



Zentrum für Atem- und Körpertherapie

erfahrungsbasiert – prozessorientiert – entwicklungspsychologisch fundiert

Lise-Meitner-Str. 14, 79100 Freiburg im Breisgau
Fon +49 761 88868236, kontakt@zfakt.de, www.zfakt.de

«Vom stabilen Selbst in die Therapeutische Begleitung» Fortbildungsreihe Atem- und Körperpsychotherapie 2024

Reihe mit 4 Modulen à 12 Stunden; gesamt 48 Stunden à 60 Minuten

- Termine: 22. - 24. November 2024, 28.2. - 2. März, 16. - 18. Mai und 10. – 12. Oktober 2025
- Zeiten: Freitag, 18:00 bis 21:00 Uhr
Samstag, 10:00 bis 13:00 und 15:00 bis 18:00 Uhr
Sonntag, 9:30 bis 12:30 Uhr
- Leitung: Kirsten Sander (Atem- und Körperpsychotherapie, Ausbildungsleitung am ZfAKT),
Sieglinde Czyz (Atem- und Körperpsychotherapie) und Monika Wendl (Psychologie)
- Ort: Raum für Atem und Yoga, Lise-Meitner-Str. 14, 79100 Freiburg
- Kosten: 240 € pro Wochenende bei Einzelanmeldung
oder 840 € für die gesamte Reihe (210 € pro WE)
- Anmeldung: Bitte melden Sie sich schriftlich für das gewünschte Wochenende an. Mit Eingang der Kursgebühr ist der Platz im Kurs verbindlich reserviert.

Wenn wir als Atem- und Körpertherapeut:innen beginnen im Einzelsetting mit Menschen zu arbeiten, ist es hilfreich die Dynamik des therapeutischen Settings zu reflektieren, um damit bewusst umgehen und arbeiten zu können. Ebenso wichtig ist es, sich selbst gut zu kennen, um die persönlichen Themen von den Themen der Klient:innen trennen zu können.

In den vier Modulen der Fortbildungsreihe wird es vor allen Dingen um die Einzelarbeit gehen, wobei das erworbene Wissen auch für die Arbeit mit Gruppen von Nutzen sein kann. Beide Bereiche der Einzelarbeit a) das übungszentrierte Arbeiten im Sitzen, Stehen und Liegen und b) die Arbeit an der Behandlungsliege, sind dabei gleichermaßen von Bedeutung. Wir arbeiten überwiegend praktisch in Einzel- und Partnerübungen. Die Inhalte sollen auf diese Weise erfahrungsbasiert verstanden und verinnerlicht werden. Zusätzlich gibt es an jedem Wochenende auch theoretische Einheiten, um das erworbene Wissen psychologisch zu unterfüttern. Jedes Modul hat einen eigenen Schwerpunkt und ist in sich geschlossen. So ist es möglich die Wochenenden auch einzeln zu besuchen.

Die Fortbildungsreihe/die einzelnen Module richten sich an Kolleg:innen, die eine abgeschlossene Atem- und/oder Körpertherapeutische Ausbildung haben und die bereits in Einzelsitzungen mit Klient:innen arbeiten oder die zukünftig ihre Arbeit um das einzeltherapeutische Setting erweitern möchten. Angesprochen sind z.B. Kolleg:innen des BV-ATEM, Physiotherapeut:innen, Yogalehrende und Ergotherapeut:innen.



1. Modul, 22. bis 24. November 2024:

«Struktur und Stabilität: Die Basis der Beziehung zu mir selbst»

An diesem Wochenende kümmern wir uns um unsere Basis. Um gut im Leben zu stehen und mit allen Anforderungen, die der Alltag uns bietet, zurecht zu kommen, ist es notwendig sich im eigenen Körper sicher zu fühlen und sich orientieren zu können. Strukturegebende Körperübungen schaffen Sicherheit und Vertrauen.

Viele Menschen, die in ihrer Kindheit keinen verlässlichen Halt erfahren haben, können an dieser Stelle Nachnahrung gebrauchen. Wir beschäftigen uns mit unserem Vertrauen ins Leben: Wie bin ich

da? Wie stehe ich im Leben? Wie ist meine Beziehung zu mir selbst? All dies benötigen wir als Grundlage für unsere therapeutische Arbeit.

Psychologie Thema am Samstagvormittag: Einblick in Bindungstheorien

2. Modul, 28. Februar bis 2. März 2025:

«Beziehung zu mir selbst: Einblick in die eigene psychische Struktur»

Ohne dass wir uns selbst kennen, können wir nicht gut in Kontakt gehen. An diesem Wochenende beschäftigen wir uns zunächst mit den Themen Selbstwahrnehmung, Selbstfürsorge und Selbstmitgefühl.

Über die Arbeit mit den Bewusstseinsfunktionen (nach C. G. Jung) erforschen wir, auf welcher Wahrnehmungsebene wir vorrangig zu Hause sind. Über die Arbeit mit den inneren Personen entdecken wir zu welchen Energien (kindliche, weibliche, männliche, tierische, göttliche) wir Zugang bzw. Kontakt haben.

Die Bewusstwerdung der Wahrnehmung für uns selbst hilft und unterstützt uns, selbstbewusst unseren Alltag zu gestalten und entsprechend für unsere Bedürfnisse einzustehen und für uns zu sorgen.

Psychologie Thema am Samstagvormittag: Einblick in die Entwicklungspsychologie



3. Modul, 16. bis 18. Mai 2025:

«Vom Ich zum Du: Beziehung nach Außen»

Nachdem wir uns über uns selbst klarer geworden sind, wird es an diesem Wochenende zunehmend um den Kontakt nach außen gehen.

Anhand der Erfahrung mit den 4 Wahrnehmungsebenen (Denken, Fühlen, Empfinden, Intuieren) forschen wir weiter: Auf welcher Ebene gehe ich in Kontakt? Auf welcher Ebene erlebe

ich am meisten Leichtigkeit und Schwingen im Kontakt? Wie kann ich die 4 Wahrnehmungsebenen nutzen um in Kontakt zu gehen? Auf welcher Ebene spricht mein Gegenüber?

Themen wie Nähe und Distanz, Erleben und Setzen von Grenzen, Ja- und Nein-Sagen spielen eine Rolle.

Psychologie Thema am Samstagvormittag: Gesprächsführung und Kommunikation

4. Modul, 10. bis 12. Oktober 2025:

«Die therapeutische Begleitung»

Das Gelingen der einzeltherapeutischen Arbeit hängt wesentlich von der gelingenden Beziehung zwischen Klient:in und Therapeut:in ab.

An diesem Wochenende beschäftigen wir uns mit dem Menschenbild der Atem- und Körperpsychotherapie und unserer therapeutischen Haltung. Als Therapeut:innen begegnen wir den Menschen in einer akzeptierenden, wohlwollenden Haltung. Wir gehen davon aus, dass alles Heilende bereits in den Menschen angelegt ist und dass wir als Therapeut:innen die Klient:innen dabei begleiten, wieder einen Zugang zu ihren inneren Quellen zu finden.

Zusätzlich wird uns der Unterschied zwischen pädagogischem, therapeutischem und psychotherapeutischem Arbeiten beschäftigen, sowie Phänomene von Projektion, Übertragung und Gegenübertragung.

Psychologie Thema am Samstagvormittag: Einblick in die Psychopathologie

