



Wir leben Gestalt am Schlossplatz

von Mensch zu Mensch sich selbst und anderen zu begegnen

Weiterbildung Gestalt-Begleiter*in

Die in den 50er Jahren gegründete **Gestalt-Therapie** hat die heutige Psychotherapie maßgeblich beeinflusst. Die Gestalttherapie entwickelte sich seinerzeit aus der Psychoanalyse: sich zu erleben, statt über sich zu reden. Heute haben die im Laufe der Jahre entwickelten kreativen Gestalt-Techniken Einzug gehalten in die Therapiekonzepte der unterschiedlichsten verhaltenstherapeutischen und tiefenpsychologisch basierten Therapieschulen – von NLP bis Systemischer Therapie und Schematherapie.

Doch **Gestalt ist mehr und kann mehr** – sie ist nicht nur eine weitere Therapieform für Therapeuten und Patienten die unter psychischen „Störungen“ leiden. **Der Gestalt-Ansatz** ermöglicht in der Begegnung von Mensch zu Mensch mehr über sich selbst zu erfahren, um in einer sich fast täglich ändernden Welt sich immer wieder neu verorten zu können und um andere Menschen im beruflichen oder privaten Umfeld in Krisen hilfreich und kompetent begleiten zu können.

Die Gestalt-Philosophie ist deshalb gerade in der heutigen Zeit so hilfreich und wichtig, weil wir mit der **Gestalt-Haltung** aus uns selbst heraus mit innovativer Kraft und lebendiger Kreativität immer wieder neue Ansätze entwickeln können um uns selbst weiterzuentwickeln, in Krisen zu reifen und um andere Menschen in Krisensituationen hilfreich begleiten zu können.

Die **Weiterbildung als Gestalt-Begleiter*in** ist ein neues zeitgemäßes Format, das wir entwickelt haben, um Menschen in ihrem eigenen schöpferischen Wachstumsprozess zu begleiten und sie gleichzeitig dazu befähigen andere Menschen im Wachstum und in der Entwicklung ihrer Person zu begleiten. Ziel der Weiterbildung ist **selbst zu wachsen und sich weiterzubilden, in der Beziehung und durch die Beziehung** zu den anderen Gruppenmitgliedern und mit den Weiterbildungs-Begleitern – im Dialog und im gemeinsamen Erleben.

Entdecken – Erleben – Experimentieren: Theorieeinheiten wechseln sich ab mit Einzelarbeiten in der Gruppe und Kleingruppenarbeit in Triaden zu dritt: nicht nur in der Rolle des Klienten und des Begleitenden sammle ich wertvolle Erfahrungen. Insbesondere in der dritten Rolle als Beobachter lerne ich meine Wahrnehmungsfähigkeiten zu schärfen und zu trainieren.

Ich erfahre mich im Kontakt mit jedem Einzelnen und mit der Gruppe, erlebe Freundschaft und Unterstützung, Spannung und Irritation, bringe meine persönlichen Themen und Krisen ein und experimentiere damit anders umzugehen als ich es gewohnt bin – mit einer neuen offenen **Gestalt-Haltung**.

Eigene Wachstumsprozesse reflektieren und die Fähigkeiten zu entwickeln **Menschen im privaten und beruflichen Umfeld in ihren Entwicklungsprozessen kompetent begleiten** zu können – dies wird über einen Zeitraum von 18 Monaten gemeinsam gelebt und geübt – wobei der Schwerpunkt in den ersten 9 Monaten auf der **Selbsterfahrung**, der Schwerpunkt in der zweiten Hälfte der Weiterbildung auf der **Begleitung** liegt.

Zu Beginn findet ein unverbindliches **Schnupper- und Auswahl-Wochenende** statt. Alle Gruppenmitglieder können sich kennenlernen und „beschnuppern“ erst dann erfolgt die verbindliche Anmeldung. Die Weiterbildungsbegleiter*innen begleiten dann eine Gruppe von **12 Teilnehmer*innen**, die sich gemeinsam auf den Weg machen...



Wir Leben Gestalt

Die Gestalt-Haltung

**„Wir schöpfen einander Mut“ in Zwischen-Zeiten,
Zeiten des Wandels und der Übergänge.**

So wie sich dieses Zitat von Laura Perls auf die Umbruchzeiten bezog, in denen sie zusammen mit Fritz Perls, Paul Goodmann das erste „Gestalt“ Institut in New York gründeten, so haben wir uns einander in den letzten Monaten und Jahren immer wieder Mut geschöpft und unsere Gestalthaltung von ihren Gründungsimpulsen aus noch einmal vertieft gedacht und gelebt, reflektiert und neu für uns zu formuliert.

Denn die Gestalttherapie beschäftigt sich seit ihren frühesten Anfängen mit gesellschaftlichen Übergängen und Umbrüchen, mit Kontaktmöglichkeiten und Kontaktbeschränkungen, mit Integration und Neubesinnung und kreativer Schöpfung - und ist damit heute so aktuell, sinnvoll und hilfreich wie zu ihrer Gründungszeit.

Gestalt als Lebenshaltung ist aus unserer Sicht heute von viel größerem gesellschaftlichen Wert als nur die Vermittlung einer neuen Therapieform im Coaching-Setting oder als Spezialausbildung für Psychotherapeut*innen.

Laura Perls lebte Gestalt als ein Mensch der „Integration“ im Kontakt mit Therapeuten und Künstlern, Philosophen und anderen Geisteswissenschaftlern und sie gab damit selbst wertvolle Impulse zur sozialen und kulturellen Entwicklung ihrer Zeit. Sie sagte: *„Ich glaube, dass die Arbeit, dich ich mache, politische Arbeit ist. Wenn man mit Menschen daran arbeitet, an den Punkt zu gelangen eigenständig denken, und sich aus der Konfluenz der Mehrheit lösen zu können, ist dies politische Arbeit, und sie strahlt aus, auch wenn wir nur mit einer sehr begrenzten Zahl von Menschen arbeiten können“*.

In Zeiten des Wandels und der Umbrüche sind für alle Menschen kreative Anpassung und die persönliche Weiterentwicklung vorrangige Themen: selbst an den aktuellen Problemen und Krisen zu reifen und andere Menschen in ihrer persönlichen Entwicklung und ihrem Wachstum kompetent zu begleiten. Das heißt Menschen zu begleiten sich aus Konfluenz und Ko-abhängigkeiten zu lösen, sich durch Selbst-Erkenntnis Kompetenzen zur Entscheidungsfindung, zur Beziehungsgestaltung, zu konstruktiver Zusammenarbeit und gesunder Abgrenzung zu erwerben um ein eigenständiges verantwortungsvolles zufriedenes Leben zu leben.

Gestalt-Begleiter, Gestalt-Begleiterin zu sein beschreibt Laura Perls wie folgt:

„Für mich ist es wichtig, keine therapeutische Rolle zu spielen, sondern den Klienten so zu begegnen, wie ich im Augenblick bin: mich mit meinem Hintergrund, mit allem was mir an Erfahrung, Wissen und Geschick zur Verfügung steht, in der gegebenen Situation in den Dienst des Dialogs, der Begegnung zu stellen.“

„Kontakt, wird in jeder gegenwärtigen Situation hergestellt, der einzige Augenblick, in welchem Erfahrung und Veränderung möglich ist“.

Um Gestalt-Begleiter*in zu werden, „facilitator“ wie sich Laura Perls auf Englisch selbst bezeichnete, braucht es:

Selbst-Bewusstheit – Stützung – Kontakt:

*„**Bewusst im Kontakt mit mir selbst** zu sein: mit meinem Körper (z.B. Atmung, Haltung), meinen Gefühlen (Erregungen), mit meinem Wissen, meiner Erfahrung, meinen Fähigkeiten und Talenten. Alles was ich für mich integriert habe wird mir zur **Stützung** wenn ich in **Kontakt mit einem anderen Menschen** gehe, mit ihm in Beziehung gehe um ihn zu begleiten“.*

Mit Selbst-Bewusstheit entwickelt jeder Gestalt-Begleiter seinen eigenen Stil: *„Wenn er (ein Therapeut) seinen eigenen Stil nicht gefunden hat, wenn er sich selbst nicht ins Spiel bringen kann und den Modus ..., den die Situation verlangt, nicht der Eingebung des Augenblicks folgend erfindet, ist er kein Gestalttherapeut (Perls 1980 S. 170)*

Curriculum

Die Fortbildung:

2 Tage Auswahlwochenende: Einführung

2 Zyklen (jeweils über einen Zeitraum von ca. 9 -12 Monaten)

Je 6 Wochenenden und 5 Tage Intensivum am Stück in Ligurien Italien

Theorie und Methodik – Praxis Arbeit in Kleingruppen (Triadenarbeit) und kollegiale Gruppenarbeit (Selbsterfahrung in der Gruppe)

Zusätzlich pro Teilnehmer 5 Sitzung Supervision von Begleitungen (kasuistische Supervisionen)

Abschlusskolloquium nach dem 2. Zyklus

Abschlussarbeit nach dem 2. Zyklus