nach Ihrem Abschluss mit den folgenden Angeboten auf Ihrem Weg dorthin:

Supervision

Um an die höhere Fachprüfung (HFP) zugelassen zu werden, benötigen Sie zusätzlich zur Berufspraxis von 2 Jahren (bei einem 50 %-Pensum) oder von 3 Jahren (bei einem 30 %-Pensum) insgesamt 36 Stunden Supervision (davon mindestens 8 Stunden Einzelsupervision). Diese müssen bei einer von der OdA KT anerkannten Supervisorinnen besucht werden.

Das IKP bietet Gruppensupervisionstermine an, an welchen Sie fallbezogene Fragen aus Ihrer beruflichen Praxis einbringen und die Möglichkeit haben, diese zu besprechen. Sie werden dabei in Ihren anspruchsvollen Prozessen unterstützt und können noch kompetenter begleitet, Ressourcen finden und aktivieren. (Durchführungsdaten hierzu finden Sie in unserem Fortbildungsprogrammheft oder auf unserer Homepage.)

IKP-Vorbereitungslehrgang HFP

Für Therapeutinnen, die sich intensiv auf die HFP ausrichten, sich vertieft mit der KT-Thematik vertraut machen möchten und Unterstützung für das Schreiben ihres Fallbeispiels wünschen, besteht die Möglichkeit, am IKP einen 5-tägigen Vorbereitungslehrgang zu besuchen. (Siehe nachfolgende Seite oder in unserem Fortbildungsprogrammheft.)

Der Lehrgang ist so angelegt, dass genügend Zeit zwischen den Kurstagen bleibt, um sich auf die einzelnen Prüfungsteile vorzubereiten. Fokus dieser Fortbildung ist, Ihnen das nötige Werkzeug mitzugeben, damit Sie fachlich kompetent und selbstsicher an die Prüfung gehen können.





IKP-Vorbereitungslehrgang auf die höhere Fachprüfung in KomplementärTherapie

5 Tage à 7 Std.

Seminarleitung: Patrizia Morisoli, KomplementärTherapeutin mit eidgenössischem Diplom, dipl. Körperzentrierte Psychologische Beraterin IKP, dipl. Ganzheitlich-Integrative Atemtherapeutin IKP, Supervisorin OdA KT. Dipl. Sozialpädagogin.

IKP-Vorbereitungslehrgang auf die HFP zum Titel: KomplementärTherapeutin mit eidgenössischem Diplom (Prüfungsteile 1,2,3,4)

Therapeutinnen, die das Branchenzertifikat KomplementärTherapie (KT) an einer akkreditierten Schule erlangt haben, können nach 2 Jahren supervidierter Berufspraxis mit mind. 50% Arbeitspensum, bzw. 3 Jahren supervidierter Berufspraxis mit mind. 30% Arbeitspensum die höhere Fachprüfung KT (HFP) ablegen und so das eidg. Diplom für KomplementärTherapie erlangen. Therapeutinnen, die über das Gleichwertigkeitsverfahren das Branchenzertifikat erlangt haben, können sich nach supervidierter Praxis ebenfalls für die HFP anmelden.

Die HFP fordert ein vertieftes Verständnis des Berufsbildes KT und der Grundlagen KT, sowie fundierte Kenntnisse und Kompetenzen in komplementärtherapeutischem Handeln. Diese Kenntnisse und Kompetenzen, sowie die Vernetzung mit, und Integration in das eigene methodische Vorgehen, werden an der HFP eingehend geprüft. Nebst der Einreichung eines Fallbeispiels werden Kandidatinnen aufgefordert an der Prüfung verschiedene Beispiele aus der Praxis zu beurteilen und aufzuzeigen, wie sie ihre Interventionen der jeweiligen Situation entsprechend komplementärtherapeutisch adäquat einsetzen. Ein wichtiger Aspekt dabei ist die Anwendung der KT Prinzipien und Begriffe, welche die Basis aller komplementärtherapeutischen Richtungen darstellt.

Ziel des Vorbereitungslehrgangs:

- Die Kandidatinnen erhalten eine fundierte, fachliche Vorbereitung für alle 4 Prüfungsteile der HFP
- Sie werden bei der Vorbereitung ihrer Fallstudie gemäss KT Anforderungen unterstützt
- Sie erlangen ein tieferes Verständnis für die KT Prozesse und verinnerlichen das Berufsbild und die Grundlagen KT, sowie die KT Begriffe
- Prüfungsfragen, Prüfung-Fallanalyse und das Fachgespräch zur eigenen Fallstudie werden bearbeitet und geübt

Der Gesamtlehrgang besteht aus 5 Tagen à 7 Stunden (in Abständen von ca. 1,5 Monaten).
Wir bieten 3 verschiedene Buchungsvarianten an:

Seminar	Modul	Datum/Zeit	Ort	Kosten
450-1	Module 1 – 5	siehe rechts	Zürich	1'225.–
450-2	Module 1 – 3	siehe rechts	Zürich	800.–
450-3	Module 4 – 5	siehe rechts	Zürich	530.–

Module	Schwerpunkt	Inhalte
Modul 1 So, 24. März 2024 9.15 - 17.30 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> • Allgemeine Infos HFP • Fallstudie • Grundlage und Berufsbild KT • Handlungskompetenzen (HK) 	<ul style="list-style-type: none"> • Anmeldung HFP • Abgabe Fallstudie • Einführung Fallstudie • KT Ziele • KT Fokus • HK A + B
Modul 2 So, 12. Mai 2024 9.15 - 17.30 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> • Offene Fragen • Fallstudie • Grundlage und Berufsbild KT • HK 	<ul style="list-style-type: none"> • Fallstudie: KL vorstellen, erste Sitzung, HK Begegnen • Fallstudie, Selbstreflektion • KT Gestaltungsprinzipien • HK C + D
Modul 3 So, 30. Juni 2024 9.15 - 17.30 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> • Offene Fragen • Fallstudie • Grundlage und Berufsbild KT • HK C-D-E-F 	<ul style="list-style-type: none"> • Fallstudie: offene Fragen • KT Menschenbild • KT Gesundheit/Krankheitsverständnis • HK E + F und Wiederholung • Hausaufgabe für Modul 4
Modul 4 So, 18. August 2024 9.15 - 17.30 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> • Allgemeine Prüfungsinfos • Grundlage und Berufsbild KT • Prüfungsteil 2 • Prüfungsteil 4 	<ul style="list-style-type: none"> • Was wird geprüft? • KT Qualitätssicherung • Prüfungsfragen bearbeiten • Vorbereitung für die Fallpräsentation
Modul 5 So, 15. September 2024 9.15 - 17.30 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> • Offene Fragen • Prüfungsteil 3 • Prüfungsteil 2 	<ul style="list-style-type: none"> • Prüfungsfälle bearbeiten, analysieren • Fachgespräch zur Fallstudie üben

Die Vorbereitung basiert auf den Grundlagen KT und auf dem Berufsbild KT. Wir empfehlen diese beiden Dokumente auf der OdA KT Webseite (www.oda-kt.ch) herunterzuladen, respektive aus Ihren Unterlagen des Seminars 600-430 ‚Berufsspezifische Grundlagen‘ zur Hand zu nehmen und sie vor dem Vorbereitungslehrgang nochmals durchzulesen.

Prüfungsdatum: 21. bis 25. Oktober 2024

- Anmeldung ab: 3. Januar 2024
- Anmeldeschluss: 21. Juni 2024
- Einreichung der Fallstudie: 25. August 2024

Weitere Informationen zur HFP sowie die Zulassungsbedingungen zur Prüfung finden Sie auf: www.oda-kt.ch/hoehere-fachpruefung/ausschreibung

Hinweis: Das Erreichen der Zulassungsbedingungen für die HFP liegt in der Verantwortlichkeit der Teilnehmenden.

Der Vorbereitungslehrgang wird durch Bundesbeiträge unterstützt.





IKP-Vorbereitungslehrgang auf die höhere Fachprüfung HFP (in Kleingruppen)

Seminarleitung: Angelika Hollenstein und Alexia Kaiser De Filippis

Beide Beraterinnen im psychosozialen Bereich mit eidg. Diplom

IKP-Vorbereitungslehrgang auf die höhere Fachprüfung zum Titel: Beraterin im psychosozialen Bereich mit eidgenössischem Diplom (Prüfungsteile 2 und 3)

Sie möchten Ihrer Tätigkeit als psychosoziale Beraterin **mehr Gewicht verleihen**, indem sie einen eidgenössisch anerkannten Berufsabschluss anstreben. Die höhere Fachprüfung im psychosozialen Bereich eröffnet Ihnen mit überschaubarem Aufwand **neue berufliche Perspektiven** und zeichnet Sie als Expertin im eignen legitimierten Berufsfeld aus.

Falls Sie bereits 8 Jahre Berufserfahrung im psychosozialen Bereich aufweisen (6 Jahre bei Tertiärabschluss) und Mitglied der Schweizerischen Gesellschaft für Beratung SGfB sind, qualifizieren Sie sich für die **verkürzte Prüfungsmodalität**. Das bedeutet, dass Sie von den Prüfungsteilen 1 und 4 dispensiert werden.

Ziel des Vorbereitungslehrgangs ist es, Ihnen die konkreten Aufgabenstellungen, den Aufbau der Prüfungsteile 2 und 3, die Struktur und die Beurteilungskriterien sowie die formalen Anforderungen zu vermitteln. Zudem erhalten Sie die Gelegenheit, Ihre **eigene Identität als Beraterin zu reflektieren** und zu festigen.

Die Weiterbildung ist nur als Ganzes buchbar. Es besteht kein Anspruch auf das Nachholen verpasster Weiterbildungstage.

Hinweis: Im Jahr 2024 wird die neue Wegleitung zur Prüfungsordnung mit Anpassungen der Zulassungsbedingungen in Kraft treten. Die neue Prüfungsordnung wird voraussichtlich Ende 2023 durch die Prüfungskommission der SGfB veröffentlicht.

Gruppe: mind. 4, max. 6 Teilnehmerinnen

Kosten: Fr. 1'590.–

(Kurstage sind nicht einzeln buchbar!)

Ihre Ausbildung wird durch Bundesbeiträge unterstützt.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
451	Do, 25. Januar – Do, 4. Juli 2024	siehe rechts	Zürich	Fr. 1'590.–

Unterrichtszeiten: variieren, je nach Modul

Module	Schwerpunkt	Inhalte
Modul 1a Do, 25. Januar 2024 08.45 – 13.15 Uhr	Prüfungsteil 2: Beratungskonzept	- Das Berufsbild - Ethik - Schweigepflicht/Datenschutz - Selbstreflexion - Menschenbild
Modul 1b Do, 22. Februar 2024 08.45 – 13.15 Uhr		- Das Berufsbild vertiefen - Selbstreflexion - Das Beratungskonzept - Formelles, Einschätzungsbogen - Prüfungsanmeldung
Modul 1c Do, 18. April 2024 08.45 – 11.45 Uhr 3 h Zoom-Meeting		- Gemeinsame Arbeit am eigenen Beratungskonzept
Modul 2a* Do, 16. Mai 2024 08.45 – 13.15 Uhr	Prüfungsteil 3: Beratungspraxis	- Formelles, Einschätzungsbogen - Transkript - Entschlüsselung des Transkripts - Üben
Modul 2b Do, 4. Juli 2024 08.45 – 17.15 Uhr		- Prüfungssimulationen

*Wir empfehlen den Kursteilnehmenden bereits vor Beginn des Moduls 2 Audio-/ Videoaufnahmen entsprechend den Kriterien der HFP aufzunehmen. Die Kriterien sind abrufbar unter <https://sgfb.ch/beraterin-werden/hoehere-fachpruefung>

Prüfungsdatum: Der Anmeldeschluss für die höhere Fachprüfung «Beraterin im psychosozialen Bereich mit eidg. Diplom» ist voraussichtlich im Mai 2024.

Das Beratungskonzept (Prüfungsteil 2) muss voraussichtlich Anfang Juli 2024 eingereicht werden. Die mündlichen Prüfungen (Prüfungsteil 3) finden voraussichtlich im September 2024 statt.

Weitere Informationen zur höheren Fachprüfung sowie die Zulassungsbedingungen zur Prüfung finden Sie auf: <https://sgfb.ch/beraterin-werden/hoehere-fachpruefung>

Hinweis: Das Erreichen der Zulassungsbedingungen für die HFP liegt in der Verantwortlichkeit der Teilnehmenden. Sollte dabei Unterstützung benötigt werden, kann bei der Leitung der Lehrgangsmodule ein Gespräch (Fr. 180.–/h) in Anspruch genommen werden oder mit dem Sekretariat der SGfB Kontakt aufgenommen werden.



Auf alle IKP-Fortbildungen erhalten Alumni IKP-Mitglieder 15 % Rabatt, auf alle IKP-Seminare 20 % Rabatt.

Möchten Sie Mitglied werden? Dann besuchen Sie doch die Alumni IKP-Website: www.alumni-ikp.ch, oder bestellen Sie die Anmeldeunterlagen im IKP-Sekretariat (Tel. 044 242 29 30).

Nutzen Sie Ihre Chance: Via höhere Fachprüfung zum eidg. Diplom.

- ▶ Für KomplementärTherapeutinnen und
 - ▶ für Therapeutinnen mit beraterischem Schwerpunkt
- besteht die Möglichkeit, sich mit einem Lehrgangsmodule auf die höhere Fachprüfung vorzubereiten.

Diese führt zum eidg. Titel:

**Beraterin im psychosozialen Bereich
mit eidgenössischem Diplom**

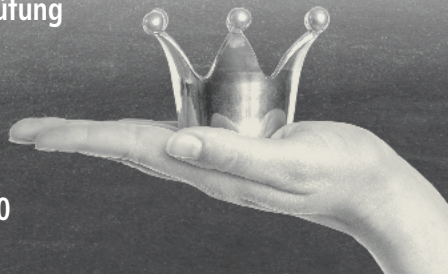
**KomplementärTherapeutin
mit eidgenössischem Diplom**



Info / Anmeldung

Erfahren Sie hier, wie Sie sich
optimal auf die höhere Fachprüfung
vorbereiten können:

www.ikp-therapien.com/fortbildung/hfp
info@ikp-therapien.com oder Tel. 044 242 29 30



Januar 2024

Termin	Ort	Sem.Nr.	Titel	Seite
05.–06.01.	Zürich	202-1	Einführung in die Krankheitslehre	75
12.–13.01.	Zürich	038-2-1	IKP-Grundlagen: Philosophie, Psychologie, Wissenschaft	24
19.–20.01.	Zürich	062	Unsere Burnout-Gesellschaft – ein Blick hinter Arbeitsstress und Leistungsdruck	36
19.–20.01.	Zürich	122-1	Trauma – Auswirkungen, Diagnostik und ganzheitliche Therapiekonzepte – Teil 1	63
19.–20.01.	Zürich	A 15	Die Kraft der inneren Bilder – Imagination in der AT	96
26.–27.01.	Zürich	016-1	Von unbewussten Verhaltensweisen zur bewussten Selbstregulation – (Selbst-)Wahrnehmung und ...	12
26.–27.01.	Zürich	019-1	Beratungskompetenz als Grundlage für erfolgreiche Selbstständigkeit	14
26.–27.01.	Zürich	107-1	Individuelle Persönlichkeitsentwicklung durch ...	57
26.–27.01.	Zürich	127	Paarberatung – vom Erstgespräch zu einem ...	71
26.–27.01.	Zürich	202-2	Einführung in die Krankheitslehre	75
25.01.– ... 04.07.	Zürich	451	IKP-Vorbereitungslehrgang auf die höhere Fachprüfung HFP	110

Februar 2024

02.–03.02.	Zürich	025-1	Die Kunst der Gesprächsführung I	16
02.–03.02.	Zürich	A 1	RÜCK(en)-HALT(ung) – Unsere Befindlichkeit ...	90
09.–10.02.	Zürich	72	Imaginationen zur Entfesselung von Potenzialen	42
09.–10.02.	Bern	323	Lebensmittelpyramide auf dem Teller – ...	84
10.02.	Zürich	094	Strategien zur Überwindung von Starre und Blockaden – von der Hemmung zum Impuls	56
16.–17.02.	Zürich	088	Die Familiengeschichte und ihre Prägungen	52
23.–24.02.	Zürich	025-2	Die Kunst der Gesprächsführung I	16
23.–24.02.	Zürich	038-2-2	IKP-Grundlagen: Philosophie, Psychologie, Wissenschaft	24
23.–24.02.	Zürich	065-1	Psychische Erkrankungen – Teil 1	37

März 2024

Termin	Ort	Sem.Nr.	Titel	Seite
01.–02.03.	Zürich	026-1	Die Kunst der Gesprächsführung II	17
01.–02.03.	Zürich	038-1-1	IKP-Grundlagen: Theoretische Ansätze und Anwendung in der Praxis	23
01.–02.03.	Zürich	107-2	Individuelle Persönlichkeitsentwicklung durch ...	57
08.–09.03.	Zürich	077-1	Schuldgefühle, Selbstwertgefühl und Selbstfürsorge	46
08.–09.03.	Zürich	089	Energetik in Beratung und Therapie	53
08.–09.03.	Zürich	115	Paar- und Familienberatung bei Trennung und Scheidung	60
08.–09.03.	Zürich	A 9	Atemwegserkrankungen	93
10.03.	Zürich	A 15-P	P: Die Kraft der inneren Bilder – Imagination in der AT	96
15.–16.03.	Zürich	47-2	Grundlagen der Gestaltherapie (Basis)	26
15.–16.03.	Zürich	440	Pharmakologie	106
17.03.	Zürich	A 1-P	P: RÜCK(en)-HALT(ung) Unsere Befindlichkeit ...	90
22.–23.03.	Zürich	47-6	Grundlagen der Gestaltherapie (Basis)	26
22.–23.03.	Zürich	076	Yin und Yang in der Harmonie – den Energiefluss ...	45
22.–23.03.	Zürich	124-2	Entwicklungspsychologie – Ressourcen u. Hemmungen ...	68
24.03.–...	Zürich	450	IKP-Vorbereitungskurs auf die höhere Fachprüfung KT	108

April 2024

05.–06.04.	Zürich	034	Traum und Bewusstsein	21
05.–06.04.	Zürich	086	Der innere Kritiker	51
05.–06.04.	Zürich	307	Sporternährung: Sportartspezifische Anpassungen ...	78
19.04.	Bern	092	Schattenarbeit und Integrative...	55
19.–20.04.	Zürich	47-3	Grundlagen der Gestaltherapie (Basis)	26
19.–20.04.	Zürich	075-1	Depressive Störungen besser verstehen, therapieren und beraten	44
21.04.	Zürich	A 9-P	P: Atemwegserkrankungen	93
26.04.	Zürich	332	Alles Wichtige zur Diplomarbeit u. zum Diplomabschluss	86
26.–27.04.	Zürich	051-1-1	Systemisches Stellen	30
26.–27.04.	Zürich	107-3	Individuelle Persönlichkeitsentwicklung durch ...	57
26.–27.04.	Zürich	A 4	Atemmassage – die Kunst des therapeutischen Berührens	92
27.04.	Zürich	031	Aufstellen, Hinschauen, Lösungen erkennen – ...	20

Mai 2024

Termin	Ort	Sem.Nr.	Titel	Seite
03.–04.05.	Zürich	157	Die Kraft der Selbsthypnose	73
12.05.	Zürich	A 4-P	P: Atemmassage – die Kunst des therapeutischen Berührens	92
24.–25.05.	Zürich	073	Das Innere Kind: Herleitung, Umgang und Aussöhnung	43
24.–25.05.	Zürich	123	Suchterkrankungen erkennen und richtig einordnen	65
26.05.	Zürich	076-P	P: Yin und Yang in der Harmonie – den Energiefluss ...	45
30.05.	Zürich	049	Gestalttherapie Live-Arbeit	28
31.05.–...	Zürich	011	Achtsamkeit, Kongruenz und konstruktiver Umgang ...	11
31.05.–...	Zürich	025-3	Die Kunst der Gesprächsführung I	16
31.05.–...	Zürich	47-1	Grundlagen der Gestaltherapie (Basis)	26
31.05.–...	Zürich	47-4	Grundlagen der Gestaltherapie (Basis)	26
31.05.–...	Bern	306	Achtsame Körperwahrnehmung, Körperbild und ...	77

Juni 2024

07.–08.06.	Bern	050	Resilienz und andere Ressourcen aktivieren	29
14.–15.06.	Bern	017	Atemtherapeut. und körperzentrierte Interventionen in	13
14.–15.06.	Zürich	081	Weibliche Kraft, Wut, Weisheit – ein Tabu?	49
20.–21.06.	Zürich	046	Sexuelles Wohlbefinden	25
21.–22.06.	Zürich	114	Aufmerksamkeitsschwierigkeiten bei Kindern und Jugendlichen – was steckt dahinter?	59
21.–22.06.	Zürich	120-1	Kinder und Jugendliche in der Familienberatung und ...	61
21.–22.06.	Zürich	A 20	Vokalraum- und Körperarbeit als Grundlage für mehr Präsenz und Stimmkraft	98
28.–29.06.	Zürich	054	Bindung und Trennung: zulassen – loslassen ...	32
28.–29.06.	Zürich	082	Natürliche Zentrierung	50
28.–29.06.	Zürich	124-1	Entwicklungspsychologie – Ressourcen u. Hemmungen...	68
28.–29.06.	Zürich	202-3	Einführung in die Krankheitslehre	75
28.–29.06.	Zürich	A 19	Mutig und stark! Kinder und Jugendliche in der AT IKP	97
30.06.	Zürich	11-P	P: Achtsamkeit, Kongruenz und konstruktiver Umgang mit Emotionen in der Atem- und Körpertherapie	11

Juli 2024

Termin	Ort	Sem.Nr.	Titel	Seite
05.–06.07.	Zürich	025-5	Die Kunst der Gesprächsführung I	16
12.–13.07.	Zürich	131	Arbeiten mit Symbolen als Methode der Intervention in psychosozialen Berufen	72

August 2024

16.–17.08.	Zürich	113	Ganzheitliche Paar- und Familienberatung IKP	58
16.–17.08.	Zürich	351	Therapeutische Beziehungserfahrung "Alpaka-Seminar"	88
23.–24.08.	Zürich	25-4	Die Kunst der Gesprächsführung I	16
23.–24.08.	Zürich	120-2	Kinder und Jugendliche in der Familienberatung und ...	61
30.–31.08.	Zürich	016-2	Von unbewussten Verhaltensweisen zur bewussten Selbstregulation – (Selbst-)Wahrnehmung und ...	12
30.–31.08.	Zürich	124-3	Entwicklungspsychologie – Ressourcen und ...	68

September 2024

01.09.	Zürich	A 20-P	Vokalraum- und Körperarbeit als Grundlage für ...	98
06.–07.09.	Zürich	091	Selbstwertprobleme erfolgreich behandeln – von ...	54
06.–07.09.	Zürich	122-2	Komplexe, frühkindliche Traumatisierungen ... – Teil 2	64
06.–07.09.	Zürich	305	Ernährungsparanorama – Gestaltarbeit in der EPB	76
06.–07.09.	Zürich	A 12	Atem erfahren – Atemarbeit nach Middendorf	94
08.09. – ...	Zürich	420	MG Medizinische Grundlagen: 4 Tage (28 Std.)	102
13.–14.09.	Zürich	107-4	Individuelle Persönlichkeitsentwicklung durch ...	57
13.–14.09.	Zürich	124-4	Entwicklungspsychologie – Ressourcen und ...	68
15.09.	Zürich	A 19-P	P: Mutig und stark! Kinder und Jugendliche in der AT IKP	97
20.–21.09.	Zürich	071	Psychische Störungen im Kindes- und Jugendalter	41
20.–21.09.	Zürich	311	Das Streben nach Schönheit – Schönheitsideale ...	80
22.09. – ...	Zürich	430	BG Berufsspezifische Grundlagen: 5 Tage (40 Std.)	104
27.–28.09.	Zürich	060	Nähe und Distanz als zentrale Beziehungsaspekte im ...	34
27.–28.09.	Zürich	077-2	Scham, Selbstwertgefühl und Selbstfürsorge	47
27.–28.09.	Zürich	126	Paar- und Familienberatung bei Suchtproblemen	70
27.–28.09.	Zürich	319	Praxiseröffnung für Ernährungs-Psychologische ...	81

Oktober 2024

Termin	Ort	Sem.Nr.	Titel	Seite
04.–05.10.	Zürich	027	Provozieren – aber richtig!	18
04.–05.10.	Zürich	038-1-2	IKP-Grundlagen: Theoretische Ansätze und Anwendung in der Praxis	23
04.–05.10.	Zürich	052	Keine Angst vor Angststörungen – Verbesserung durch praktikable Techniken	31
04.–05.10.	Zürich	A 2	Praktische Meridian-Übungen in Bewegung und Atem	91
06.10.	Zürich	A 12-P	P: Atem erfahren – Atemarbeit nach Middendorf	94
11.–12.10.	Zürich	075-2	Depressive Störungen besser verstehen, therapieren und beraten	44
11.–12.10.	Zürich	A 13	Ressourcen- u. lösungsorientierte Beratung in der AT IKP	95
18.10.	Zürich	066	Körpererfahrungsübungen anhand der Neurotango®-Methode	39
18.–19.10.	Zürich	121	Methoden in der Familienberatung/-therapie mit Kindern und Erwachsenen	62
20.10.	Zürich	A 2-P	P: Praktische Meridian-Übungen in Bewegung und Atem	91
25.–26.10.	Zürich	019-2	Beratungskompetenz als Grundlage für erfolgreiche Selbstständigkeit	14
25.–26.10.	Zürich	022	Intuitive Imagination	15
25.–26.10.	Zürich	321	Ernährungstrends verstehen und beurteilen	82

November 2024

Termin	Ort	Sem.Nr.	Titel	Seite
01.–02.11.	Zürich	035	Ego States – Die Arbeit mit Persönlichkeitsanteilen in Therapie und Beratung	22
01.–02.11.	Zürich	051-1-2	Systemisches Stellen	30
02.11.– ...	online	410	SG Psychologie Grundkurs: 5 Tage (40 Std.)	100
08.–09.11.	Zürich	125	Die Arbeit mit Symbolen als hilfreiche Externalisierung ...	69
15.11.	Zürich	017-P	P: Atemtherapeut. u. körperz. Interventionen in ...	13
15.–16.11.	Zürich	026-2	Die Kunst der Gesprächsführung II	17
15.–16.11.	Zürich	310	Mindful Eating – achtsame Beziehung zu sich und ...	79
22.11.	Zürich	059	Spiritualität	33
22.–23.11.	Zürich	048	Gestalttherapeutisches Arbeiten (Vertiefung)	27
22.–23.11.	Zürich	067	Ganzheitliches Lösen körperlicher Verspannungen und Blockaden in der Atemtherapie	40
22.–23.11.	Zürich	078	Unterschiedliche Bedürfnisse/Konflikte in Partnerschaften	48
29.11.	online	061	Positive Psychologie: Wie Menschen aufblühen – Wohlbefinden steigern	35
30.11.	Zürich	334	Erfolgreich in die Selbständigkeit! Kundenstammaufbau, eigene Identität, Branding und Kommunikation	87
29.–30.11.	Zürich	322	Wechseljahre – Wandlungsjahre. Die Lebensmitte neu entdeckt aus Sicht der EPB	83

Dezember 2024

06.–07.12.	Zürich	025-6	Die Kunst der Gesprächsführung I	16
06.–07.12.	Zürich	047-5	Grundlagen der Gestalttherapie (Basis)	26
06.–07.12.	Zürich	159	BodyAnchoring: Ein Weg in die ...	74
08.12.	Zürich	A 13-P	P: Ressourcen- u. lösungsorientierte Beratung i. d. AT IKP	95
13.–14.12.	Zürich	065-2	Psychische Erkrankungen – Teil 2	38
15.12.	Zürich	067-P	P: Ganzheitliches Lösen körperlicher Verspannungen ...	40

Dozentinnen und Dozenten am IKP

Körperzentrierte Psychotherapie IKP / Psychologische Beratung IKP

Arnold Beatrice Rüslikon

Energetikerin nach A.J. Stäger, dipl. Körperzentrierte Psychologische Beraterin IKP. Seminarleiterin IKP. Workshop- und Retreatleiterin. In eigener Praxis tätig.

Baumann Markus, lic. phil. I Zürich

Eidg. anerkannter Psychotherapeut, Fachpsychologe Psychotherapie FSP, Supervisor BSO, dipl. Körperzentrierter Psychotherapeut IKP. Ausbildung in Paar- und Familientherapie (Gammer), Supervision, Praxisberatung und Projektbegleitung (IAP).

Bertsch Martin Bern

Sozialarbeiter FH, dipl. Körperzentrierter Psychologischer Berater IKP, dipl. Ganzheitlich-Integrativer Atemtherapeut IKP. Coach BSO und ICF. Auszubildner am IKP. Geschäftsführer im Institut Visions Schmiede.

Bettinaglio Antonio, MA, MSc Meilen

Eidg. anerkannter Psychotherapeut, Gestaltpsychotherapeut SVG, Integrative Therapie und Integrative Bewegungstherapie FPI, Traumatherapeut EMDRIA Schweiz. Beauftragt als Dozent, Lehrtherapeut und Supervisor IKP. Langjährige Berufserfahrung in Psychiatrie und Massnahmevollzug. Privatpraxis in Meilen.

Dr. phil. Casanova Christina, Chur und Zürich

Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, Fachpsychologin für Psychotherapie FSP, dipl. Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP. Beauftragt als Auszubildnerin/Lehrtherapeutin/Supervisorin am IKP. In psychiatrischer Klinik und als Psychotherapeutin in eigener Praxis tätig.

Cina Corinne, Mollens

Dipl. Tangolehrerin. Zert. Neurotango®-Practitioner. Dipl. Sonderpädagogin EDK, langjährige Erfahrung im pädagogischen Bereich. Zertifizierte Wechseljahrberaterin. Körperzentrierte Psychologische Beraterin i. A., beauftragt als Seminarleiterin am IKP. In eigener Praxis tätig.

Falck Baumann Susan, lic. phil. I Zürich

Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, Fachpsychologin für Psychotherapie FSP, dipl. Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP. Beauftragt als Auszubildnerin/Lehrtherapeutin/Supervisorin IKP. Berufserfahrung in Jugend- und Drogenberatung. In eigener Praxis tätig.

Fehr Anja Winterthur und Zürich

Beraterin im psychosozialen Bereich mit eidg. Diplom. Dipl. Paar- und Familienberaterin IKP. NLP Master. Weiterbildung in Sexualberatung/-therapie IBP. Beauftragt als Auszubildnerin und Seminarleiterin am IKP. In eigener Praxis tätig.

Flury-Tobon Christine, MSc Luzern

Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, dipl. Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP, in ambulanter Praxis tätig. Als Seminarleiterin am IKP tätig. Anstellung in der Neuropsychologie im Schweizer Paraplegiker Zentrum.

Grubemann Kissenpfennig Doris, lic. phil. I Horgen

Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, Psychotherapeutin ASP, dipl. Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP. Dipl. Ganzheitlich-Integrative Atemtherapeutin IKP. Dipl. Hypnotherapeutin. Ausbildung in Organisations- und Familienaufstellungen. Beauftragt als Auszubildnerin/Lehrtherapeutin und Supervisorin IKP. Als Personalentwicklerin und Psychotherapeutin in eigener Praxis tätig.

Gruner Kai, lic. phil. I Bern

Psychologe FSP, integrativer Gestalttherapeut, Seminarleiter am IKP.

Gutmann Annina Luzern

Beraterin im psychosozialen Bereich mit eidg. Diplom, dipl. Körperzentrierte Psychologische Beraterin IKP. Dozentin in diversen Institutionen und Weiterbildungsprogrammen im Bereich Psychologie/Persönlichkeitsentwicklung.

Dr. med. Gysi Jan Bern

Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie FMH, Supervisor. Weiterbildung in Körperzentrierter Psychotherapie IKP. Spezialgebiete: Psychotraumatologie und Notfallpsychiatrie. In eigener Praxis tätig.

Hartmann Romana, MA, MSc Rapperswil

Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, Psychologin FSP, dipl. Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP. Beauftragt als Ausbilderin/Lehrtherapeutin IKP. Langjährige Erfahrung im verhaltenstherapeutischen Ansatz mit stationären Patienten. Traumatherapie EMDR. In eigener Praxis tätig.

Haselbach Emanuel, lic. phil. I Effretikon und Zürich

Eidg. anerkannter Psychotherapeut, Fachpsychologe für Psychotherapie FSP, dipl. Körperzentrierter Psychotherapeut IKP. Beauftragt als Ausbilder/Lehrtherapeut und Supervisor IKP. Idiolektischer Gesprächsleiter GIG, Wellnessausbilder, Mentaltrainer. In eigener Praxis tätig.

Dr. phil. Hausmann-Thürig Daniel Wädenswil

Psychologe FSP. Wissenschaftlicher Mitarbeiter am Lehrstuhl Angewandte Sozial- und Gesundheitspsychologie der Universität Zürich. In der Lehre und Forschung tätig mit Schwerpunkten in den Bereichen diagnostisches Entscheidungs- und Risikoverhalten, Soziale Interaktionen und Gesundheitsverhalten.

Hiltebrand Sonja Frauenfeld

Fachfrau mit medizinischem Berufshintergrund. Kadermitglied Care Team Thurgau. In eigener Praxis tätig: Dipl. Stressregulations-Trainerin (SZS), Psychologische Beratung, Coaching, Konfliktbewältigung. Seminarleiterin am IKP.

Hollenstein Angelika St. Gallen

Beraterin im psychosozialen Bereich mit eidg. Diplom, dipl. Körperzentrierte Psychologische Beraterin IKP, Beraterin SGfB, Pädagogin, Lehrbeauftragte IKP. In eigener Praxis tätig.

Imbach Sara, MSc in Psychologie Baden

Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, Psychologin, dipl. Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP, Lehrerin. Beauftragt als Ausbilderin und Seminarleiterin am IKP. Im Bereich der Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie tätig.

Jung Nathalie, MSc in Psychologie & BLaw Hinwil

Psychologin MSc, eidg. anerkannte Psychotherapeutin, dipl. Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP, RYT-200 Yogalehrerin, beauftragt als Weiterbildungs- und Seminarleiterin IKP. Lehrtätigkeit und Prüfungsexpertin in den Fächern Psychologie/Sozialkompetenz und Recht, universitäre Forschung mit Schwerpunkt motivational-emotionales Erleben und soziale Interaktionen in Lernumgebungen.

Kaiser De Filippis Alexia Rapperswil

Beraterin im psychosozialen Bereich mit eidg. Diplom, Psychoenergie-Therapeutin, Erwachsenenbilderin, Lehrbeauftragte IKP. In eigener Praxis tätig.

Kamer Rietiker Evelyne, dipl. Psych. FH Steckborn und Zürich

Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, Psychotherapeutin ASP, dipl. Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP, Erwachsenenbildnerin SVEB1. Beauftragt als Ausbilderin, Lehrtherapeutin, Supervisorin und Seminarleiterin am IKP. In eigener Praxis für Psychotherapie, Persönlichkeitsentwicklung mit Alpakas und spirituelle Persönlichkeitsentwicklung tätig. Weiterbildungen in imaginativen Therapieverfahren.

Keller Vera, MSc Zürich

Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, dipl. Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP. Arbeit in ambulanter Gruppenpraxis. Als Seminarleiterin am IKP tätig.

Kreienbühl Lea, lic. phil. I Luzern

Psychologin FSP, dipl. Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP, Seminarleiterin am IKP. In eigener Praxis tätig.

Dr. phil. hum. Künzler Alfred Bern

Eidg. anerkannter Psychotherapeut, Fachpsychologe für Gesundheitspsychologie und Psychotherapie FSP, zert. Onko-Psychologie FSP, dipl. Körperzentrierter Psychotherapeut IKP. Erwachsenenbildner SVEB1. Beauftragt als Ausbilder, Lehrtherapeut und Supervisor am IKP. Leiter Koordinationsstelle NPG. Herausgeber „Körperzentrierte Psychotherapie im Dialog“ Springer, 2010.

Dr. med. Lichtenegger Erwin Winterthur

Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie FMH. Leiter im Weiterbildungscurriculum Psychotraumathe-
rapie/Psychotraumaberatung IKP. Psychodynamische und Körperpsychotherapeutische Grundausbildung. Aus- und Weiterbildungen in Traumatherapie, EMDR, Psychotherapie für dissoziative Störungen, Ego-State Therapy, Schematherapie, Voice Dialogue u. a. Seit 1991 in eigener Praxis tätig.

Marek Marcela Zürich

Dipl. Körperzentrierte Psychologische Beraterin IKP. Dipl. Krankenschwester AKP. Beauftragt als Seminarleiterin. In eigener Praxis tätig.

Mayer Denisa, BSc Schindellegi

Dipl. Psychophysiognomin CHA, EMDR Therapeutin e. V. (EGTA), dipl. Körperzentrierte Psychologische Beraterin IKP, beauftragt als Seminarleiterin und Co-Ausbildnerin am IKP. Langjährige Berufserfahrung in Studium- und Laufbahnberatung, People Management und Coaching. In eigener Praxis tätig.

Mayer Stephan A., MBA Schindellegi

Director Sales Enterprise Customers. Dozent an der HSG St. Gallen (Strategic Alliances), beauftragt als Seminarleiter am IKP. Langjährige Berufserfahrung im Sales und People Management sowie Coaching, Mentoring und Personalausbildung in lokalen und internationalen Unternehmen.

Dr. med. Dr. theol. Maurer Yvonne Zürich

FMH Psychiatrie und Psychotherapie, eidg. anerkannte Psychotherapeutin, VR-Präsidentin der IKP Dr. Yvonne Maurer AG. Begründerin der Körperzentrierten Psychotherapie und der Ganzheitlich-Integrativen Atemtherapie IKP. Früher Oberärztin und Chefarztstellvertreterin in psychiatrischer Klinik. Leiterin Psychotherapeutisches Ambulatorium IKP.

Meier Katrin, lic. phil. I Bern

Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, Fachpsychologin für Psychotherapie FSP, Systemische Psychotherapeutin, Master of Public Health (MPH). In Ausbildung als EMDR-Therapeutin. Tätig in eigener Praxis in Bern und Uetligen. Beauftragt als Seminarleiterin am IKP.

Mohnroth Marion Balgach

Fachärztin Psychiatrie und Psychotherapie FMH, Fachpsychotherapeutin Psychotraumatologie DeGPT, Zertifizierte Gutachterin Swiss Insurance Medicine. Tätig in Rheintalpraxis-Mohnot. Beauftragt als Fachdozentin im Curriculum Psychotraumatologie IKP.

Müller-Verdun Corinne, med. pract. Burgdorf

Fachärztin Psychiatrie und Psychotherapie FMH. Weiterbildung in Körperzentrierter Psychotherapie IKP und EMDR-Ausbildung am Institut im Park, Schaffhausen. Beauftragt als Seminarleiterin IKP. In eigener Praxis tätig.

Rüttimann Gabriela, lic. phil. I Zürich und St. Gallen

Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, Psychotherapeutin ASP/FSP, dipl. Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP, Paartherapeutin, beauftragt als Fachleiterin, Ausbilderin, Supervisorin und Lehrtherapeutin am IKP. Langjährige Berufserfahrung im pädagogischen Bereich. Tätig im Psychiatrisch-Psychotherapeutischen Ambulatorium IKP und in eigener Praxis. Berufspolitische Tätigkeit, Präsidentin ASP.

Schneider Wilfried Ahrensburg (DE)

Ausbildung als Integrativer Sozialtherapeut AISF, Göttingen; Hypnoseausbildung (Dr. Halama Hamburg) Entwicklung und Herausgabe von Therapiekoffern für kreative und nonverbale Interventionen. Freier Journalist, zahlreiche Veröffentlichungen in Hörfunk, Zeitungen, Büchern, TV (NDR).

Dr. phil. Schwarzkopf Kathleen Bern

Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, Psychologin MSc, dipl. Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP, Neuroiminations-Coach, Netzwerkpsychologin EAP (Employee Assistance Program), Dozentin und Lehrtherapeutin am IKP. Aktiv in der Forschung. Weiterbildung in Psychotraumatologie. In eigener Praxis für Psychotherapie, Coaching und pferdegestützte Interventionen tätig.

Shaked Ananda Eliya, lic. phil. I Zürich

Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, dipl. Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP, beauftragt als Seminarleiterin am IKP. In eigener Praxis tätig.

Sigrist Tom, lic. oec. publ. Zürich

Dipl. Hypnotherapeut EZC, dipl. Naturarzt/Heilpraktiker

Stäheli Christina, MA Frauenfeld

Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, dipl. Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP. Beauftragt als Ausbilderin, Seminarleiterin und Lehrtherapeutin am IKP. In eigener Praxis tätig.

Thurnherr Claudia, lic. phil. I Zürich

Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, dipl. Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP. Beauftragt als Ausbilderin und Seminarleiterin am IKP. In eigener Praxis tätig.

Vogel Nadja Rombach

Dipl. Körperzentrierte Psychologische Beraterin IKP, Zertifizierte ZRM®-Trainerin, Paarberaterin.

Wimmer Beatrix, Mag. phil. AT-Wien

Anerkannte Psychotherapeutin ÖVG, Supervision & Coaching. Beauftragt als Seminarleiterin am IKP. In eigener Praxis tätig.

Zimmerli Rosmarie Möriken

Beraterin im psychosozialen Bereich mit eidg. Diplom, Beraterin SGfB, KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom, dipl. Körperzentrierte Psychologische Beraterin IKP. Ausbilderin FA, Trauerbegleiterin IFAH (Dr. J. Canacakis), Focusing-Begleiterin, Logosynthese Practitioner, Beauftragt als Seminarleiterin. In eigener Praxis tätig.

Ganzheitlich-Integrative Atemtherapie IKP

Baumann Marlène Zürich

KomplementärTherapeutin mit Branchenzertifikat Oda KT, dipl. Ganzheitlich-Integrative Atemtherapeutin IKP, Ausbildnerin und Lehrtherapeutin IKP, Somatic Experiencing Practitioner SE, dipl. Iyengar Yogalehrerin. In eigener Praxis tätig.

Brunner Monica Winterthur

KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom, Körperzentrierte Psychologische Beraterin IKP. Beauftragt als Fachleiterin GIA IKP, Ausbildnerin, Seminarleiterin, Supervisorin und Mentorin. In eigener Praxis tätig.

Cianciarulo Isabella Zürich

KomplementärTherapeutin mit Branchenzertifikat Oda KT. Dipl. Ganzheitlich-Integrative Atemtherapeutin IKP. Beauftragt als Seminarleiterin und Lehrtherapeutin am IKP. In eigener Praxis tätig.

D'Amelio Rita Zürich

Sozialpädagogin FH. Dipl. Ganzheitlich-Integrative Atemtherapeutin IKP. Beauftragt als Seminarleiterin am IKP. In eigener Praxis tätig.

Geier Denise Küttigen

KomplementärTherapeutin mit Branchenzertifikat Oda KT Dipl. Ganzheitlich-Integrative Atemtherapeutin IKP. Seminarleiterin und Lehrtherapeutin am IKP. In eigener Praxis tätig.

Koch Manuela St. Gallen

Dipl. Psychologin FH, dipl. Ganzheitlich-Integrative Atemtherapeutin IKP. Beauftragt als Seminarleiterin am IKP. In eigener Praxis tätig.

König Esther Meilen

KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom, dipl. Körperzentrierte Psychologische Beraterin IKP. Beauftragt als Ausbildnerin, Seminarleiterin und Lehrtherapeutin am IKP. NLP Trainerin. Ausbildnerin FA. Supervisorin Oda KT und BSO. In eigener Praxis tätig.

Lemberger Barbara Zürich

KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom. Support Fachleitung GIA IKP. Beauftragt als Ausbildnerin, Seminarleiterin und Lehrtherapeutin am IKP. Dipl. Reflektorische Atemtherapeutin nach Brüne/Schmitt. Dipl. Akupunkt-Massagetherapeutin. Somatic experiencing Practitioner nach Peter Levin (Traumatherapie). In eigener Praxis tätig.

Morisoli Patrizia, Uster

KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom. Dipl. Körperzentrierte Psychologische Beraterin IKP, Supervisorin Oda KT. Dipl. Sozialpädagogin. Beauftragt als Seminarleiterin IKP. In eigener Praxis tätig.

Schmalzried Bruno Zürich

Dipl. Ganzheitlich-Integrativer Atemtherapeut IKP und Körperzentrierter Psychologischer Berater IKP. Beauftragt als Ausbildner, Seminarleiter und Lehrtherapeut am IKP. In eigener Praxis tätig.

Schuler Brigitte Horgen

Dipl. Ganzheitlich-Integrative Atemtherapeutin IKP. Primarlehrerin, Körperpsychoarbeit EABP. Beauftragt als Seminarleiterin am IKP. In eigener Praxis tätig.

Ernährungs-Psychologische Beratung IKP

Kistler-Elmer Helena Lachen

Dipl. Ernährungsberaterin FH, dipl. Ernährungs-Psychologische Beraterin IKP. Beraterin in angewandter Psychologie, Ausbilderin mit eidg. Fachausweis, Gestaltungs- und Tanzpädagogin (NCFÖ). Mehrjährige Erfahrung als Ausbilderin in den Fachbereichen Ernährung und Psychologie. Beauftragt als Ausbildungs- und Seminarleiterin am IKP. In eigener Praxis tätig.

Ramseier Andrea Dübendorf

Beraterin im psychosozialen Bereich mit eidg. Diplom, dipl. Ernährungs-Psychologische Beraterin IKP, Beraterin SGfB, Boundary Based Awareness Coach & Counselor. Als psychosoziale Beraterin in medizinischem Kompetenzzentrum tätig. Beauftragt als Seminarleiterin am IKP.

Rémy Dominique Judith Zürich

Dipl. Ernährungsberaterin HF, Beraterin im psychosozialen Bereich mit eidg. Diplom, dipl. Ernährungs-Psychologische Beraterin IKP, Beraterin SGfB, beauftragt als Seminarleiterin am IKP. Als Ernährungsberaterin in medizinischem Kompetenzzentrum und in eigener Praxis tätig.

Rytz Thea, lic. phil. hist. Bern

Körperwahrnehmungstherapeutin CH-EABP, Dozentin und Autorin. Beauftragt als Seminarleiterin am IKP.

Schmid Monika Zürich

Dipl. Ernährungsberaterin BSc, CAS Nahrungsmittelallergien und Intoleranzen, zertif. Ganzheitliche Ernährungsberaterin IKP. Beauftragt als Fachdozentin und Seminarleiterin am IKP. Ernährungsberaterin in medizinischen Ärztezentren.

Smola Cornelia, dipl. oec. troph. Univ. Ehrendingen

Diplom-Ökotrophologin Univ., Ernährungswissenschaftlerin, dipl. Ernährungs-Psychologische Beraterin IKP. Beauftragt als Fachdozentin und Seminarleiterin am IKP. In eigener Praxis.

Steffen Barbara Gunten

Diätköchin HFB, dipl. Ernährungs-Psychologische Beraterin IKP. Beauftragt als Seminarleiterin IKP.

Suter Sandra, lic. ès sciences économiques Bubikon/Zürich

Dipl. Ernährungs-Psychologische Beraterin IKP. Mitglied der Institutsleitung IKP. Beauftragt als Fachleiterin, Ausbilderin und Seminarleiterin am IKP. In eigener Praxis tätig.

Zadow Jsabella, MAS Rüti ZH

MAS Managed Health Care. Dipl. Ernährungsberaterin FH, dipl. Körperzentrierte Psychologische Beraterin IKP, mehrjährige Erfahrung als Fachdozentin. Beauftragt als Ausbilderin am IKP. In eigener Praxis tätig.

Paar- und Familienberatung IKP

Dr. phil. Casanova Christina, lic. phil. I Chur und Zürich

Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, Fachpsychologin für Psychotherapie FSP, dipl. Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP. Beauftragt als Ausbilderin/Lehrtherapeutin/Supervisorin am IKP. In psychiatrischer Klinik und als Psychotherapeutin in eigener Praxis tätig.

Falck Baumann Susan, lic. phil. I Zürich

Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, Fachpsychologin für Psychotherapie FSP, dipl. Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP. Beauftragt als Ausbilderin/Lehrtherapeutin/Supervisorin IKP. Berufserfahrung in Jugend- und Drogenberatung. In eigener Praxis tätig.

Hartmann Romana, MA, MSc Rapperswil

Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, Psychologin FSP, dipl. Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP. Beauftragt als Ausbilderin/Lehrtherapeutin IKP. Langjährige Erfahrung im verhaltenstherapeutischen Ansatz mit stationären Patienten. Traumatherapie EMDR. In eigener Praxis tätig.

Michalik-Imfeld Sara, lic. phil. I Aarau Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, Kinder- und Jugendpsychologin, Lehrperson Sekundarstufe II für Psychologie und Pädagogik. Ausbildung am Institut für Kinder, Jugendlichen- und Familientherapie (KJF) in Luzern. Berufserfahrung in Kinder- und Jugendpsychiatrie und -heimen in Bern und Solothurn. In eigener Praxis tätig.

Michalik Peter Aarau

Beziehungcoach IKP, Partner-, Paar- und Familienberater IKP, Bachelor of Arts in Religionspädagogik. Beauftragt als Seminarleiter am IKP. In eigener Praxis tätig.

Rüttimann Gabriela, lic. phil. I Zürich und St. Gallen

Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, Psychotherapeutin ASP/FSP, dipl. Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP, Paartherapeutin, beauftragt als Fachleiterin, Ausbilderin, Supervisorin und Lehrtherapeutin am IKP. Langjährige Berufserfahrung im pädagogischen Bereich. Tätig im Psychiatrisch-Psychotherapeutischen Ambulatorium IKP und in eigener Praxis. Berufspolitische Tätigkeit, Präsidentin ASP.

Thurnherr Claudia, lic. phil. I Zürich

Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, dipl. Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP. Beauftragt als Ausbilderin und Seminarleiterin am IKP. In eigener Praxis tätig.

Vugdelija Franjo Bolligen

Eidg. anerkannter Psychotherapeut, Fachpsychologe für Psychotherapie FSP, kognitive Verhaltenstherapie SGVT, systemischer Supervisor und Therapeut systemis.ch, Mediator IEF, Notfallpsychologe NNPN. Beauftragt als Dozent, Supervisor und Lehrtherapeut am IKP.

Schulmedizinisches Wissen

Auer Ellen Unterseen

Pflegefachfrau HF, Berufsschullehrerin, Fussreflextherapeutin. Dipl. Körperzentrierte Psychologische Beraterin IKP. Beauftragt als schulmedizinische Dozentin IKP. In eigener Praxis tätig.

Dr. med. Oberholzer Rolf St. Gallen

Allgemeinpraktiker. Beauftragt als Fachdozent am IKP. In eigener Praxis tätig.

Ritzmann Christiane Dübendorf

Dipl. Pysiotherapeutin FH. Heilpraktikerin, MAS A&P. Langjährige Dozentin in Schul- und Komplementärmedizin. Beauftragt als schulmedizinische Dozentin IKP. In eigener Praxis tätig.

Anmeldebedingungen und Seminarorganisation

Allgemeine Bedingungen und Stundenzahl

Ein zweitägiges Seminar beinhaltet insgesamt 18 Stunden (Mittagspause und kleinere Zwischenpausen nicht mitgerechnet) und ein eintägiges 9 Stunden. Die Seminarpreise verstehen sich immer ohne Unterkunft und Verpflegung. Bitte beachten Sie: Falls Sie an einem zweitägigen Seminar nur an einem Tag anwesend sind, können Sie den fehlenden Seminartag nicht nachholen. In diesem Fall müsste das gesamte Seminar kostenpflichtig neu gebucht und nachgeholt werden.

Schriftliche Anmeldung und Warteliste

Anmeldungen zu einem IKP-Seminar werden nur schriftlich am Hauptsitz in Zürich entgegengenommen (via Post, Fax oder E-Mail). Schriftliche Anmeldungen gelten als definitiv und werden Ihnen nach Eingang vom IKP mittels Rechnung bestätigt.

Ist ein Seminar bereits ausgebucht, können Sie ein Ersatzdatum wählen oder es wird Ihnen ein Platz auf der Warteliste angeboten. Der Eintrag auf der Warteliste ist kostenlos und unverbindlich; eine Teilnahme kann jedoch nicht garantiert werden. Sobald eine Teilnahme möglich wird, nehmen wir mit Ihnen Kontakt auf – ggf. auch erst kurzfristig vor Beginn des Seminars.

Bezahlung und Mahnwesen

Spätester Zahlungseingang: 1 Monat vor Kursbeginn. Allfällige Mahngebühren belasten wir mit Fr. 20.–.

Annullierung und Umbuchung

Bei einer Abmeldung oder Umbuchung (schriftlich) Ihrerseits bis 5 Wochen vor Beginn des Seminars verrechnen wir eine Bearbeitungsgebühr von Fr. 70.–. Bei späterer Abmeldung (auch bei Krankheit und Unfall) werden die **vollen Seminarkosten** verrechnet (ohne Bearbeitungsgebühr). Sie haben jedoch die Möglichkeit, eine Vertretung an das Seminar zu schicken. In diesem Fall berechnen wir Ihnen Fr. 70.– für die Umbuchung. **Wir empfehlen Ihnen den Abschluss einer Annullationskostenversicherung (z. B. Allianz, siehe Seite 128).**

Durchführung

Um individuelles Lernen zu garantieren, sind die Seminargruppen in der Regel auf max. 18 Teilnehmerinnen begrenzt. Die Institutsleitung behält sich vor, Seminare kurzfristig abzusagen, wenn sich zu wenig Teilnehmerinnen für ein Seminar anmelden. Ebenfalls kann der im Programm vorgesehene Einsatz von zwei Ausbilderinnen auf nur eine Ausbilderin reduziert werden, wenn die Gruppen kleiner sind. Bei der Absage eines Seminars besteht kein Anspruch auf Entschädigung oder Rückerstattung bezüglich des Erwerbs von (Spar-)Tickets, Hotelbuchungen o. ä.

Das IKP hat seinen Hauptsitz in Zürich (Nähe Stauffacher) und eine Niederlassung in Bern (Nähe Hauptbahnhof). Das IKP behält sich vor, einzelne Seminare zu den angegebenen Daten kurzfristig nach Bern oder Zürich oder in eine Online-Durchführung via Zoom zu verlegen. Gleichzeitig besteht kein Anspruch auf die Möglichkeit einer Online-Teilnahme, sofern nicht vom IKP kommuniziert.

Ermässigung

Studierende an Universitäten und an Fachhochschulen erhalten bei Zusendung der Studienbescheinigung (Legikopie) eine Vergünstigung von 10 %. Mitglieder der Alumni IKP erhalten auf alle Seminare, die sie als Diplomierte im Sinne einer Weiterbildung besuchen, einen Rabatt von 20 %.

Anmeldung für Seminare 2024

Ausfüllen und senden an:

- IKP, Kanzleistrasse 17, 8004 Zürich
- oder seminare@ikp-therapien.com

Oder noch einfacher:

- **QR-Code** scannen und **direkt online** anmelden!



Beschränkte Teilnehmerzahl / Berücksichtigung in der Reihenfolge der Anmeldung

Ich habe die Anmeldebedingungen gelesen und melde mich definitiv für folgende(s) Seminar(e) an.

Seminar-Nr.:

Anrede/Titel:

Vorname:

Name:

Strasse/Nr.:

PLZ/Ort:

Ausbildungsgruppe:

Telefon P.:

Telefon G.:

Mobile:

E-Mail:

Datum:

Unterschrift:



Secure Course Cancellation

Sie können Ihre Weiterbildung nicht besuchen?

Wir schützen Sie vor den Annullationskosten bei schwerer **Krankheit, Verletzung** oder **medizinischen Problemen**. Auch bei unerwarteter Veränderung der beruflichen Situation sind Sie abgesichert. Wir wünschen eine lehrreiche Fortbildung!

www.ikp-therapien.com/allianz



Anmeldung für Seminare 2024

Ausfüllen und senden an:

- IKP, Kanzleistrasse 17, 8004 Zürich
- oder seminare@ikp-therapien.com

Oder noch einfacher:

- **QR-Code** scannen und **direkt online** anmelden!



Beschränkte Teilnehmerzahl / Berücksichtigung in der Reihenfolge der Anmeldung

Ich habe die Anmeldebedingungen gelesen und melde mich definitiv für folgende(s) Seminar(e) an.

Seminar-Nr.:

Anrede/Titel:

Vorname:

Name:

Strasse/Nr.:

PLZ/Ort:

Ausbildungsgruppe:

Telefon P.:

Telefon G.:

Mobile:

E-Mail:

Datum:

Unterschrift:

IKP-Fachbücher

Körperzentrierte Psychotherapie im Dialog – Grundlagen, Anwendungen, Integration – Der IKP-Ansatz von Yvonne Maurer

Künzler et al., 381 Seiten, Fr. 65.–, Heidelberg, Springer Medizin Verlag, 2010

Paar- und Familienberatung – Ein ganzheitlicher, systemischer Ansatz

Dold, P., 162 Seiten, Fr. 25.–, Berlin, Heidelberg, Springer Verlag, 2017

System Depression – Ganzheitliche Therapie: Bewegung, Ernährung, Stärkung des Familiensystems

Dold, P., 200 Seiten, Fr. 25.–, Stuttgart, Klett-Cotta Verlag, 2015

Bücher von Dr. med. Yvonne Maurer:

Zu innerer Kraft und Energie durch Körperzentrierte Psychotherapie IKP

190 Seiten, Fr. 44.–, Zürich, IKP-Verlag, 3. überarbeitete Auflage 2015

Körperzentrierte Psychotherapie IKP Grundlagen und neurowissenschaftliche Aspekte

180 Seiten, Fr. 39.–, Zürich, IKP Verlag, 2. überarbeitete Auflage, 2009

Der ganzheitliche Ansatz in der Psychotherapie

200 Seiten, Fr. 45.–, Wien, New York, Springer Verlag, 2. überarbeitete Auflage 2006

Durch den Atem die Seele heilen Ganzheitlich-Integrative Atemtherapie für Gesunde, psychosomatisch und psychisch Kranke

170 Seiten, Fr. 39.–, Zürich, IKP Verlag, 2. Auflage 2004

Körperzentrierte Psychotherapie Ganzheitlich orientierte Behandlungskonzepte und Therapiebeispiele

225 Seiten, Fr. 45.–, Zürich, IKP-Verlag, 3. überarbeitete und erweiterte Auflage, 2002

Atemtherapie in der therapeutischen Praxis

180 Seiten, Fr. 46.–, Uelzen, ML Verlag, 2001

Epanouissement personnel et énergie

Introduction à la somatopsychothérapie
210 Seiten, Fr. 38.–, Genève, georg edition, 1997

Body-Centered Psychotherapy A multi-dimensional, multi-communicative, process-oriented approach

140 Seiten, Fr. 45.–, Zürich, IKP Verlag, 1993

Bestellungen richten Sie bitte an das IKP-Sekretariat:

Telefon: 044 242 29 30

E-Mail: info@ikp-therapien.com

Internet: www.ikp-therapien.com (Shop)

Das Aus- und Weiterbildungsangebot IKP



Körperzentrierte Psychologische Beratung IKP

3-jährige berufsbegleitende Weiterbildung mit Diplomabschluss für Personen aus therapeutischen, psychosozialen, pädagogischen, paramedizinischen und weiteren Berufen. Sie ist auf die Entwicklung der beraterischen Fähigkeiten ausgerichtet, vermittelt die entsprechenden psychologischen Grundlagen und ist von der SGfB und der ASCA anerkannt.



Ernährungs-Psychologische Beratung IKP

2- bis 4-jährige Ausbildung mit zwei verschiedenen Abschlüssen. Die 4-jährige Ausbildung ist gemäss den EMR- und ASCA-Richtlinien konzipiert und ist von der SGfB anerkannt. Neben Ernährungslehre und ernährungsmedizinischem Basiswissen liegt der inhaltliche Schwerpunkt im Aufbau des ganzheitlich-psychologischen Know-hows für Ernährungs-Psychologische Beraterinnen.



Paar- und Familienberatung IKP

3-jährige berufsbegleitende Ausbildung rund um Beziehungsprobleme im privaten und beruflichen Umfeld. Die Kompetenzerweiterung in ganzheitlich-systemischer Psychologie umfasst auch das Erleben und Erfahren über den Körper. Die Ausbildung ist von der SGfB anerkannt.



Ganzheitlich-Integrative Atemtherapie IKP/Branchenzertifikat OdA KT

3-jährige, von der OdA KT akkreditierte, berufsbegleitende Ausbildung für Personen aus psychosozialen, therapeutischen und pädagogischen Berufen oder jene, die im Umgang mit Menschen geübt sind. Der Lehrgang führt zum Branchenzertifikat für KomplementärTherapie (Methode Atemtherapie) und ist von einer grossen Anzahl Krankenkassen (EMR/ASCA) via Zusatzversicherung anerkannt.



Körperzentrierte Psychotherapie IKP

4-jährige berufsbegleitende Weiterbildung (inkl. 2 Jahre klinische Praxis) mit Diplomabschluss für Hochschulabsolventinnen. Die Weiterbildung in Körperzentrierter Psychotherapie IKP ist gemäss dem Psychologieberufegesetz (PsyG) akkreditiert. Studierende in Körperzentrierter Psychotherapie IKP erlangen somit nach erfolgreichem Abschluss den Weiterbildungstitel „Eidgenössisch anerkannte Psychotherapeutin“.

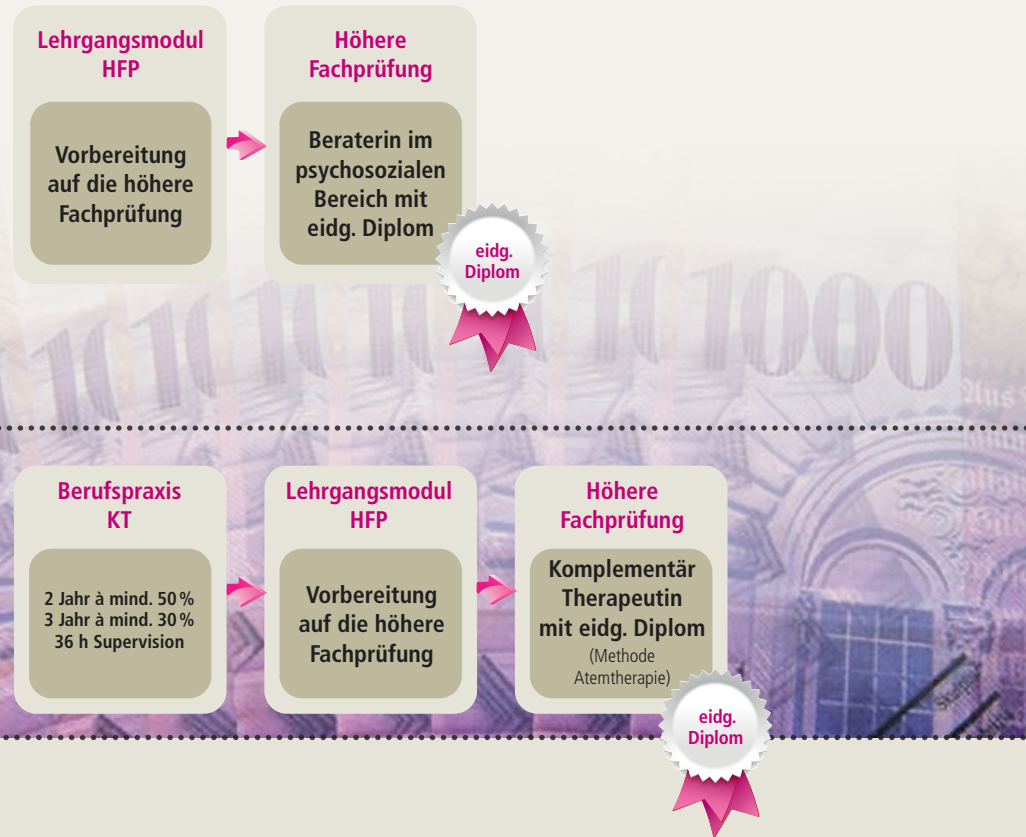
Weiterbildung zur Fachärztin FMH für Psychiatrie und Psychotherapie

Körperzentrierte Psychotherapie IKP ist im Rahmen der Weiterbildung zur Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie von der FMH anerkannt.

Der Weg zur höheren Fachprüfung

Mit Finanzierung durch den Bund

Seit 01.01.2017 profitieren Absolvierende dieser IKP-Diplomlehrgänge mit vorbereitendem Kurs auf die eidgenössische Prüfung (eidg. dipl.) von der Subjektfinanzierung des Bundes: **Sie können nach absolvierter Prüfung eine teilweise Rückerstattung der Kursgebühren einfordern.**



natürlich



**Bewusst
Gesund
Leben**

die Stimme der
Naturheilkunde
in der Schweiz

10
Ausgaben für nur
CHF 58.–
statt CHF
98.–

Alles über

- **Gesundheit**
- **Ernährung**
- **Natur**
- **Achtsamkeit**
- **Pflanzenheilkunde**

Bestellen Sie jetzt Ihr Jahresabo
«natürlich» mit 40% Rabatt:
natuerlich-online.ch/ikp

* Einzelverkaufspreis CHF 9.80. Angebot gilt nur für
Neuabonnenten in der Schweiz. Preis inkl. MwSt.



Hier erhalten Sie Informationen zu Seminaren oder Fortbildung:

Hauptsitz Zürich:



IKP, Känzlestrasse 17, 8004 Zürich
Telefon 044 242 29 30

Zentrale Lage, Nähe Stauffacher,
7 Gehminuten oder drei Tramhaltestationen
ab Hauptbahnhof (Tram 3 oder 14)

Bern:



IKP, Stadtbachstrasse 42a, 3012 Bern
Telefon 031 305 62 66

4 Gehminuten vom Hauptbahnhof
(Ausgang West "Welle")

info@ikp-therapien.com
www.ikp-therapien.com
www.psychotherapie-ikp.com

Institut für Körperzentrierte Psychotherapie IKP
IKP Dr. Yvonne Maurer AG

