

FÜR GANZHEITLICHE  
LEBENS-KOMPETENZ, BERUFLICHE  
ENTWICKLUNG UND QUALIFIKATION

EDUQUA

# Seminarprogramm 2023



Institut für Körperzentrierte Psychotherapie IKP  
IKP Dr. Yvonne Maurer AG





#### **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 eduQua-zertifiziert.

Zurzeit lehren am IKP rund 60 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**

Unser IKP Institut für Körperzentrierte Psychotherapie feiert 2023 bereits seinen 40. Geburtstag – 40 Jahre, in denen sich die Welt stark verändert hat. Zu den Alltagsorgen früherer Jahre sind globale Bedrohungen hinzugekommen, die viele Menschen beunruhigen: Krieg, Pandemien, die spürbare Klimaveränderung oder die Angst vor Energieknappheit und Verlust an Lebensqualität.

Für uns waren es auch 40 Jahre des konstanten Wachstums. Wir dürfen stolz sein auf all das, was wir seit 1983 auf- und ausgebaut, weiterentwickelt und abgerundet haben. Auf die wechselnden Bedürfnisse der Menschen haben wir immer mit entsprechenden Angeboten reagiert und unser Programm den neuen Anforderungen der Zeit und unserer Kundinnen angepasst. So haben wir seit Kurzem eine Weiterbildung als Dipl. Coach für Autogenes Training im Programm. Oder einen vierteiligen Workshop für die Generation Ü60.

Genau wie alle anderen Aus-, Weiter- und Fortbildungen am IKP basieren auch die neuen Lehrgänge auf dem Ansatz der Körperzentrierten Psychotherapie IKP. Die Arbeit mit der Achse Körper-Seele-Geist kann entscheidend dazu beitragen, Stress und Anspannung zu bewältigen, Resilienz aufzubauen und einen achtsamen Umgang mit anderen und sich selbst zu finden.

Wir freuen uns, wenn Sie in unserem vielfältigen Programm ein Seminar finden, das Sie anspricht – und sich für eine der vielen spannenden Lehrveranstaltungen anmelden!

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Thomas Ingold'. The signature is fluid and cursive, with a long, sweeping underline that loops back under the main text.

Thomas Ingold  
Geschäftsleiter IKP

# Inhaltsverzeichnis

Seminare – Titel, aufgelistet <b>nach Themenbereichen</b>	
• 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
• Anleitung zum Scannen von QR-Codes	11
Seminare – <b>nähere Beschreibung</b>	12
Seminare – <b>aufgeführt nach Daten</b>	111
Dozentinnen und Dozenten am IKP	117
Anmeldebedingungen und Seminarorganisation	124
Schulmedizinisches Basiswissen	125
Bestellung: Fortbildungsprogrammheft 2023	126
Anmeldeformulare	127
Annullationsversicherung Allianz	128
IKP-Fachbücher	130
<b>Aus- und Weiterbildungsangebot IKP im Überblick</b>	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](http://www.ikp-therapien.com) und [www.psychotherapie-ikp.com](http://www.psychotherapie-ikp.com)

## Grundlagenseminare

Nr.	Titel	Termin	Ort	Seite
016-1	Von unbewussten Verhaltensweisen zur bewussten Selbstregulation	20.–21. Januar	Zürich	13
016-3		24.–25. März	Zürich	13
016-2		29.–30. Sept.	Zürich	13
019-1	Beratungskompetenz als Grundlage für erfolgreiche Selbstständigkeit	13.–14. Januar	Zürich	15
019-2		8.–9. Dezember	Zürich	15
038-1-1	IKP-Grundlagen: Körperz. Psychotherapie IKP und Psychologische Beratung IKP: Theoretische Ansätze und Anwendungen in der Praxis	24.–25. Februar	Zürich	24
038-1-2		30. Juni–1. Juli	Zürich	24
038-2-1	IKP-Grundlagen: Philosophie, Psychologie, Wissenschaft	28.–29. April	Zürich	25
038-2-2		12.–13. Mai	Zürich	25
047-1	Grundlagen der Gestalttherapie (Basis)	28.–29. April	Zürich	27
047-2		2.–3. Juni	Zürich	27
047-4		23.–24. Juni	Zürich	27
047-3		6.–7. Oktober	Zürich	27
047-5		1.–2. Dezember	Zürich	27
048	Gestalttherapeutisches Arbeiten (Vertiefung)	3.–4. November	Zürich	28
049	Gestalttherapie Live-Arbeit	5. Oktober	Zürich	29
050	Resilienz und andere Ressourcen aktivieren	28.–29. April	Bern	30
410	Psychologie Grundkurs: 5 Tage (40 Std.), (SG: Sozialwissenschaftliche Grundlagen)	21. Okt. 2023 – 10. Febr. 2024	online	98

## Kommunikation / Gesprächsführung

025-5	Die Kunst der Gesprächsführung I	6.–7. Januar	Zürich	17
025-7		10.–11. Februar	online	17
025-1		17.–18. Februar	Zürich	17
025-2		31. März–1. April	Zürich	17
025-3		12.–13. Mai	Zürich	17
025-4		16.–17. Juni	Zürich	17
025-6		1.–2. Dezember	Zürich	17
026-1	Die Kunst der Gesprächsführung II	17.–18. März	Zürich	18
026-2		6.–7. Oktober	Zürich	18
027	Provozieren – aber richtig!	24.–25. Nov.	Zürich	19
029	Virtuelle Beratung	23. Juni	online	20

## Selbstzentrierung / Meditation

Nr.	Titel	Termin	Ort	Seite
059	Spiritualität	(2024)	Zürich	34
064	Techniken zur Vereinigung von Körper/Geist/Seele	20.–21. Okt.	Zürich	38
082	Natürliche Zentrierung	30. Juni–1. Juli	Zürich	50
157	Die Kraft der Selbsthypnose	17.–18. Februar	Zürich	71
159	BodyAnchoring	17.–18. Nov.	Zürich	72

## Behandlungstechniken / Interventionen / Unterstützung

022	Intuitive Imagination	(2024)	Zürich	16
031	Aufstellen, Hinschauen, Lösungen erkennen – Arbeit mit dem Figurenbrett	22. April	Zürich	21
034	Traum und Bewusstsein	24.–25. März	Zürich	22
049	Gestalttherapie Live-Arbeit	5. Oktober	Zürich	29
051-1	Systemisches Stellen	17.–18. Nov.	Zürich	31
051-2	Systemisches Stellen (Vertiefung)	8.–9. Dezember	Zürich	31
054	Bindung und Trennung, Verlust und Gewinn	22.–23. Sept.	Zürich	33
062	Unsere Burnout-Gesellschaft – ein Blick hinter ...	27.–28. Januar	Bern	37
072	Imagination zur Entfesselung von Potenzialen	(2024)	Zürich	43
086	Der innere Kritiker – Selbstabwertung und übertriebene Zweifel entmachten	17.–18. März	Zürich	51
089	Energetik in Beratung und Therapie	27.–28. Januar	Zürich	53

## Entwicklungs- und Persönlichkeitspsychologie

035	Ego-States – Die Arbeit mit Persönlichkeitsanteilen	17.–18. Nov.	Zürich	23
061	Positive Psychologie	24. November	online	36
092	Schattenarbeit in der Beratung	21. April	Bern	55
107	Individuelle Persönlichkeitsentwicklung durch	17.–18. März	Zürich	56
124-1	Entwicklungspsychologie – Ressourcen und Hemmungen erkennen	6.–7. Januar	Zürich	64
124-2		3.–4. Februar	Zürich	64
124-3		24.–25. März	Zürich	64
124-5		1.–2. September	Zürich	64
124-4		13.–14. Oktober	Zürich	64
351	Therapeutische Erziehungserfahrung mit Alpakas	(2024)	Steckb.	86

## Vertiefung in Atemtherapie

Nr.	Titel	Termin	Ort	Seite
A 1	RÜCK(en)-HALT(ung) Unsere Befindlichkeit ...	17.–18. Februar	Zürich	88
A 1-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	19. März	Zürich	88
A 2	Praktische Meridian-Übungen in Bewegung ...	10.–11. Nov.	Zürich	89
A 2-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	17. Dez.	Zürich	89
A 4	Atemmassage – die Kunst des therap. Berührens	21.–22. April	Zürich	90
A 4-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	14. Mai	Zürich	90
A 9	Atemwegserkrankungen	2.–3. Juni	Zürich	91
A 9-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	25. Juni	Zürich	91
A 12	Atem erfahren – Atemarbeit nach Middendorf	6.–7. Oktober	Zürich	92
A 12-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	5. November	Zürich	92
A 13	Ressourcen- und lösungsorientierte Beratung in der Atemtherapie IKP	17.–18. Nov.	Zürich	93
A 13-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	3. Dezember	Zürich	93
A 15	Die Kraft der inneren Bilder – Imagination in ...	20.–21. Januar	Zürich	94
A 15-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	12. Februar	Zürich	94
A 19	Mutig und stark! Kinder und Jugendliche in der Atemtherapie	30. Juni–1. Juli	Zürich	95
A 19-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	24. September	Zürich	95
A 20	Vokalraum- und Körperarbeit als Grundlage für mehr Präsenz und Stimmkraft	23.–24. Juni	Zürich	96
A 20-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	9. September	Zürich	96
011	Achtsamkeit, Kongruenz und konstruktiver Umgang mit Emotionen in der Atem- und Körpertherapie	25.–26. August	Zürich	12
011-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	1. Oktober	Zürich	12
017	Atemtherapeutische und körperzentrierte Inter- ventionen in der Trauer	7.–8. Juli	Bern	14
017-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	20. August	Zürich	14
067	Ganzheitliches Lösen körperlicher Verspannungen und Blockaden in der Atemtherapie	20.–21. Oktober	Zürich	41
067-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	19. November	Zürich	41
076	Yin und Yang in der Harmonie – den Energiefluss wecken in der Atemtherapie	10.–11. März	Zürich	45
076-P	<i>Praxis-Vertiefungstag</i>	29. April	Zürich	45

## Vertiefung in Körperzentrierter Psycholog. Beratung / Psychotherapie

Nr.	Titel	Termin	Ort	Seite
052	Keine Angst vor Angststörungen – Verbesserung durch praktikable Techniken	15.–16. Sept.	Zürich	32
060	Nähe u. Distanz als zentrale Beziehungsaspekte	15.–16. Sept.	Zürich	35
065-1-1	Psychische Erkrankungen – Teil 1	24.–25. Februar	Zürich	39
065-2-1	Psychische Erkrankungen – Teil 2	8.–9. Dezember	Zürich	40
071	Psychische Störungen im Kindes- und Jugendalter	22.–23. Sept.	Zürich	42
075	Depressive Störungen besser verstehen, therapieren und beraten	31. März–1. April	Zürich	44
077-1	Schuldgefühle besser verarbeiten	10.–11. Februar	Zürich	46
077-2	Scham, Selbstwertgefühl und Selbstfürsorge	10.–11. März	Zürich	47
081	Weibliche Kraft, Wut, Weisheit – ein Tabu?	28.–29. April	Zürich	49
088	Die Familiengeschichte und ihre Prägungen	10.–11. März	Zürich	52
091	Selbstwertprobleme erfolgreich behandeln – Von Selbstwertorientierung zum Selbstmitgefühl	8.–9. September	Zürich	54
122-1	Teil 1: Trauma – Auswirkungen, Diagnostik und ganzheitliche Therapiekonzepte	10.–11. Februar	Zürich	61
122-2	Teil 2: Komplexe, frühkindliche Traumatisierungen Auswirkungen, Diagnostik und ganzheitliche Therapiekonzepte	27.–28. Oktober	Zürich	62
123	Suchterkrankungen erkennen u. richtig einordnen	28.–29. April	Zürich	63
130	Nachhaltige Verhaltensänderung – Tools für die Praxis!	30. Juni–1. Juli	Zürich	69
131	Arbeiten mit Symbolen als Methode der Intervention in psychosozialen Berufen	25.–26. August	Zürich	70
202-1	Einführung in die Krankheitslehre	3.–4. Februar	Zürich	73
202-2		23.–24. Juni	Zürich	73

## Spezialseminare

319	Praxiseröffnung für EPB	27.–28. Oktober	Zürich	79
332	Alles Wichtige zur Diplomarbeit und zum Diplomabschluss	22. April	Zürich	84
334	Erfolgreich in die Selbständigkeit! ...	28. Oktober	Zürich	85



## Vertiefung in Ernährungs-Psychologischer Beratung

Nr.	Titel	Termin	Ort	Seite
305	Ernährungsparanorama – Gestaltarbeit in der EPB	3.–4. März	Zürich	74
306	Achtsame Körperwahrnehmung, Körperbild ...	5.–6. Mai	Bern	75
307	Sporternährung: Sportartspezifische Anpassungen	10.–11. März	Zürich	76
310	Mindful Eating – achtsame Beziehung zu sich ...	6.–7. Oktober	Zürich	77
311	Das Streben nach Schönheit	(2024)	Zürich	78
321	Ernährungstrends verstehen und beurteilen	(2024)	Zürich	80
322	Wechseljahre – Wandeljahre. Die Lebensmittel ...	3.–4. November	Zürich	81
323	Die Lebensmittelpyramide auf dem Teller	10.–11. Februar	Bern	82
324	Bewusste Wahrnehmung und Störung der Ich- ...	15.–16. Sept.	Zürich	83

## Vertiefung in Paar- und Familienberatung

046	Sexuelles Wohlbefinden	20.–21. April	Zürich	26
078	Unterschiedliche Bedürfnisse und Konflikte ...	10.–11. Nov.	Zürich	48
113	Ganzheitliche Paar- und Familienberatung IKP:	1.–2. September	Zürich	57
114	Aufmerksamkeitsschwierigkeiten bei Kindern und Jugendlichen – was steckt dahinter?	16.–17. Juni	Zürich	58
120	Kinder und Jugendliche in der Familienberatung/...	18.–19. August	Zürich	59
121	Innere und äussere Bühnen – Externalisierung ...	20.–21. Oktober	Zürich	60

## Schulmedizinisches Basiswissen

065-1-1	Psychische Erkrankungen – Teil 1	24.–25. Februar	Zürich	39
065-2-1	Psychische Erkrankungen – Teil 2	8.–9. Dezember	Zürich	40
123	Suchterkrankungen erkennen u. richtig einordnen	28.–29. April	Zürich	63
202-1	Einführung in die Krankheitslehre	3.–4. Februar	Zürich	73
202-2		23.–24. Juni	Zürich	73
440	Pharmakologie	12.–13. Mai	Zürich	104
A 9	Atemwegserkrankungen	2.–3. Juni	Zürich	91
A 9-P	<i>Vertiefungstag</i>	<i>25. Juni</i>	<i>Zürich</i>	<i>91</i>
	MG1: Nothelferkurs BLS-AED SRC	Extern besuchen		
SMB	MG2: Schulmed. Basiskurs IKP 80 Stunden = 10 Module à 8 Std.	Kursdaten auf IKP-Webseite	Zürich	

## Tronc Commun

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

### SG: Sozialwissenschaftliche Grundlagen

410	Psychologie Grundkurs: 5 Tage (40 Std.)	21. Okt. 2023 – 10 Februar 2024	online	98
025-6	Die Kunst der Gesprächsführung	1.–2. Dezember	Zürich	17

### 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>	2.–3. Juni <i>25. Juni</i>	Zürich <i>Zürich</i>	91 91
202-1 202-2	MG2: Einführung in die Krankheitslehre	3.–4. Februar 23.–24. Juni	Zürich Zürich	73 73
440	MG2: Pharmakologie	12.–13. Mai	Zürich	104
420	MG3: Klienten- und Therapeutensicherheit	10. September– 3. Dezember	Zürich	100

### BG: Berufsspezifische Grundlagen

430	BG2: Berufsspezifische Grundlagen (5 Tage)	7. Mai – 29. Okt. 2023	Zürich	102
-----	--	---------------------------	--------	-----

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	29. April – 30. Sept. 2023	Zürich	106
451	IKP-Vorbereitungslehrgang auf die höhere Fachprüfung zum Titel: Beraterin im psychosozialen Bereich mit eidg. Diplom	19. Januar – 6. Juli 2023	Zürich	108

# Anleitung zum Scannen von QR-Codes

(direkte Anmeldung für IKP-Seminare)



## So einfach geht's:

- 1 Öffnen Sie Ihre Kamera-App.
- 2 Fokussieren Sie den QR-Code, den Sie scannen möchten.
- 3 Dabei müssen Sie kein Foto machen (= nicht auf den Auslöser drücken), sondern einfach nur den Fokus auf den gewählten Code richten.
- 4 Anschliessend sehen Sie am oberen Bildschirmrand Ihres Handys einen Link auf unsere Webseite (Bsp.: <https://www.ikp-therapien.com/seminare/seminar?code=...>).
- 5 Tippen Sie einfach auf diesen, und Sie gelangen direkt zum betreffenden Anmeldeformular für das Seminar Ihrer Wahl.
- 6 Wenn dies nicht funktioniert, müssen Sie evtl. das Scannen von QR-Codes zuerst in Ihren Einstellungen auf dem Handy erlauben.

**Anmerkung:** iPhones (iOS) sollten einen in der Kamera-App eingebauten QR-Code-Scanner besitzen, während das nicht bei allen Android Handys der Fall ist.

Falls Ihr Android-Handy keinen vorinstallierten QR-Code-Scanner besitzt (falls der Link beim Fokussieren des Codes in der Kamera-App nicht automatisch erscheint), laden Sie einfach eine kostenlose, separate App (z. B. «QR Code Reader») aus dem Google Play Store herunter.



## 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, 25.–26. August 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
011-P	So, 1. Oktober 2023	09.15 bis 18.45 Uhr	Zürich	Fr. 210.–



600-011



602-011



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

**Seminarleitung:** Nathalie Jung, MSc, BLaw, Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP i. A.

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. Da es nicht explizit auf Ernährungsthemen ausgerichtet ist, eignet es sich auch für Studierende anderer Lehrgänge und Interessierte.

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.

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

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
016-1	Fr/Sa, 20.–21. Januar 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
016-3	Fr/Sa, 24.–25. März 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
016-2	Fr/Sa, 29.–30. September 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-016-1



600-016-3



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, 7.–8. Juli 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Bern	Fr. 590.–
017-P	So, 20. August 2023	09.15 bis 18.45 Uhr	Zürich	Fr. 210.–



600-017



602-017



## 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: 03.02. und 15.12.2023 von 17.00 bis 19.00 Uhr.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
019-1	Fr/Sa, 13.–14. Januar 2023	09.15 bis 19.30/17.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
019-2	Fr/Sa, 8.–9. Dezember 2023	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 Unheilsemem 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	Wird 2024 wieder angeboten.	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–





## 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 einführendes 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 1.–2. 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: 09.02./16.03./23.03./11.05./15.06./24.08.2023 und 01.02.2024 von 18.00 bis 20.00 Uhr.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
025-5	Fr/Sa, 6.–7. Januar 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–
025-7	Fr/Sa, 10.–11. Februar 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–
025-1	Fr/Sa, 17.–18. Februar 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–
025-2	Fr/Sa, 31. März – 1. April 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–
025-3	Fr/Sa, 12.–13. Mai 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–
025-4	Fr/Sa, 16.–17. Juni 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–
025-6	Fr/Sa, 1.–2. Dezember 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.– Atem



600-025-5



600-025-7



600-025-1



600-025-2



600-025-3



600-025-4



## 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 Idioktische (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, 17.–18. März 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–
026-2	Fr/Sa, 6.–7. Oktober 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	online	Fr. 620.–



< QR-Code für Seminar Nr. 025-6



QR-Codes für Seminare Nr. 026-1 & 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, 24.–25. November 2023	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	Fr, 23. Juni 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	online	Fr. 320.–



600-029



## 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 Bert Hellinger. 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, 22. April 2023	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, 24.–25. März 2023	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 Psychotraumatherapie/Psychotraumabehandlung am IKP.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
035	Fr/Sa, 17.–18. November 2023	09.15 bis 19.30 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, 24.–25. Februar 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
038-1-2	Fr/Sa, 30. Juni – 1. Juli 2023	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, 28.–29. April 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
038-2-2	Fr/Sa, 12.–13. Mai 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-308-2-1



600-038-2-2



## Sexuelles Wohlbefinden

**Seminarleitung:** Eliya Ananda 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.

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

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
046	Do/Fr, 20.–21 April 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-046



## Grundlagen der Gestalttherapie (Basis)

**Seminarleitung 47-1/-2/-3: Beatrix Wimmer**, Mag. phil., anerkannte Psychotherapeutin ÖVG  
**Seminarleitung 47-4/-5: 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".

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

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
047-1	Fr/Sa, 28.–29. April 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.– BW
047-2	Fr/Sa, 2.–3. Juni 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.– BW
047-4	Fr/Sa, 23.–24. Juni 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.– AB
047-3	Fr/Sa, 6.–7. Oktober 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.– BW
047-5	Fr/Sa, 1.–2. Dezember 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.– AB



600-047-1



600-047-2



600-047-4



600-047-3



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, 3.–4. November 2023	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, 5. Oktober 2023	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: 11.05.2023, 16.00 bis 18.00 Uhr.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
050	Fr/Sa, 28.–29. April 2023	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 tiefsitzende, 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.

### Hinweis:

**600-051-1:** 1. Teil: Basis

**600-051-2:** 2. Teil: Vertiefung

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
051-1	Fr/Sa, 17.–18. November 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
051-2	Fr/Sa, 8.–9. Dezember 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-051-1



600-051-2



## Keine Angst vor Angststörungen – Verbesserung durch praktikable Techniken

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

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:** Für Auszubildende ab dem zweiten Jahr und für ausgebildete Beraterinnen geeignet.

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

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
052	Fr/Sa, 15.–16. September 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–







## **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, 22.–23 September 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-054



## Spiritualität

Nächste  
Durchführung  
2024

**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	Wird 2024 wieder angeboten.	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 320.–



## Nähe und Distanz als zentrale Beziehungsaspekte

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

In diesem Seminar erleben wir auf spielerische Art und ohne Wertung unser aktuelles Nähe-Distanz-Muster und setzen uns persönlich mit Raum und Grenzen auseinander. Neben diesen Selbsterfahrungselementen werden diagnostische Techniken auf verbaler und nonverbaler Ebene vermittelt, um in Beratung und Therapie auf schnelle und unkomplizierte Weise das Beziehungsmuster der Klientinnen eruieren und verstehen zu können. Denn entsprechend dieser Diagnose des Nähe-Distanz-Verhaltens müssen unsere Therapiestrategien und -techniken ausgewählt werden. Das Üben solcher Techniken ist ebenfalls ein Bestandteil dieses Seminars.

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, 15.–16. September 2023	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, 24. November 2023	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?

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

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
062	Fr/Sa, 27.–28. Januar 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Bern	Fr. 590.–



600-062



## Techniken zur Vereinigung von Körper, Geist und Seele

**Seminarleitung:** Nathalie Jung, MSc, BLaw, Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP i. A.

Yoga ist in der westlichen Welt zunehmend verbreitet und beinhaltet Techniken, die eine "Vereinigung" von Körper, Geist und Seele oder auch "Integration" anstreben und damit einem ganzheitlichen Ansatz folgen. Ähnlich wie beim IKP-Ansatz stellen Atemtechniken, Konzentrations- sowie Körperübungen zentrale Werkzeuge dieser ursprünglich indischen Schule der Philosophie dar. Das Wirkungsspektrum reicht von einem besseren Wohlbefinden bis hin zur Förderung der persönlichen oder spirituellen Entwicklung.

Die Wirkung von Yoga über den Körper auf den Geist und die Seele führt dazu, dass yogische Werkzeuge zunehmend auch im psychotherapeutischen Umfeld gezielt bei Stress- und Angstsymptomen, depressiven Verstimmungen oder Traumata eingesetzt werden. Aktivierende oder entspannende Atemübungen, erdende oder stärkende Körperbewegungen und -haltungen, Handhaltungen oder Meditationen aus dem Yoga werden im Praxisalltag beigezogen. Dafür ist es nicht notwendig, Yogalehrerin zu sein.

Ausschlaggebend ist, dass die Klientinnen gespiegelt und in ihrem achtsamen Explorationsprozess unterstützt und begleitet werden. Ein gemeinsam erarbeiteter körperlicher Ausdruck kann einen Teil des therapeutischen Prozesses repräsentieren. Den Klientinnen werden Momente des Kompetenzerlebens sowie neue körperliche Erfahrungen ermöglicht. Neue körperliche Erfahrungen können mit positiven Affirmationen verknüpft werden. Die Klientinnen bekommen erprobte Werkzeuge in die Hand, die sie im Alltag selbst verinnerlichen und vertiefen können.

Praktisches Lernen und Selbsterfahrung nehmen einen wichtigen Teil dieses Seminars ein und werden ergänzt durch theoretisches Hintergrundwissen. Es wird eine Fülle an yogischen Werkzeugen vermittelt, welche sich für den Praxisalltag anbieten.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
064	Fr/Sa, 20.–21. Oktober 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-064



# 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
065-1-1	Fr/Sa, 24.–25. Februar 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–



600-065-1-1



# 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 beziehen 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 Psychopathologiekenntnisse.

**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
065-2-1	Fr/Sa, 8.–9. Dezember 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–



600-065-2-1





## Ganzheitliches Lösen körperlicher Verspannungen und Blockaden in der Atemtherapie

**Seminarleitung:** Brigitte Schuler und Manuela Koch, dipl. Psychologin FH

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, 20.–21. Oktober 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
067-P	So, 19. November 2023	09.15 bis 18.45 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, 22.–23. September 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-071



## Imaginationen zur Entfesselung von Potenzialen

Nächste  
Durchführung  
2024

**Seminarleitung: Nathalie Jung**, MSc, BLaw,  
Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP i. A.

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.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
072	Wird 2024 wieder angeboten.	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



## 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 Therapie-vorschlägen 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	Fr/Sa, 31. März–1. April 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-075



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

**Seminarleitung:** Isabella Cianciarulo, KomplementärTherapeutin mit Branchenzertifikat ODAKT

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, 10.–11. März 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
076-P	Sa, 29. April 2023	09.15 bis 18.45 Uhr	Zürich	Fr. 210.–



600-076



602-076



## Schuldgefühle besser verarbeiten

**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, 10.–11. Februar 2023	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, 10.–11. März 2023	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 Paarssetting 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: 04.12.2023, 17.30 bis 19.30 Uhr.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
078	Fr/Sa, 10.–11. November 2023	09.15 bis 19.30 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, 28.–29. April 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-081



## Natürliche Zentrierung

**Seminarleitung: Samuel Bieri, MSc, und Kei Gruner, lic. phil. I**

Beide eidg. anerkannte Psychotherapeuten

*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, 30. Juni–1. Juli 2023	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 liebevollen Begleiterin Platz machen. Im Kurs werden die Selbstakzeptanz bearbeitet und mit Hilfe von Imaginationsreisen der liebevollen Begleiterin als Schlüssel zur Selbstfürsorge begrüsst.

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

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
086	Fr/Sa, 17.–18. März 2023	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: 03.04.2023, 17.30 bis 19.30 Uhr.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
088	Fr/Sa, 10.–11. März 2023	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 ebnen 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, 27.–28. Januar 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-089



## Selbstwertprobleme erfolgreich behandeln

Von der Selbstwertorientierung zum  
Selbstmitgefühl

**Seminarleitung:** Nathalie Jung, MSc, BLaw, Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP i. A.

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, 8.–9. September 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-091



## Schattenarbeit in der Beratung

### Integrative Persönlichkeitsentfaltung als Grundlage einer therapeutischen Tiefenarbeit

**Seminarleitung: Martin Bertsch**, Coach BSO

Eine therapeutische Tiefenarbeit fokussiert nicht in erster Linie auf Krankheitssymptome, sondern auf tieferliegende Problemfelder der Charakter-, Temperaments- oder Wesensstruktur eines Menschen. Diese wiederum manifestiert sich im Körper durch meist unbewusste Fehlspannungen und Blockaden. Durch eine achtsame Körperarbeit werden diese Strukturen sowie ungelebte Seiten wahrnehmbar und können Ausgangspunkt einer spannenden therapeutischen Entdeckungsreise sein.

In diesem Seminar ist die Auseinandersetzung mit den eigenen dunklen, ungelebten Seiten ein zentrales Moment. Auf der Grundlage eines Ganzheitsmodells mit 7 plus 1 Charakter-Typen erleben wir unsere eigenen Schatten und ungelebten Seiten und erleben, welche Energien durch die Integration dieser Aspekte in uns freigesetzt werden können. 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 als Grundlage einer therapeutischen Tiefenkompetenz.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
092	Fr, 21. April 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Bern	Fr. 320.–



600-092



## Individuelle Persönlichkeitsentwicklung durch Bewegungserfahrung

**Seminarleitung: Christine Flury-Tobon, MSc, und Vera Keller, MSc**  
Beide eidg. anerkannte Psychotherapeutinnen

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	Fr/Sa, 17.–18. März 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–



600-107





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

**Seminarleitung:** Dr. phil. **Christina Casanova** und **Claudia Thurnherr**, lic. phil. I  
Beide eidg. anerkannte Psychotherapeutinnen

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, 1.–2. September 2023	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 Aufmerksamkeitschwierigkeiten 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 Aufmerksamkeitschwierigkeiten 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 Aufmerksamkeitschwierigkeiten 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, 16.–17. Juni 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-114



## 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 Magen-darmtrakt 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	Fr/Sa, 18.–19. August 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-120



## Innere und äussere Bühnen – Externalisierung in der Beratung und 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.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
121	Fr/Sa, 20.–21. Oktober 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-121



## Teil 1: Trauma – Auswirkungen, Diagnostik und ganzheitliche Therapiekonzepte

**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 des Lehrgangs zu besuchen.

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

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
122-1	Fr/Sa, 10.–11. Februar 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 620.–



600-122-1



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

**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 eher gegen Ende des 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, 27.–28. Oktober 2023	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.

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

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
123	Fr/Sa, 28.–29. April 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-123



## 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
124-1	Fr/Sa, 6.–7. Januar 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
124-2	Fr/Sa, 3.–4. Februar 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
124-3	Fr/Sa, 24.–25. März 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
124-5	Fr/Sa, 1.–2. September 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
124-4	Fr/Sa, 13.–14. Oktober 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-124-1



600-124-2



600-124-3



600-124-5



600-124-4





Jetzt Video  
anschauen!



Lic. phil. Sara Michalik-Imfeld



Peter Michalik

## Weiterbildung Kompetenzerweiterung Paarberatung

Im Coaching- und Beratungskontext der Einzelberatung zeigt es sich oft, dass Beziehungen, in welchen Klientinnen leben, einen grossen Einfluss auf den Beratungserfolg haben können. Die Einbeziehung der Partnerin kann den Erfolg der Beratung beschleunigen.

Schwerpunkt dieser Weiterbildung ist die praktische Arbeit mit Paaren und mit Einzelpersonen in Beziehungskonflikten. Mittels erprobter Interventionsstrategien fokussieren wir gezielt und mit Einbezug aller Sinneskanäle auf die erwünschten Erlebnisprozesse der Paare. Dadurch werden bewusste sowie unbewusste Ressourcen und Kompetenzen aktiviert und tragen zum Beratungserfolg bei. Im Vordergrund stehen systemische Fragetechniken, Körperinterventionen und hypnosystemische Ansätze, zugeschnitten auf die Paarberatung.

Praktische Übungen, Fallbeispiele und selbst eingebrachte Fälle sind Bestandteil dieser Weiterbildung. Es werden die nötigen Fähigkeiten und Kompetenzen vermittelt, um die Beratungstätigkeit auf Paare auszuweiten.

### Aufbau der Weiterbildung:

Die Weiterbildung ist aufgebaut in 4 Module à 2 Tagen mit insgesamt 64 Lehrstunden.

Jetzt Gratis-Info-Broschüre anfordern:

Telefon 044 242 29 30 / [info@ikp-therapien.com](mailto:info@ikp-therapien.com)

GRATIS-  
Info-Broschüre





Christina Stäheli, Psychologin MA,  
eidg. anerkannte Psychotherapeutin



Sonja Hildebrand, Dipl. Stressregulations-  
trainerin und psychologische Beraterin,  
aktives Mitglied Care Team.

## Zertifikat Stressberatung & Stressmanagement IKP

Familie, Beruf, Belastung durch schwierige Lebensumstände: **Es gibt viele Faktoren, die Stress auslösen** können. Tritt Stress häufig auf oder wird er zum Dauerzustand, muss gehandelt werden. Denn die üblichen Reaktionen wie Aggression, Fluchtverhalten oder Verleugnung der Situation und das Prinzip «weiter wie bisher, bis jetzt ging es auch» führen nicht zu einer **nachhaltigen Entlastung**. Stress vermindert die geistige Flexibilität, man verliert den Überblick, weicht aus oder handelt kopflos. Stress blockiert die **natürlichen Ressourcen** und mindert dadurch auch die Leistungsfähigkeit.

Besonders belastend wird es, wenn Stressgeplagte ihre Situation **nicht mehr bewältigen** können: Andauernder Stress macht körperlich und geistig krank, bis zum kompletten Ausfall durch Burnout oder Depression.

Die Weiterbildung Stressberatung & Stressmanagement IKP zeigt Wege auf, mit dem eigenen Stress umzugehen und Betroffene darin zu unterstützen, ihre Stressbelastungen zu reduzieren und Widerstandskraft aufzubauen.

**Dauer: 5 Tage**

(Durchführung siehe [www.ikp-therapien.com/stressmanagement.html](http://www.ikp-therapien.com/stressmanagement.html))

**Kosten: CHF 1'400.–**

**GRATIS-  
Info-Broschüre**

**Jetzt Gratis-Info-Broschüre anfordern:  
Telefon 044 242 29 30 / [info@ikp-therapien.com](mailto:info@ikp-therapien.com)**





Anja Fehr, Beraterin im psychosozialen Bereich mit eidg. Diplom



Info /Anmeldung

## Ganzheitliche Weiterbildung Körperzentrierte Sexologische Beratung IKP

Die Teilnahme an der Weiterbildung „Körperzentrierte Sexologische 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, Unsicherheiten, Lust und Erregung.

Die fünf Module bieten Teilnehmenden einen soliden Einstieg in die Körperzentrierte Sexologische Beratung IKP. Nebst Theorie und fundiertem Fachwissen stehen vor allem praktisches Lernen und Selbsterfahrung im Vordergrund.

### Inhalte der Weiterbildung

Basiswissen zu Sexualität und Sexualtherapie/-beratung

Veränderung der Sexualität in verschiedenen Entwicklungsphasen

Sexualität in allen Seins-Dimensionen leben

Körperzentrierte Sexologische Beratung IKP in der Praxis (Teil I & II).  
Übungen und Interventionen für die praktische, ressourcen- und bedürfniszentrierte Arbeit mit Klientinnen

**5 Weiterbildungsmodule à 1 Tag: entspricht total 40 Lektionen**

### Lernziele

- Die Teilnehmenden eignen sich eine bewusste Sprache und beraterische Gesprächsführung zum Thema Sexualität an.
- Die Teilnehmenden erweitern ihre Wahrnehmungs- und Handlungsfähigkeit im Umgang mit intimen, schambehafteten und tabuisierten Themen.
- Die Teilnehmenden erlernen eine Vielzahl an Methoden, Techniken, Übungen und Interventionen zu unterschiedlichen Aspekten der Sexualität, die ihren Praxisalltag ergänzen.

**GRATIS-  
Info-Broschüre**

**Jetzt Gratis-Info-Broschüre anfordern:  
Telefon 044 242 29 30 / [info@ikp-therapien.com](mailto:info@ikp-therapien.com)**





Jetzt Video  
anschauen!

## Weiterbildungscurriculum



**Psychotrauma-  
therapie IKP**

Für Psychologinnen, Therapeutinnen  
und Fachärztinnen



**Psychotrauma-  
beratung IKP**

Für Pflegefachkräfte, Beraterinnen,  
Sozialarbeiterinnen und andere

Die Erkenntnis, wie viele Menschen unter Traumafolgestörungen leiden, hat in den letzten Jahrzehnten zu intensiver Forschung im Bereich der Psychotraumatologie geführt. Die daraus gewonnenen Ergebnisse kommen den Betroffenen zugute: Posttraumatische Störungen können präzise erfasst und störungsspezifisch effizient behandelt werden. Die Nachfrage nach traumainformierten Hilfestellungen übersteigt das Angebot gerade bei komplexen Traumafolgestörungen noch immer deutlich. Wir freuen uns, unter dem Dach des IKP ein qualitativ hochstehendes Fortbildungscurriculum in Traumatherapie bzw. Traumaberatung anbieten zu können, welches Kolleginnen das notwendige Fachwissen für ihre anspruchsvolle Arbeit mit traumatisierten Menschen vermittelt.



Dr. med. Jan Gysi



Dr. med. Erwin Lichtenegger

**«Nutzen Sie unser professionelles Weiterbildungscurriculum,  
um sich fundierte Kompetenzen zur posttraumatischen  
Belastungsstörung anzueignen.»**

**SGPP UND ASP: 5 CREDITS/TAG**

**Jetzt Gratis-Info-Broschüre anfordern:  
Telefon 044 242 29 30 / [info@ikp-therapien.com](mailto:info@ikp-therapien.com)**

**GRATIS-  
Info-Broschüre**





## Nachhaltige Verhaltensänderung – Tools für die Praxis!

**Seminarleitung:** Dr. phil. **Daniel Hausmann-Thürig**

Eine langfristige Veränderung des eigenen Verhaltens ist ein vielschichtiger und oft mühseliger Prozess. Während einige wenige ihr Verhalten (weniger Essen, regelmässig Sport treiben, nicht mehr Rauchen etc.) von einem Tag auf den anderen für immer bewerkstelligen, fallen viele von uns nach einigen gut gemeinten ersten Schritten unweigerlich in alte Verhaltensmuster zurück. Die Gewohnheit ist eben oftmals stärker als der gute Vorsatz oder Wille zur Veränderung.

Die Quellen des Scheiterns sind dabei vielfältig:

- Weiss ich überhaupt, was ich will? (Bedürfnisse, Ziele)
- Verfüge ich über genügend Informationen? (Wissen)
- Finde ich die individuell richtige Strategie? (Handlungsplanung)
- Wie gehe ich mit Rückschlägen um? (Bewältigungsplanung)
- Was oder wer kann mich idealerweise im Prozess unterstützen und motivieren? (soziale Unterstützung, Ressourcen)
- Wie kann ich die Arbeit mit dem Körper und dem Atem unterstützend einsetzen? (Monitoring, langfristige Verhaltensänderungskontrolle)

Das Seminar vermittelt die Grundlagen für eine erfolgreiche und nachhaltige Verhaltensänderung aus Sicht der Gesundheitspsychologie und Gewohnheitsforschung. Dabei kommt der Gestaltung von Minipausen im Alltag (MIA) eine zentrale Bedeutung zu. Wir arbeiten an eigenen Themen und versuchen, einen persönlich zugeschnittenen Prozess einzuleiten. Zudem wird der Transfer in die psychologische oder therapeutische Praxis mit entsprechenden Tools (u.a. Fragetechniken) und Fallübungen gewährleistet. Eine Stunde des Seminars ist einer oder zwei Follow-up-Sitzungen reserviert (langfristige Verhaltensänderungskontrolle).

**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: 23.11.2023, 18.00 bis 20.00 Uhr.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
130	Fr/Sa, 30. Juni–1. Juli 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-130



## 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 Traumarbeit 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, 25.–26. August 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–





## Die Kraft der Selbsthypnose – das Praxisseminar

**Seminarleitung:** Tom Sigris, 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 Theorieil 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: 08.03.2023, 18.00 bis 20.00 Uhr.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
157	Fr/Sa, 17.–18. Februar 2023	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, 17.–18. November 2023	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 selber 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, 3.–4. Februar 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–
202-2	Fr/Sa, 23.–24. Juni 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-202-1



600-202-2



## 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, 3.–4. März 2023	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, 5.–6. Mai 2023	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, 10.–11. März 2023	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 abzubrechen**. 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, 6.–7. Oktober 2023	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:** Isabella Zadow, 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.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
311	Wird 2024 wieder angeboten.	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



## 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: 30.11.2023, 18.00 bis 20.00 Uhr.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
319	Fr/Sa, 27.–28. Oktober 2023	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 begleiten 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	Wird 2024 wieder angeboten.	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–





## Wechseljahre – Wandlungsjahre

Die Lebensmittel 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, 3.–4. November 2023	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 45g 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 2000 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, 10.–11. Februar 2023	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 Beratungsaltag.

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 Beratungsaltag 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	Fr/Sa, 15.–16. September 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 590.–



600-324



## Alles Wichtige zur Diplomarbeit und zum Diplombabschluss

**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 Diplombabschluss 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	Sa, 22. April 2023	09.15 bis 19.30 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**

NEU

**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, Marktabklärungen,
- 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: 15.11.2023, 18.00 bis 20.00 Uhr.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
334	Sa, 28. Oktober 2023	09.15 bis 17.30 Uhr	Zürich	Fr. 320.–



600-334



## Therapeutische Beziehungserfahrung

"Alpaka-Seminar"

Nächste Durchführung  
2024

**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	Wird 2024 wieder angeboten.	09.15 bis 19.00 Uhr	Steckborn	Fr. 590.–

Ihr Partner  
für professionelle  
Geschäftsdrucksachen



**BODENSEE  
DRUCK**  
AKZIDENZ | COUVERT | GIVEAWAY



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**

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, 17.–18. Februar 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 580.–
A 1-P	So, 19. März 2023	09.15 bis 18.45 Uhr	Zürich	Fr. 210.–



601-001



602-001





## Praktische Meridian-Übungen in Bewegung und Atem

**Seminarleitung: Denise Geier**

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, 10.–11. November 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 580.–
A 2-P	So, 17. Dezember 2023	09.15 bis 18.45 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, 21.–22. April 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 580.–
A 4-P	So, 14. Mai 2023	09.15 bis 18.45 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, 2.–3. Juni 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 580.–
A 9-P	So, 25. Juni 2023	09.15 bis 18.45 Uhr	Zürich	Fr. 210.–



601-009



602-009



## Atem erfahren – Atemarbeit nach Middendorff

**Seminarleitung:** Esther König, KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom

Ilse Middendorff 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. Oktober 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 580.–
A 12-P	So, 5. November 2023	09.15 bis 18.45 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, 17.–18. November 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 580.–
A 13-P	So, 3. Dezember 2023	09.15 bis 18.45 Uhr	Zürich	Fr. 210.–



601-013



602-013



## 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, 20.–21. Januar 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 580.–
A 15-P	So, 12. Februar 2023	09.15 bis 18.45 Uhr	Zürich	Fr. 210.–



601-015



602-015



## 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	Fr/Sa, 30. Juni–1. Juli 2023	09.15 bis 19.30 Uhr	Zürich	Fr. 580.–
A 19-P	So, 24. September 2023	09.15 bis 18.45 Uhr	Zürich	Fr. 210.–



601-019



602-019



## Vokalraum- und Körperarbeit als Grundlage für mehr Präsenz und Stimmkraft

**Seminarleitung:** Isabella Cianciarulo, KomplementärTherapeutin mit Branchenzertifikat OdaKT

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, 23.–24. Juni 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	Fr. 580.–
A 20-P	Sa, 9. September 2023	09.15 bis 18.45 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 Kustage à 8 Std.: Fr. 1'350.–**

*(Kurstage sind nicht einzeln buchbar!)*

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
410	Samstag, 21. Oktober 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	online	Fr. 1'350.–
	Samstag, 18. November 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	online	
	Samstag, 9. Dezember 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	online	
	Samstag, 6. Januar 2024	09.15 bis 18.30 Uhr	online	
	Samstag, 10. Februar 2024	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, 10. September 2023	09.15 bis 17.15 Uhr	Zürich	Fr. 980.–
	Sonntag, 8. Oktober 2023	09.15 bis 17.15 Uhr	Zürich	
	Sonntag, 5. November 2023	09.15 bis 17.15 Uhr	Zürich	
	Sonntag, 3. Dezember 2023	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, 7. Mai 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	siehe rechts
	Sonntag, 2. Juli 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	
	Sonntag, 27. August 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	
	Sonntag, 24. September 2023	09.15 bis 18.30 Uhr	Zürich	
	Sonntag, 29. Oktober 2023	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.

**Semindauer:** 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, 12.–13. Mai 2023	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 neuen, 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 Supervisoren 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-Vorbereitungskurs 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 Vorbereitungskurs zu besuchen. (Siehe nachfolgende Seite oder in unserem Fortbildungsprogrammheft.)

Der Kurs 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 eidg. Diplom.  
Anerkannte Supervisorin OdA KT

Sind Sie bereits stolze Besitzerin des Branchenzertifikats und tragen sich mit dem Gedanken, die höhere Fachprüfung («HFP») in KomplementärTherapie («KT») zu absolvieren?

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 auch die Anwendung der gemeinsamen KT-Sprache, welche die Basis aller komplementärtherapeutischen Richtungen darstellt.

Der IKP-Vorbereitungslehrgang HFP unterstützt Sie dabei, sich vertieft auf alle Prüfungsteile vorzubereiten. Der Gesamtlehrgang ist in zwei Module unterteilt:

Lehrgangsmodul 1 (Tag 1 bis 3 – Hauptfokus Fallstudie und Vertiefung der KT-Kompetenzen und KT-Sprache):

- 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-Sprache.

Lehrgangsmodul 2 (Tage 4 und 5 – Hauptfokus Ablauf HFP-Prüfung – alle Prüfungsteile):

- Alle vier Prüfungsteile werden reflektiert, analysiert und geübt.
- Sie erhalten Unterstützung für alle Prüfungsteile, so dass Sie sich fachlich kompetent fühlen und selbstsicher an der HFP auftreten können.

**Dauer:** Der Gesamtlehrgang besteht aus 5 Tagen à 7 Stunden (in Abständen von ca. 1,5 Monaten). Die Lehrgangsmodule 1 und 2 können auch separat gebucht und besucht werden.

Seminar	Datum	Zeit	Ort	Kosten
450	Samstag, 29. April 2023	09.15 bis 17.30 Uhr	Zürich	siehe rechts
	Samstag, 10. Juni 2023	09.15 bis 17.30 Uhr	Zürich	
	Samstag, 8. Juli 2023	09.15 bis 17.30 Uhr	Zürich	
	Samstag, 9. September 2023	09.15 bis 17.30 Uhr	Zürich	
	Samstag, 30. September 2023	09.15 bis 17.30 Uhr	Zürich	

## Ziel und Fokus dieser Fortbildung:

- Sie 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-Sprache.
- Sie fühlen sich fachlich kompetent und können selbstsicher an der HFP auftreten.

## 5 Kurstage à 7 Std.

*(Die Kurstage sind nicht einzeln buchbar, sondern nur in nachfolgenden Varianten)*

<b>1. – 5. Tag:</b>	<b>Fr. 1'225.–</b>	<b>Sem. Nr. 450-1</b>
<b>1. – 3. Tag:</b>	<b>Fr. 800.–</b>	<b>Sem. Nr. 450-2</b>
<b>4. – 5. Tag:</b>	<b>Fr. 530.–</b>	<b>Sem. Nr. 450-3</b>

## Die Anmeldung zur Prüfung erfolgt direkt über die Oda KT.

Die Oda KT-Prüfung besteht aus folgenden Teilen:

<b>Prüfungsteil</b>	<b>Art der Prüfung</b>	<b>Zeit/Umfang</b>
1 Fallstudie	schriftlich	vorgängig zu erstellen (15–20 Seiten)
2 Fachgespräch zur Fallstudie	mündlich	45 Min.
3 Analyse und Reflexion komplexer Arbeitssituationen	Position mündlich und Position mdl. und schriftl.	30 Min. 105 Min.
4 Bearbeitung spezifischer Fachthemen	schriftlich	105 Min.
<b>Total</b>		<b>285 Min.</b> (4 Std. 45 Min.)





## 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 Prüfungsvorbereitung ist modular aufgebaut und kann nicht einzeln gebucht werden.

**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, 19. Januar. - Do, 6. Juli 2023	siehe rechts	Zürich	Fr. 1'450.–

## Unterrichtszeiten: variieren, je nach Modul

Module	Schwerpunkt	Inhalte
<b>Modul 1a</b> Do, 19. Januar 2023 08.45 – 13.15 Uhr	Prüfungsteil 2: Beratungskonzept	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Das Berufsbild</li> <li>- Ethik</li> <li>- Schweigepflicht/Datenschutz</li> <li>- Selbstreflexion</li> <li>- Menschenbild</li> </ul>
<b>Modul 1b</b> Do, 23. Februar 2023 08.45 – 13.15 Uhr		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Das Berufsbild vertiefen</li> <li>- Selbstreflexion</li> <li>- Das Beratungskonzept</li> <li>- Formelles, Einschätzungsbogen</li> <li>- Prüfungsanmeldung</li> </ul>
<b>Modul 1c</b> Do, 13. April 2023 08.45 – 10.45 Uhr 2 h Zoom-Meeting		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Übungen und Fragen zum Beratungskonzept klären</li> </ul>
<b>Modul 2a*</b> Do, 25. Mai 2023 08.45 – 13.15 Uhr	Prüfungsteil 3: Beratungspraxis	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formelles, Einschätzungsbogen</li> <li>- Transkript</li> <li>- Entschlüsselung des Transkripts</li> <li>- Üben</li> </ul>
<b>Modul 2b</b> Do, 6. Juli 2023 08.45 – 17.15 Uhr		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prüfungssimulationen</li> </ul>

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

**Prüfungsdatum:** Der Anmeldeschluss für die höhere Fachprüfung «Beraterin im psychosozialen Bereich mit eidg. Diplom» ist voraussichtlich im Mai 2023.

Das Beratungskonzept (Prüfungsteil 2) muss voraussichtlich Anfang Juni 2023 eingereicht werden. Die mündlichen Prüfungen (Prüfungsteil 3) finden voraussichtlich im September 2023 in Olten statt.

**Weitere Informationen** zur höheren Fachprüfung sowie die Zulassungsbedingungen zur Prüfung finden Sie auf: <https://www.sgfb.ch/de/hoehere-fachpruefung-hfp>

**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](http://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 komplementärtherapeutische Professionals
  - ▶ für Heilpraktikerinnen und Therapeutinnen mit beraterischem Schwerpunkt
- besteht die Möglichkeit, sich mit einem Lehrgangsmodul auf die höhere Fachprüfung vorzubereiten.

Diese führt zum eidg. Titel

**Beraterin im psychosozialen Bereich  
mit eidgenössischem Diplom**



Info / Anmeldung

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

[www.ikp-therapien.com](http://www.ikp-therapien.com) (Rubrik Fortbildung / HFP)  
[info@ikp-therapien.com](mailto:info@ikp-therapien.com) oder Tel. 044 242 29 30



## Januar 2023

Termin	Ort	Sem.Nr.	Titel	Seite
06.–07.01.	Zürich	025-5	Die Kunst der Gesprächsführung I	17
06.–07.01.	Zürich	124-1	Entwicklungspsychologie – Ressourcen und Hemmungen erkennen	64
13.–14.01.	Zürich	019-1	Beratungskompetenz als Grundlage für erfolgreiche Selbstständigkeit	15
19.01. ...	Zürich	451	IKP-Vorbereitungslehrgang auf die höhere Fachprüfung HFP	108
20.–21.01.	Zürich	016-1	Von unbewussten Verhaltensweisen zur bewussten ...	13
20.–21.01.	Zürich	A 15	Die Kraft der inneren Bilder – Imagination in der AT IKP	94
27.–08.01.	Bern	062	Unsere Burnout-Gesellschaft – ein Blick hinter Arbeitsstress und Leistungsdruck	37
27.–28.01.	Zürich	089	Energetik in Beratung und Therapie	53

## Februar 2023

03.–04.02.	Zürich	124-2	Entwicklungspsychologie – Ressourcen und Hemmungen erkennen	64
03.–04.02.	Zürich	202-1	Einführung in die Krankheitslehre	73
10.–11.02.	Zürich	025-7	Die Kunst der Gesprächsführung I	17
10.–11.02.	Zürich	077-1	Schuldgefühle besser verarbeiten	46
10.–11.02.	Zürich	122-1	Teil 1: Trauma – Auswirkungen, Diagnostik und ganzheitliche Therapiekonzepte	61
10.–11.02.	Bern	323	Lebensmittelpyramide auf dem Teller	82
12.02.	Zürich	A 15-P	P:Die Kraft der inneren Bilder – Imagination i. d. AT IKP	94
17.–18.02.	Zürich	025-1	Die Kunst der Gesprächsführung I	17
17.–18.02.	Zürich	157	Die Kraft der Selbsthypnose – Das Praxisseminar	71
17.–18.02.	Zürich	A 1	RÜCK(en)-HALT(ung) – Unsere Befindlichkeit spiegelt sich in unserem Rücken und in unserem Atem	88
24.–25.02.	Zürich	038-1-1	IKP-Grundlagen: Theoretische Ansätze und Anwendung in der Praxis	24
24.–25.02.	Zürich	065-1-1	Psychische Erkrankung – Teil 1	39

## März 2023

Termin	Ort	Sem.Nr.	Titel	Seite
03.–04.03.	Zürich	305	Ernährungsparanorama Gestaltarbeit in der EPB	74
10.–11.03.	Zürich	076	Yin und Yang in der Harmonie – den Energiefluss ...	45
10.–11.03.	Zürich	077-2	Scham, Selbstwertgefühl und Selbstfürsorge	47
10.–11.03.	Zürich	088	Die Familiengeschichte und ihre Prägungen	52
10.–11.03.	Zürich	307	Sporternährung: Sportartspezifische Anpassungen ...	76
17.–18.03.	Zürich	026-1	Die Kunst der Gesprächsführung II	18
17.–18.03.	Zürich	086	Der innere Kritiker	51
17.–18.03.	Zürich	107	Individuelle Persönlichkeitsentwicklung durch ...	56
19.03.	Zürich	A 1-P	P: RÜCK(en)-HALT(ung) Unsere Befindlichkeit ...	88
24.–25.03.	Zürich	016-3	Von unbewussten Verhaltensweisen zur bewussten ...	13
24.–25.03.	Zürich	034	Traum und Bewusstsein	22
24.–25.03.	Zürich	124-3	Entwicklungspsychologie – Ressourcen und ...	64
31.03.– 01.04.	Zürich	025-2	Die Kunst der Gesprächsführung I	17
31.03.– 01.04.	Zürich	075	Depressive Störungen besser verstehen, therapieren und beraten	44

## April 2023

20.–21.04.	Zürich	046	Sexuelles Wohlbefinden	26
21.04.	Bern	92	Schattenarbeit in der Beratung	55
21.–22.04.	Zürich	A 4	Atemmassage – die Kunst des therapeutischen Berührens	90
22.04.	Zürich	031	Aufstellen, Hinschauen, Lösungen erkennen – ...	21
22.04.	Zürich	332	Alles Wichtige zur Diplomarbeit u. zum Diplomabschluss	84
28.–29.04.	Zürich	038-2-1	IKP-Grundlagen: Philosophie, Psychologie, Wissenschaft	25
28.–29.04.	Zürich	047-1	Grundlagen der Gestalttherapie (Basis)	27
28.–29.04.	Bern	050	Resilienz und andere Ressourcen aktivieren	30
28.–29.04.	Zürich	081	Weibliche Kraft, Wut, Weisheit – ein Tabu?	49
28.–29.04.	Zürich	123	Suchterkrankungen erkennen und richtig einordnen	63
29.04.	Zürich	076-P	P: Yin und Yang in der Harmonie – den Energiefluss ...	45
29.04.–...	Zürich	450	IKP-Vorbereitungskurs auf die höhere Fachprüfung KT	106



## Mai 2023

Termin	Ort	Sem.Nr.	Titel	Seite
05.–06.05.	Bern	306	Achtsame Körperwahrnehmung, Körperbild und Emotionsregulation	75
07.05. ...	Zürich	430	BG – Berufsspezifische Grundlagen: 5 Tage (40 Std.)	102
12.–13.05.	Zürich	025-3	Die Kunst der Gesprächsführung I	17
12.–13.05.	Zürich	038-2-2	IKP-Grundlagen: Philosophie, Psychologie, Wissenschaft	25
12.–13.05.	Zürich	440	Pharmakologie	104
14.05.	Zürich	A 4-P	P: Atemmassage – die Kunst des therapeutischen Berührens	90

## Juni 2023

02.–03.06.	Zürich	047-2	Grundlagen der Gestalttherapie (Basis)	27
02.–03.06.	Zürich	A 9	Atemwegserkrankungen	91
16.–17.06.	Zürich	025-4	Die Kunst der Gesprächsführung I	17
16.–17.06.	Zürich	114	Aufmerksamkeitsschwierigkeiten bei Kindern und Jugendlichen – was steckt dahinter?	58
23.06.	online	029	Virtuelle Beratung	20
23.–24.06.	Zürich	047-4	Grundlagen der Gestalttherapie (Basis)	27
23.–24.06.	Zürich	202-2	Einführung in die Krankheitslehre	73
23.–24.06.	Zürich	A 20	Vokalraum- und Körperarbeit als Grundlage für mehr Präsenz und Stimmkraft	96
25.06.	Zürich	A 9-P	P: Atemwegserkrankungen	91
30.06.– 01.07.	Zürich	038-1-2	IKP-Grundlagen: Theoretische Ansätze und Anwendung	24
30.06.– 01.07.	Zürich	082	Natürliche Zentrierung	50
30.06.– 01.07.	Zürich	130	Nachhaltige Verhaltensänderung – Tools für die Praxis	69
30.06.– 01.07.	Zürich	A 19	Mutig und stark! Kinder und Jugendliche in der AT IKP	95

## Juli 2023

Termin	Ort	Sem.Nr.	Titel	Seite
07.–08.07.	Bern	017	Atemtherapeut. u. körperz. Interventionen in d. Trauer	14

## August 2023

18.–19.08.	Zürich	120	Kinder und Jugendliche in der Familienberatung und ...	59
20.08.	Zürich	017-P	P: Atemtherapeut. u. körperz. Interventionen in ...	14
25.–26.08.	Zürich	011	Achtsamkeit, Kongruenz und konstruktiver Umgang mit Emotionen in der Atem- und Körpertherapie	12
25.–26.08.	Zürich	131	Arbeiten mit Symbolen als Methode der Intervention in psychosozialen Berufen	70

## September 2023

01.–02.09.	Zürich	113	Ganzheitliche Paar- und Familienberatung IKP	57
01.–02.09.	Zürich	124-5	Entwicklungspsychologie – Ressourcen und Hemmungen erkennen	64
08.–09.09.	Zürich	091	Selbstwertprobleme erfolgreich behandeln	54
09.09.	Zürich	A 20-P	Vokalraum- und Körperarbeit als Grundlage für ...	96
10.09. ...	Zürich	420	MG Medizinische Grundlagen: 4 Tage (28 Std.)	100
15.–16.09.	Zürich	052	Keine Angst vor Angststörungen – Verbesserung durch praktikable Techniken	32
15.–16.09.	Zürich	060	Nähe und Distanz als zentrale Beziehungsaspekte	35
15.–16.09.	Zürich	324	Bewusste Wahrnehmung und Stärkung der Ich-Grenze in der EPB	83
22.–23.09.	Zürich	054	Bindung und Trennung: zulassen – loslassen Verlust und Gewinn: abgrenzen – sich öffnen	33
22.–23.09.	Zürich	071	Psychische Störungen im Kindes- und Jugendalter	42
24.09.	Zürich	A 19-P	P: Mutig und stark! Kinder und Jugendliche in der AT IKP	95
29.–30.09.	Zürich	016-2	Von unbewussten Verhaltensweisen zur bewussten Selbstregulation – (Selbst-)Wahrnehmung und ...	13

## Oktober 2023

Termin	Ort	Sem.Nr.	Titel	Seite
01.10.	Zürich	011-P	P: Achtsamkeit, Kongruenz und konstruktiver Umgang mit Emotionen in der Atem- und Körpertherapie	12
05.10.	Zürich	049	Gestalttherapie Live-Arbeit	29
06.–07.10	Zürich	026-2	Die Kunst der Gesprächsführung II	18
06.–07.10.	Zürich	047-3	Grundlagen der Gestalttherapie (Basis)	27
06.–07.10.	Zürich	310	Mindful Eating – achtsame Beziehung zu sich und zum Essen	77
06.–07.10.	Zürich	A 12	Atem erfahren – Atemarbeit nach Middendorf	92
13.–14.10.	Zürich	124-4	Entwicklungspsychologie – Ressourcen und Hemmungen erkenne	64
20.–21.10.	Zürich	064	Techniken zur Vereinigung von Körper/Geist/Seele	38
20.–21.10.	Zürich	067	Ganzheitliches Lösen körperlicher Verspannungen und Blockaden in der Atemtherapie	41
20.–21.10.	Zürich	121	Innere und äussere Bühnen – Externalisierung in der Beratung und Therapie mit Kindern und Erwachsenen	60
21.10. ...	online	410	Psychologie Grundkurs: 5 Tage (40 Std.)	98
27.–28.10.	Zürich	122-2	Teil 2: Komplexe, frühkindliche Traumatisierungen ...	62
27.–28.10.	Zürich	319	Praxiseröffnung für Ernährungs-Psychologische Beraterinnen	79
28.10.	Zürich	334	Erfolgreich in die Selbständigkeit! Kundenstammaufbau, eigene Identität, Branding und Kommunikation	85

## November 2023

Termin	Ort	Sem.Nr.	Titel	Seite
03.–04.11.	Zürich	048	Gestalttherapeutisches Arbeiten (Vertiefung)	28
03.–04.11.	Zürich	322	Wechseljahre – Wandlungsjahre. Die Lebensmittel neu entdeckt aus Sicht der EPB	81
05.11.	Zürich	A 12-P	P: Atem erfahren – Atemarbeit nach Middendorf	92
10.–11.11.	Zürich	078	Unterschiedliche Bedürfnisse und Konflikte in Partnerschaften	48
10.–11.11.	Zürich	A 2	Praktische Meridian-Übungen in Bewegung und Atem	89
17.–18.11.	Zürich	035	Ego States – Die Arbeit mit Persönlichkeitsanteilen in Therapie und Beratung	23
17.–18.11.	Zürich	051-1	Systemisches Stellen	31
17.–18.11.	Zürich	159	BodyAnchoring	72
17.–18.11.	Zürich	A 13	Ressourcen- u. lösungsorientierte Beratung in der AT IKP	93
19.11.	Zürich	067-P	P: Ganzheitliches Lösen körperlicher Verspannungen ...	41
24.11.	online	061	Positive Psychologie: Wie Menschen aufblühen – Wohlbefinden steigern	36
24.–25.11.	Zürich	027	Provozieren – aber richtig!	19

## Dezember 2023

01.–02.12.	Zürich	025-6	Die Kunst der Gesprächsführung I	17
01.–02.12.	Zürich	047-5	Grundlagen der Gestalttherapie (Basis)	27
03.12.	Zürich	A 13-P	P: Ressourcen- u. lösungsorientierte Beratung i. d. AT IKP	93
08.–09.12.	Zürich	019-2	Beratungskompetenz als Grundlage für erfolgreiche Selbstständigkeit	15
08.–09.12.	Zürich	051-2	Systemisches Stellen (Vertiefung)	31
08.–09.12.	Zürich	065-2-1	Psychische Erkrankung – Teil 2	40
17.12.	Zürich	A 2-P	P: Praktische Meridian-Übungen in Bewegung und Atem	89

# Dozentinnen und Dozenten am IKP

## Körperzentrierte Psychotherapie IKP / Psychologische Beratung IKP

### **Arnold Beatrice** Rüschnikon

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 (Bewegungs-)therapie FPI, Traumatherapeut EMDRIA Schweiz. Beauftragt als Dozent, Lehrtherapeut und Supervisor IKP. Langjährige Berufserfahrung in Psychiatrie und Massnahmevollzug. Privatpraxis in Meilen.

### **Bieri Samuel, MSc** Bern

Eidg. anerkannter Psychotherapeut, dipl. Körperzentrierter Psychotherapeut IKP, Sozialpädagoge. In ambulanter Praxis und beim Ambulatorium für Folter- und Kriegsoffer Bern tätig.

### **Casanova Christina, lic. phil. I** Chur und Zürich

Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, Fachpsychologin für Psychotherapie FSP, dipl. Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP. Beauftragt als Auszubildnerin/Lehrtherapeutin/Supervisorin am IKP. Abschluss in Integrativer Körpertherapie IBP. Längere Berufserfahrung mit ambulanten und stationären Patienten in einer psychiatrischen Klinik. 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 Auszubildnerin/Lehrtherapeutin/Supervisorin IKP. Ausbildung in «Integrative Body Psychotherapy», 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. In Co-Ausbildungsfunktion und als Seminarleiterin am IKP tätig. Anstellung in der Neuro-psychologie im Schweizer Paraplegiker Zentrum.

**Grubenmann Kissenpfennig Doris, lic. phil. I Horgen**

Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, Psychotherapeutin ASP, dipl. Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP. Dipl. Ganzheitlich-Integrative Atemtherapeutin IKP. Dipl. Hypnotherapeutin. Master Practitioner in Logosynthese. Idiolektische Gesprächsleiterin GIG. Beauftragt als Ausbilderin/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.

**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. Mentales Coaching bei Sportlern. 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, Wellnesausbilder, Mentaltrainer. Im Psychiatrisch-Psychotherapeutischen Ambulatorium IKP und 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.

**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**

Kinder- und Jugendpsychologin, Lehrperson Sekundarstufe II für Psychologie und Pädagogik, CAS Psychotraumatologie, dipl. Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP. Ausbildung am Institut für Kinder, Jugendlichen- und Familientherapie (KJF) in Luzern. Berufserfahrung in Kinder- und Jugendpsychiatrie und -heimen. Dozentin an div. Instituten. In eigener Praxis tätig.

**Jung Nathalie, MSc in Psychologie & BLaw Hinwil**

Psychologin MSc, RYT-200 Yogalehrerin, Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP i. A., beauftragt als 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, Erwachsenenbildnerin, 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 und Seminarleiterin am IKP. In eigener Praxis für Psychotherapie, Persönlichkeitsentwicklung mit Alpakas und spirituelle Persönlichkeitsentwicklung tätig. Weiterbildungen in imaginativen Therapieverfahren und Systemstellen.

**Keller Vera, MSc** Zürich

Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, dipl. Körperzentrierte Psychotherapeutin IKP. Arbeit in ambulanter Gruppenpraxis. In Co-Ausbildungsfunktion und 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 am ZSB in Bern. Beauftragt als Seminarleiterin am 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 (Assoziation Schweizer Psychotherapeuten und Psychotherapeutinnen).

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

**Shaked Eliya Ananda, lic. phil. I** Basel

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 und Seminarleiterin 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.

**Wimmer Beatrix, Mag. phil.** AT-Wien

Psychotherapeutin (Gestalttherapie), 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

Dipl. Ganzheitlich-Integrative Atemtherapeutin IKP. Dipl. Iyengar Yogalehrerin. Beauftragt als Ausbilderin, Lehrtherapeutin und Seminarleiterin am IKP. In eigener Praxis tätig.

### **Brunner Monica** Winterthur

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

### **Cianciarulo Isabella** Zürich

KomplementärTherapeutin mit Branchenzertifikat OdAKT. 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

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 Ausbilderin, Seminarleiterin und Lehrtherapeutin am IKP. NLP Trainerin. Ausbilderin FA. Supervisorin Oda KT und BSO. In eigener Praxis tätig.

### **Lemberger Barbara** Zürich

KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom. Support Fachleitung GIA IKP. Beauftragt als Ausbilderin, 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 Ausbilder, 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 (NCFO). 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

Diätköchlin 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 Isabella, 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**

### **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. Abschluss in

Integrativer Körpertherapie IBP. Längere Berufserfahrung mit ambulanten und stationären Patienten in einer psychiatrischen Klinik. 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. Ausbildung in «Integrative Body Psychotherapy», 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. Mentales Coaching bei Sportlern. 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

Beziehungscoach 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 (Assoziation Schweizer Psychotherapeuten und Psychotherapeutinnen).

**Thurnherr Claudia, lic. phil. I** Zürich

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

## Schulmedizinisches Wissen

**Auer Ellen** Unterseen

Pflegeschwester 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. Psychotherapeutin 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 Diplomierete im Sinne einer Weiterbildung besuchen, einen Rabatt von 20 %.

## Schulmedizinisches Basiswissen

Zu jeder professionellen, therapeutischen Tätigkeit im Bereich der Komplementärmedizin gehört ein gutes medizinisches Grundlagenwissen im Sinne der Schulmedizin. Fundierte Kenntnisse über den Bau und die Funktionsweise des menschlichen Körpers wie auch Kenntnisse in Pathologie sind für die tägliche Arbeit unverzichtbar.

Dieses medizinische Basiswissen ist Bedingung für die Anerkennung bei den Krankenkassen oder für eine kantonale Zulassungsprüfung.

Für Ihre therapeutische Arbeit und für die Anerkennung bei den Krankenkassen und verschiedenen Berufsverbänden ist die Anzahl von 150–600 Stunden vorgeschrieben. Deshalb bietet Ihnen das IKP diverse Module im Bereich „Schulmedizinisches Basiswissen“ an. Die Module sind in sich geschlossene Einheiten. Sie werden im Laufe des Jahres kontinuierlich durchgeführt und ermöglichen eine individuelle Terminplanung parallel zu den Ausbildungslehrgängen.

Die genauen Daten, Preise und Anmeldebedingungen erhalten Sie über die Sekretariate der jeweiligen Ausbildungsbereiche oder im Internet unter [www.ikp-therapien.com](http://www.ikp-therapien.com).

---

### Anzeige



## **Elektro / Haustech Telecom / EDV**

Lutherstrasse 6, 8004 Zürich  
Telefon 044 296 65 65, [www.goebel.ch](http://www.goebel.ch)

**Neu Onlineshop: <https://shop.goebel.ch>**

Öffnungszeiten:

Mo – Fr 07.15 – 12.00 Uhr | 13.00 – 17.00 Uhr

# Fortbildungsseminare 2023

Auch im Jahr 2023 werden für ausgebildete Beraterinnen bzw. Therapeutinnen, die bereits mit eigenen Patientinnen und Klientinnen arbeiten, Fortbildungsseminare angeboten.

IKP-Fortbildungsseminare geniessen eine breite Anerkennung durch Berufsverbände und Qualitätsprüfstellen:

- EMR (ErfahrungsMedizinischesRegister),
- ASCA (Stiftung zur Anerkennung und Entwicklung der Alternativ- und Komplementärmedizin),
- ASP (Assoziation Schweizer Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten),
- FSP (Föderation der Schweizer Psychologinnen und Psychologen)
- SGPP (Schweizerische Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie),
- SVDE (Schweizerischer Verband diplomierter Ernährungsberater(innen)).

Details zu den Anerkennungen finden Sie beim jeweiligen Seminarbeschrieb.

---

## Bestellung: Fortbildungsprogramm 2023

Senden an: IKP, Kanzleistrasse 17, 8004 Zürich / Fax 044 242 72 52 / [info@ikp-therapien.com](mailto:info@ikp-therapien.com)

Anrede/Titel/Name/Vorname:

---

Strasse/Nr.:

---

PLZ/Ort:

---

Beruf/Tätigkeit:

---

IKP-Abschluss (Gruppe/Jahr):

---

Tel. P./Tel. G./Mobile:

---

E-Mail:

---

# Anmeldung für Seminare 2023

Senden an: IKP, Kanzleistrasse 17, 8004 Zürich / Fax 044 242 72 52 / [seminare@ikp-therapien.com](mailto:seminare@ikp-therapien.com)

## 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:

Jetzt direkt online unter  
[www.ikp-therapien.com/allianz](http://www.ikp-therapien.com/allianz)  
abschliessen und profitieren.

Versicherung für Ihre Fortbildung

# Annulationsversicherung Fortbildung Secure Study

Wir übernehmen Ihre Annullierungskosten unter anderem bei:

- **Schwerer Krankheit** (einschliesslich der Diagnose einer epidemischen oder pandemischen Krankheit wie z.B. COVID 19)
- **Unfall, Tod und Schwangerschaftskomplikationen**
- **Unerwarteter Veränderung der beruflichen Situation** (Arbeitslosigkeit oder Stellenantritt)
- **Streik oder Gefahren an der Reisedestination**

Die Prämie beträgt 4,5% des gebuchten Arrangementpreises.





# Anmeldung für Seminare 2023

Senden an: IKP, Kanzleistrasse 17, 8004 Zürich / Fax 044 242 72 52 / [seminare@ikp-therapien.com](mailto:seminare@ikp-therapien.com)

## 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

Fax : 044 242 72 52

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

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



Die Stimme der  
Naturheilkunde

**10**  
Ausgaben für nur  
**CHF 58.-**  
statt CHF  
98.-

Alles über

- **Gesundheit**
- **Ernährung**
- **Natur**
- **Pflanzenheilkunde**

Bestellen Sie jetzt Ihr Jahresabo  
«natürlich» mit 40% Rabatt:  
[natuerlich-online.ch/ikp](http://natuerlich-online.ch/ikp)

\* Einzelverkaufspreis CHF 9.80. Angebot gilt nur für  
Neuabonnenten in der Schweiz. Preis inkl. MwSt.



# 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

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“.

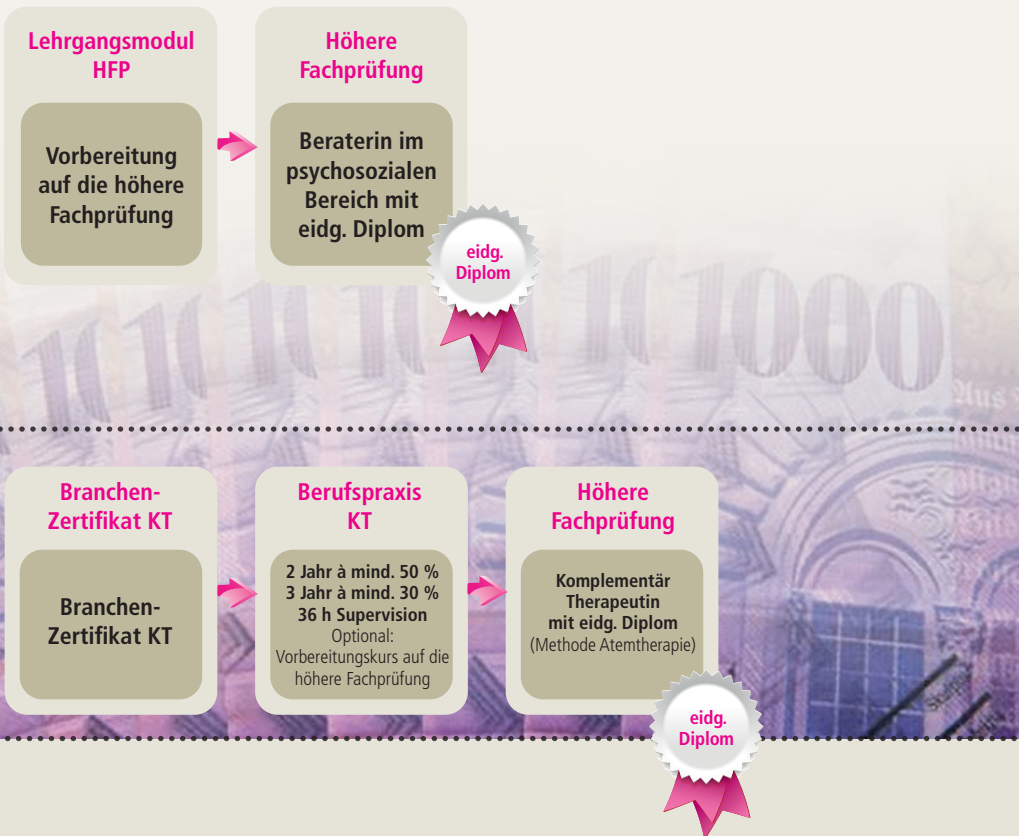
## Weiterbildung zum Facharzt/zur Fachärztin FMH für Psychiatrie und Psychotherapie

Körperzentrierte Psychotherapie IKP ist im Rahmen der Weiterbildung zum Facharzt/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.**



# Hier erhalten Sie Informationen zu Seminaren oder Fortbildung:

## Hauptsitz Zürich:



**IKP**, Kanzleistrasse 17, 8004 Zürich  
Telefon 044 242 29 30  
Telefax 044 242 72 52

Zentrale Lage, Nähe Stauffacher,  
7 Gehminuten oder drei Tramhaltestellen  
ab Hauptbahnhof (Tram 3 oder 14)

## Bern:



**IKP**, Stadtbachstrasse 42a, 3012 Bern  
Telefon 031 305 62 66  
Telefax 044 242 72 52

4 Gehminuten vom Hauptbahnhof  
(Ausgang West "Welle")

[info@ikp-therapien.com](mailto:info@ikp-therapien.com)  
[www.ikp-therapien.com](http://www.ikp-therapien.com)  
[www.psychotherapie-ikp.com](http://www.psychotherapie-ikp.com)



**Institut für Körperzentrierte Psychotherapie IKP**  
IKP Dr. Yvonne Maurer AG

