

Schwerpunktthema Verantwortung

Persönlichkeitsbildung

Antworten auf die Fragen meines Lebens

Seite 4

Therapie

Sind wir verantwortlich für unsere unbewussten Handlungen in Beziehungen?

Seite 8

Unser Leben im Spannungsfeld von Stammhirn und Grosshirnrinde

Seite 12

Coaching /Beratung

Verantwortung in unseren sexuellen Liebesbeziehungen

Seite 14

IBP Institut

IBP Ambulatorium –
die Erfolgsgeschichte geht weiter
Seite 20

IBP Fachverband

Tagung «Verschiedene Ansätze in der
körperpsychotherapeutischen Diagnostik»
Seite 22

IBP Verein

Verantwortung der
IBP Trägerorganisation
Seite 24



Inhalt

Antworten auf die Fragen meines Lebens

Seite 4

Sinnorientierte Verantwortung

Seite 6

Sind wir verantwortlich für unsere unbewussten Handlungen in Beziehungen?

Seite 8

IBP Tool: Vertiefung unseres Zugehörigkeitsgefühls

Seite 11

Unser Leben im Spannungsfeld von Stammhirn und Grosshirnrinde

Seite 12

Verantwortung in unseren sexuellen Liebesbeziehungen

Seite 14

IBP Tool: Kinderlieder zu den «Guten Eltern-Botschaften»

Seite 17

Die Weiterentwicklung der Haltung am IBP Institut

Seite 18

Aktuelles aus dem IBP Institut

Seite 20

Aktuelles aus dem IBP Fachverband

Seite 22

Aktuelles aus dem IBP Verein

Seite 24

Agenda

Seite 26

Jahresprogramm 2013/2014

Unser aktuelles Angebot an Ausbildung für Fachleute und Persönlichkeitsbildung für alle Interessierten ist auf den letzten Seiten des Hefts zu finden. Detailinformationen auf www.ibp-institut.ch oder via info@ibp-institut.ch

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser

Verantwortung – was für Assoziationen, Gefühle und Körperempfindungen löst dieses Wort bei Ihnen aus? In einer kleinen Umfrage in meinem Bekanntenkreis nannten nicht wenige: Druck, Schwere, Last und Enge. Empfindungen, die auch wir vom Redaktionsteam während der Arbeit an diesem Heft immer wieder einmal spürten. Dabei stand am Anfang der Themenwahl Lust. Angeregt, belebt und inspiriert durch den gemeinsamen Besuch einer dreitägigen Veranstaltung zum Thema Verantwortung beschlossen wir, die vorliegende Ausgabe des IBP Magazins diesem Thema zu widmen. Schliesslich sind wir in unserem Alltag am IBP Institut auf vielen Ebenen herausgefordert, Verantwortung zu übernehmen und verantwortlich zu leben: als Institution, als Vorgesetzte und Mitarbeitende, als AusbilderInnen und KursleiterInnen, als PsychotherapeutInnen und Coaches, als Privatpersonen und als Teil des Ganzen – als Teil der Gesellschaft, der Menschheit, der Welt und als Mitgestalter der Zukunft.

Ohne Verantwortung ist kein verlässliches Miteinander denkbar.

Verantwortung ist ein tragender Grundpfeiler unseres gesamten sozialen und gesellschaftlichen Zusammenlebens. Für ein verlässliches Miteinander sind Eigenverantwortung, soziale Verantwortung im persönlichen und gesellschaftlichen Umfeld, ökologische und politische Verantwortung und vielleicht sogar transzendente Verantwortung unabdingbar. «Mensch sein heisst verantwortlich sein» schreibt Antoine de Saint-Exupéry. In unserem menschlichen Dasein spielt Verantwortung eine immanente Rolle, das Thema betrifft uns alle. Trotzdem lässt sich der Begriff nur auf einer abstrakten Ebene allgemeingültig definieren. Ungefähr so: Jemand handelt aufgrund einer Norm, eines Wertes oder Ideals auf eine bestimmte Art und Weise und nimmt allfällige Konsequenzen in Kauf. Auf der konkreten Ebene hingegen hat Verantwortung verschiedene Gesichter. Denn je nach Rolle, die wir einnehmen, sind wir anderen Normen und Werten verpflichtet und wählen andere Verantwortlichkeiten. Und wir alle nehmen eine Vielzahl verschiedener Rollen ein.

Gezielt verantwortungsvolles Handeln setzt Bewusstheit voraus. Dafür müssen wir uns im Klaren sein, aus welcher Rolle heraus wir in Verantwortung gehen oder stehen und welchen Normen, Werten und Idealen wir uns dabei verpflichtet fühlen. Auf uns zurückgeworfen stellt sich die Frage, wie viel Verantwortung wir in den einzelnen Rollen übernehmen müssen, können und wollen. Zu viel Verantwortungsübernahme ist überfordernd, zu wenig unbefriedigend. Ein gutes Mass an Verantwortung wirkt Sinn stiftend (mehr dazu im Artikel von Stefan Marti, Seite 6).

Neben Rollenklarheit ist es aufschlussreich genau hinzuschauen, auf welcher Ebene wir in Verantwortung gehen. Interpersonale Verantwortung zu übernehmen – zum Beispiel im Engagement für psychisch kranke Menschen – bedeutet noch nicht automatisch, dass wir auch intrapersonale Verantwortung für unser eigenes

körperliches, seelisches und geistiges Wohlbefinden übernehmen. Transpersonale Verantwortungsübernahme durch ökologisches Engagement bedingt noch keine soziale Verantwortungsübernahme usw. Hier stellen sich sogleich wieder viele Fragen. Auf welcher Ebene fällt uns Verantwortungsübernahme leicht? Welche blenden wir aus? Müssen wir auf allen Ebenen Verantwortung übernehmen, um verantwortungsvoll zu leben?

Der Begriff Verantwortung beinhaltet das Wort Antwort. Um antworten zu können, müssen wir die Frage hören. In Verantwortung zu gehen, setzt eine Offenheit für die Fragen des Lebens voraus. Es bedingt hinzuschauen, sich nicht abzuwenden, sich nicht zu verschliessen.

Die intensive Auseinandersetzung mit den vielen Facetten von Verantwortung hat im Redaktionsteam nebst geschärftem Bewusstsein vor allem viele Fragen und ein Gefühl der Überforderung ausgelöst. Überforderung deshalb, weil wir realisiert haben, dass wir dem Thema in einem IBP Magazin unmöglich in seiner ganzen Komplexität gerecht werden können. Unzählige wichtige Aspekte und zentrale Fragestellungen bleiben gänzlich unbehandelt oder werden nur kurz angetippt (zum Beispiel die Verantwortung der TherapeutInnen und Coaches gegenüber den PatientInnen/KlientInnen und ihrem Umfeld im Artikel von Notburga Fischer auf Seite 14).

Sie finden im vorliegenden Heft also eine Sammlung von Artikeln, die das Thema Verantwortung weder systematisch noch umfassend abhandelt. Unsere Autoren und Autorinnen aus dem Kreise der IBP Lehrbeauftragten stellen ihre eigenen Fragen: sehr persönliche (Trice Pfister, Seite 4), psychologische und gesellschaftliche (Rodolpha Schächli, Seite 8), biologische (Eva Kaul, Seite 12) oder institutionelle (Manou Maier, Seite 18).

Es sind vorwiegend persönliche Sichtweisen, die als Denkanstösse gedacht sind und im Idealfall einen Diskurs anregen. Und wer noch weitere Inspiration zum Thema wünscht, dem sei wärmstens die Ausstellung «Verantwortung: Temperament einer Haltung» in der Vögele Kulturstiftung empfohlen.

Wir wünschen Ihnen lustvolle Lektüre.

Es grüsst Sie herzlich im Namen des gesamten Redaktionsteams



Silvia Pfeifer
Mitglied der Institutsleitung

PS: Sollte sich während der Lektüre in Ihnen neben Lust und Anregung doch auch etwas Schwere einstellen, versuchen Sie's mit der Körperübung auf Seite 11.



.....
Das Redaktionsteam
am Ausbalancieren und
Stemmen der Aufgabe:
Eva Kaul, Manou Maier,
Silvia Pfeifer

Vögele Kultur Zentrum
Stiftung Charles und Agnes Vögele

Ausstellung

**Verantwortung –
Zum Temperament einer Haltung**

26.05.–22.09.2013

Gwattstrasse 14, 8808 Pfäffikon SZ

www.voegelekultur.ch/ausstellung/events/verantwortung

Persönlich

Antworten auf die Fragen meines Lebens

Trice Pfister

Vor 27 Monaten und 5 Tagen hat sich mein behinderter Sohn nach 33 Jahren meiner Verantwortung entzogen. Der Verantwortung, die ich unter grossen Schmerzen und Ängsten widerwillig zu der meinen gemacht und wie eine zweite Haut übergezogen hatte. Er hat mich als Mutter und ordnende Hand in seinem Leben abgesetzt.

Nach dem Schock kamen Wut, Sorge, Schuld, Scham und Leere. Dann endlich die Freiheit und die wiedergefundene Liebe – und die Erkenntnis, dass viel von dieser so edlen Verantwortung für ein behindertes Kind mir Macht, Anerkennung, Mitgefühl und Einfluss verschafft hatte. So oft war ich von Verantwortung in Überverantwortlichkeit (Agency) gerutscht – und das ist wohl die Gefahr, der alle Mütter und Väter ausgesetzt sind.

Andererseits war da sicher auch eine frei- und loslassende, inspirierende, nährende, bewusste Verantwortung gewesen, die Transformation und Reifung für Mutter und Sohn ermöglichte. Aber auch die polierte nicht selten mein kleines Ego: Ich konnte mich sonnen im Licht der Entwicklungsschritte meines Sohnes.

Verantwortung – ein Egoprojekt, eine Agencyfalle?

Verantwortung ist ein häufig verwendeter Begriff in unserer Gesellschaft. Oft kommt er abgegriffen, beliebig, sinnentleert daher. Jeder und jede fühlt sich verantwortlich – oder häufig eben auch nicht. Jeder und jede fühlt sich verantwortlich, meistens für andere, kaum aber für sich.

Wie viel Machtanspruch steckt in meinem Verantwortungsgefühl?

Echte Verantwortung – die vom Leben mir abverlangte Antwort auf dessen Fragen und Herausforderungen in Bewusstheit und Tat – kann ich dann entwickeln, wenn ich mich achtsam dem Leben öffne und präsent werde für das, was ist und getan werden muss. Echte Verantwortung kann ich dann übernehmen, wenn ich erkenne, welche Konsequenzen für mich daraus entstehen, wenn ich weiss, was mich erwartet. Dann treffe ich eine freie Gewissensentscheidung und handle

aus einer Erkenntnis heraus, die nicht von Neigungen oder eigenen Bedürfnissen (nach Liebe, Anerkennung, Macht, ...) geprägt, sondern der Sache angemessen ist.

Auch wenn ich die Folgen (noch) nicht durchschaue, kann ich dennoch Verantwortung übernehmen. Ich erhalte so innere Freiheit, auch wenn es denn wehtun sollte. Ich tu's dann, weil ich es will, aus freien Stücken, komme, was da kommen mag – eine Handlung aus einer ethischen Grundhaltung heraus, die mich Verantwortung übernehmen lässt (commitment).

Meistens aber finden wir uns in Verantwortungen wieder, in die wir einfach so hineingerutscht sind, aus Liebe, aus Eitelkeit, durch Machtgelüste, Gesetze, Lebensumstände oder moralische Vorgaben, ohne dass wir den oben beschriebenen Bedingungen für eine echte Verantwortung bewusst nachgehen und frei wählen konnten oder wollten. Wir können uns mit der Verantwortung arrangieren, sie missbrauchen, uns daraus schleichen oder krank werden, sie aber auch bewusst annehmen – den freien Gewissensentscheid sozusagen im Nachhinein treffen.



.....
Sam, Sohn der Autorin



Ich denke, wir müssen viel und aufmerksam zuhören, dann werden wir allmählich immer vorsichtiger antworten und immer besser.

R. M. Rilke

Verantwortung übernehmen – als AgentIn oder im Selbstkontakt?

Mein Sohn als Lehrer

Ich wurde damals mit der Behinderung meines Sohns konfrontiert und in einen Strudel von Ängsten, von Überforderung und dem Wunsch gerissen, einfach nur davonzulaufen. Dies führte auch zum Scheitern meiner Ehe. Es brauchte seine Zeit, die echte Verantwortung anzunehmen, die Ja sagt zu dem, was ist. Und doch war da eben auch dieses verzerrte Verantwortungsgefühl, das einen Absolutheitsanspruch hat und irgendwann belohnt werden will. Die Auseinandersetzung mit dem IBP Agencykonzept hat mir die Augen geöffnet. Und doch gibt es – auch heute noch – immer wieder Situationen, die mir den schmalen Grat zwischen Machtanspruch und echter Verantwortung bewusst machen.

Echte Verantwortung ist ein Tanz, der sich stets neu erfindet aus Wissen, Mut und Demut, Selbstkontakt und Präsenz als Antwort auf die Fragen des Lebens. Oft dauert es, bis wir sie kennen, die Antwort. Aber es lohnt sich, die Tanzschritte aus sich heraus zu gestalten, sich auf das Aussen einzulassen und im Dialog mit sich selbst mutig das Leben zu verantworten.

Trice Pfister

Beraterin SGfB, IBP Lehrbeauftragte,
in eigener Praxis in Nidau tätig

Leben als Dialog

Sinnorientierte Verantwortung

Stefan Marti

Jeder Mensch will sinnvoll leben. Dies ist eine Grundthese in der Logotherapie und Existenzanalyse, eine in den 1930er Jahren durch Viktor Frankl begründete und von Alfred Längle weiterentwickelte Methode für «Heilung durch Sinn». Im Folgenden werden der Verantwortungsbegriff der Logotherapie und Existenzanalyse beschrieben und Verbindungen zum IBP Konzept hergestellt.

Verantwortung und Sinn

Sinn und Eingebettet-sein in grössere Wertbezüge geben dem menschlichen Leben Erfüllung und Ganzheit. Wir sind bereit, Verantwortung zu übernehmen, wenn etwas für uns sinn- und wertvoll ist. Verantwortung für etwas zu tragen, das man als wertlos ansieht, ist für den betroffenen Menschen sinnlos. Solcher «Verantwortung» fehlt der positive Inhalt. Es bleibt von ihr nur die negative Seite der Verpflichtung und des Müssens.

Der Sinn der Freiheit ist Verantwortung

Wenn wir verantwortlich leben, dann bedeutet dies, dass wir uns selber ins Spiel bringen. Das Prinzip der Verantwortung taucht also sofort auf, wenn etwas mich angeht, wenn es auf mich ankommt. Verantwortung setzt die Freiheit voraus, selbst entscheiden und wählen zu können, und damit bewusster Verursacher einer Wirkung zu sein. Darum bringt freies Handeln unausweichlich Verantwortlichkeit mit sich. Der Sinn der Freiheit ist nicht, sich immer

alle Möglichkeiten offen zu lassen («frei zu bleiben»), sondern sie in die Verantwortung aufgehen zu lassen. Verantwortung heisst, sich festlegen, die Freiheit also sinnvoll einsetzen.

Verantwortung ist ein Beziehungsbegriff

Verantwortung ist Ausdruck meiner Verbundenheit mit einem Menschen, einer Idee oder einer Sache und ist Ausdruck der Verbundenheit, aus der heraus die Sorge für die anvertrauten Werte erwächst. Das Ausmass, in dem Verantwortung übernommen wird (indem Zeit, Mühe und Sorge in Kauf genommen werden), zeigt an, wie viel mir der Gegenstand meiner Verantwortung wert ist. Verantwortlich sein heisst: sich widmen, freiwilliges Sich-Verpflichten. Verantwortung ist Engagement für die eigenen Werte und kann nicht durch Strafe und Drohung gelehrt werden. Zur Verantwortung kann man sich nur «gezogen» fühlen. Man kann sich ihr aber auch entziehen.

Der Mensch ist also verantwortlich für einen sinnvollen Einsatz seiner Freiheit, für seine Werte und Beziehungen. Doch wem gegenüber muss ich mich verantworten? Ganz allgemein gesagt ist der Mensch verantwortlich gegenüber seinen Werten, gegenüber dem, womit er in Beziehung steht. In letzter Instanz können das Selbstachtung, eigenes Gewissen (als persönlich empfundene Stimmigkeit), mir wichtige Menschen oder Gott sein. Durch unser persönliches Gespür für das, was gut und richtig ist, erhalten wir Orientierung für sinnvolles, erfüllendes Entscheiden und Handeln.

Leben heisst antworten –

Leben als dialogischer Austausch

Eine dynamische Sichtweise des eben Ausgeführten sehen Sie in der Grafik abgebildet. In der Auffassung der

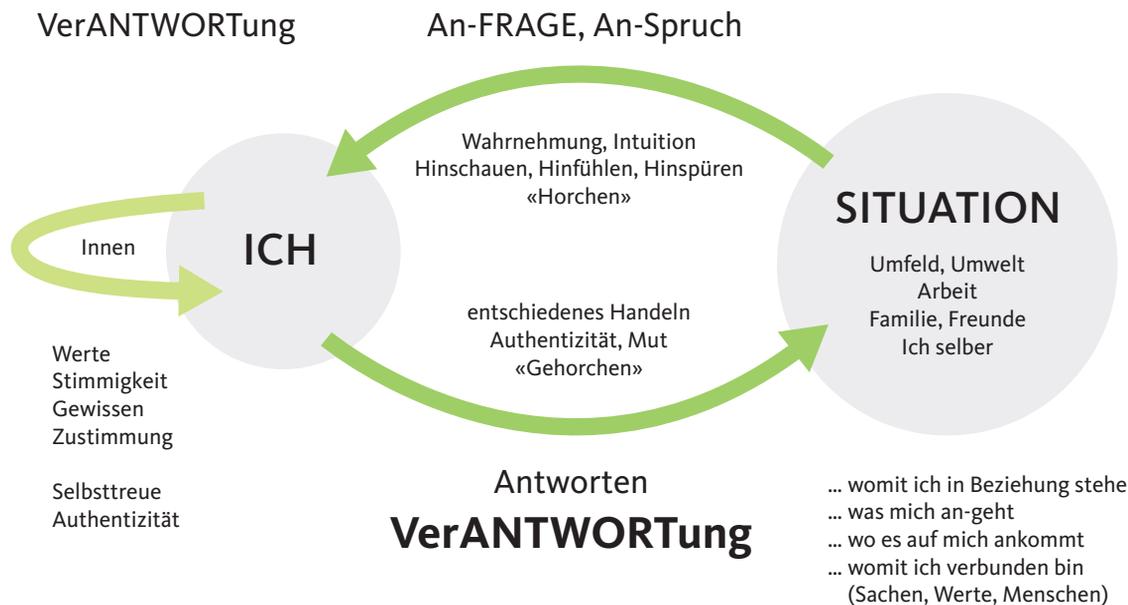
«Leben ohne Eigenverantwortung ist wie ungelebtes Leben, ist zwar erlebtes, aber nicht gelebtes Leben.»

A. Längle

Existenzanalyse sind Menschen Angefragte, Befragte des Lebens. Jede Situation, mit welcher der Mensch in Beziehung steht, fragt ihn an. Frankl spricht von der existenziellen Wendung: Es ist nicht der Mensch, der dem Leben Fragen stellt. Vielmehr ist es das Leben, welches den Menschen anfragt: Was braucht es jetzt von mir? Wie gehe ich um mit ...?

Leben heisst Antwort geben. Das Wort VerANTWORTung beinhaltet das Wort Antwort. Die deutsche Vorsilbe «Ver» bedeutet im verstärkenden Sinn: ganz und gar. VerantwOrten bedeutet: sich festlegen. Das heisst: «Dafür möchte ich mich einsetzen, da bringe ich mich ein». Das englische Wort responsibility beinhaltet einen ähnlichen Sinn: Fähigkeit zu antworten. Im Antwortgeben realisiert der Mensch sein

.....
Existenzielle Wende



Leben, Bezug nehmend auf das, was ist. Sobald man sich der Frage gewahr ist, ist antworten unvermeidlich. Man kann nicht nicht antworten.

Für ein erfüllendes, sinnvolles Leben ist es daher von zentraler Bedeutung, sich als An-gefragter des Lebens zu verstehen und seine authentische, stimmige Antwort zu finden. An diesem Punkt berühren sich die Konzepte der Logotherapie und IBP in mehrfacher Weise. Erstens: Ein ungegrübtes Wahrnehmen der Situation bedingt eine gute sinnes-orientierte Wahrnehmung. Zweitens kann das Gefühl der Stimmigkeit nicht gedacht werden, es findet im Körper statt. Und zwar nur im guten Selbstkontakt. Ein Gefühl, das aus der Psychodynamik von Agency oder Schutzstil kommt, wird kein wirkliches Stimmigkeitsgefühl ergeben. Ein guter Selbstkontakt ist die zentrale Voraussetzung für das Finden der authentischen Antwort, für das wirkliche Ver-antworten. Und drittens erfordert authentisches, entschiedenes Handeln oft auch Mut. Mut ist die Lebenskraft, die stark macht, inneren Halt gibt und ermöglicht, eine Überwindung, die von Herzklopfen begleitet ist, zu schaffen. Mut ist die Beherztheit, das Risiko zu wagen und sich für seine Werte zu engagieren. Die körperorientierte Arbeit in IBP lässt das Lebensgefühl des Mutes – aus eigener Erfahrung – nachhaltig wachsen.

Abschliessen möchte ich mit einigen persönlichen Fragen zur je eigenen existenziellen Situation:

- Um was geht es mir derzeit in meinem Leben? Im jetzigen Horizont?
- Wo handle ich nicht mit voller innerer Zustimmung?
- Was ist die wichtigste Frage, die sich mir zurzeit stellt?
- Womit sollte ich mich zurzeit auseinandersetzen?
- Worauf – vor allem – habe ich Antworten zu finden?

Lesen Sie auf www.ibp-institut.ch den ausführlichen Artikel.

Stefan Marti
Organisationsberater und Coach BSO, IBP
Lehrbeauftragter, in eigener Praxis in Winterthur tätig

.....
Quellen- und Literaturhinweis

Alfried Längle, Sinnvoll Leben,
Residenz Verlag, 2007

«Lebe deine Kraft»

Eine Einführung in IBP

Dieser Kurs vermittelt leicht in den Alltag integrierbare Übungen und lebensnahe Theorie für einen achtsamen und bewussten Umgang mit sich selber. Die TeilnehmerInnen lernen den kreativen Umgang mit verschiedenen Aspekten ihrer eigenen Persönlichkeit und mobilisieren so Selbstheilungskräfte und Ressourcen. So können die Beziehungsfähigkeit verbessert und die Lebensqualität gesteigert werden.

Mit Sarah Radelfinger und Eva Kaul

14.–16.03.2014, Fr 18.00–So 13.00 Uhr
IBP Institut, Winterthur

Details siehe www.ibp-institut.ch

Im Diskurs

Sind wir verantwortlich für unsere unbewussten Handlungen in Beziehungen?

Rodolpha Schächli Egger

Die Frage, welche Faktoren das menschliche Handeln beeinflussen und wer denn dafür verantwortlich sein soll, beschäftigt Menschen seit jeher. Philosophie, Rechtswissenschaft, religiöse Lehren, Psychologie und in jüngerer Zeit die Neurowissenschaften suchten nach Antworten. Sie alle haben spannende Beiträge und beachtenswerte Forschungsergebnisse erzielt. Doch um es gleich vorwegzunehmen: Die eine einzig richtige Antwort, ob und wie wir für die Wirkung unserer Handlungen verantwortlich sind, steht aus.

Im Folgenden starten wir mit der Klärung des Begriffs Verantwortung, beleuchten unsere Frage aus der Perspektive zentraler, psychologischer Elemente und wenden uns dann den gesellschaftlichen Bewertungsprozessen zu. Zum Schluss gebe ich Ihnen Einblick in meine eigenen Erfahrungen. Auf dieser Reise erhalten Sie, so hoffe ich, Impulse für Ihren persönlichen Umgang mit der Verantwortung für Ihre Handlungen.

Das Wort Verantwortung entstammt ursprünglich dem mittelhochdeutschen *verantwûren* mit der Bedeu-

tung «sich als Angeklagter vor Gericht verteidigen» oder auch «Antwort geben».¹ Somit ist der Begriff sprachlich mit den Themen Beziehung, Rechtfertigung und Schuld verknüpft. Verantwortung wird in der Philosophie über die folgenden Elemente definiert:

Jemand ist verantwortlich...

Es braucht eine **handelnde Person**, welche die Freiheit hat, eine Handlung vorzunehmen oder zu unterlassen.

...für etwas

Es braucht ein **Beziehungsobjekt**, das von der Wirkung des Handelns betroffen ist, d.h. eine betroffene Person (sei das ich selbst oder eine andere Person), eine Gruppe oder eine Sache.

...vor jemandem

Die **Instanz**, welche eine **Norm** einfordert und vor der die handelnde Person sich zu rechtfertigen hat.

Die handelnde Person

Unsere frühen Beziehungserfahrungen prägen unser Bindungs- und Beziehungsverhalten nachhaltig. In diesen Beziehungen werden die grundlegenden Bedürfnisse nach Sicherheit, Autonomie, Selbstwirksamkeit, Identität und Intimität etc. befriedigt oder frustriert. Diese Erfahrungen prägen unser Körpererleben. Sie finden auch schon vor der Sprachentwicklung statt, können daher nicht alle verbal erinnert werden, wirken aber lebenslang in unseren persönlichen Beziehungen. Wir geben auf diese meist unbewussten Erfahrungen eine individuelle Antwort durch die Art und Weise, wie wir uns vor möglichen Verletzungen in Beziehungen schützen. All diesen Schutzstrategien gemeinsam ist, dass sie früh entstanden sind, unbewusst, automatisch und schnell ablaufen, früher nützlich waren, aber in aktuellen Beziehungen oft hinderlich wirken.²

Die Summe aller bewussten und unbewussten Erfahrungen in unserer eigenen Geschichte bildet die Basis unserer Beziehungserfahrungen. Sie beeinflusst unsere späteren Erfahrungen und Überzeugungen. So lange diese Beziehungsmuster unbewusst ablaufen, haben wir keine Wahlfreiheit, sondern reagieren automatisch. Bewusstsein für die eigenen Bezie-



lungsmuster ermöglicht erst Handlungsfreiheit und die Wahrnehmung von Verantwortung.

Verantwortung wahrzunehmen ist eine gesellschaftliche Notwendigkeit.

Heisst das nun auch, dass wir für unsere unbewusst motivierten Handlungen keine Verantwortung zu übernehmen haben? Nein, denn die gute Nachricht lautet: Wir können uns unserer Prägungen und der reaktiven Strategien bewusst werden, neu entscheiden und damit die Verantwortung für unsere persönlichen Handlungen und Beziehungen wahrnehmen. Dazu braucht es innere und äussere Unterstützungsfaktoren. Im Innern der Person braucht es Offenheit, um blinde Flecken wahrnehmen zu können. Der Neurowissenschaftler Gerald Hüther³ bringt diese Offenheit in Zusammenhang mit dem Fühlen von tiefer Betroffenheit und Selbstzweifel. Diese ermöglichen dem Menschen, neue Wege zu gehen und eingefahrene Pfade zu verlassen. «Deshalb ist die Unterdrückung und Abwehr von Betroffenheit der einzig wirkliche Bedienungsfehler, den man bei der Benutzung seines Gehirns machen kann», so Hüther. Er beschreibt damit, wie das Wahr-

nehmen von Eigenverantwortung verpasst wird.

Das Beziehungsobjekt

Betroffenheit und Selbstzweifel sind äusserst unangenehme Gefühle. Oft nehmen wir die Hürde zur Offenheit nur, wenn es um ein Beziehungsobjekt geht, also um etwas oder jemanden, der uns wirklich wichtig ist. Dann sind wir eher bereit, die Information über unseren blinden Fleck zuzulassen und uns diese unangenehmen Gefühle spüren zu lassen. Direktes oder indirektes Feedback kann eine solche Betroffenheit in uns bewirken. Die Bewusstwerdung unserer unbewusst ablaufenden Muster kann auf allen Ebenen des Menschseins erfolgen: Wie fühlt sich das Muster körperlich an? Welche Glaubenssätze stehen damit in Verbindung? Welche Emotionen begleiten es? Dann braucht es einen Wunsch zur Veränderung im Innern der Person. Eine unterstützende Umgebung wie Freunde oder Therapeuten fördert den Veränderungsprozess enorm. Wir alle brauchen Menschen, welche uns bei dieser Reise zur Veränderung Mut geben, indem sie in den zu verändernden Bereichen anders denken, fühlen und handeln als wir selbst und uns so inspirieren und unterstützen können. Wir brauchen alle, so Gerald Hüther, viele Beziehungserfahrungen, denn eigentlich sei unser Hirn ein Beziehungsorgan im Dienste des Erhalts unserer Spezies.

Die bedeutsame Instanz und deren Normen

In unseren Beziehungsgestaltungen wirken primär (das Strafrecht ausgenommen) unsere eigenen Werte und Prägungen. Viele davon sind uns nicht bewusst und dennoch sind sie, wie oben besprochen, handlungsleitend. Die postmoderne Gesellschaft bietet und fordert wenig allgemeingültige Normen. Gemäss Richard Sennett⁴ ist sie geprägt vom Verlust traditioneller Bindungen, der Solidarität, eines allgemeinen Gemeinschaftsgefühls und von der Ablehnung einer einheitlichen, leitenden Wertvorstellung. Damit einher geht eine radikale Pluralität mit einer Vielzahl von Gruppen und Individuen mit einander widersprechenden Denk- und Verhaltensweisen. Eine Gesellschaft, die geprägt ist von solchen Spannungen und die mit der Dekonstruktion von Strukturen und Bedeutungen beschäftigt ist, bietet wenig allgemeinverbindliche Normen und Orientierung. In dieser Vielfalt von Welt- und Menschenbildern entstehen neue Formen von Bezogenheit und Beziehungen. Eine solche Gesellschaft bietet dem Menschen viele Chancen, unterschiedlichste Erfahrungen im Zusammenleben mit anderen Menschen zu machen, so dass er weder materiell noch psychisch von anderen abhängig wird.

Verantwortung für unsere Beziehungen wahrzunehmen ist auch gesellschaftlich gesehen eine Notwendigkeit.



Die Zeit, in der wir leben, stellt uns vor Herausforderungen, die unsere Vorfahren nie zu lösen hatten. Bedrohungen durch globale Zerstörung, durch Ausbeutung nicht erneuerbarer Ressourcen, durch atomare Waffen und Energieerzeugung, sowie die Zerstörung unserer Natur und natürlichen Lebensgrundlagen fordern von uns, den Begriff der Verantwortung als Gesellschaft neu auszuhandeln und als Teil des Beziehungsgeschehens zu verstehen. Wir können die anstehenden Probleme nicht auf individueller Ebene oder in Teilen unserer Gesellschaft lösen. Es braucht uns alle dazu. Die gesellschaftliche Diskussion von Beziehungen und Verantwortung geht uns alle an. Dazu müssen wir die Verantwortung von der Schuldfrage lösen, die Wirkung unseres Handelns diskutieren und Verantwortung für unsere individuelle und gesellschaftliche Betroffenheit übernehmen. Das beinhaltet, als Individuum und Gesellschaft die Verantwortung für unser Leben und die Gestaltung unserer Beziehungen anzunehmen.

Meine persönlichen Erfahrungen

Mein eigener Persönlichkeitsentwicklungsprozess liess mich immer wieder erfahren, wie gerade Beziehungsmuster automatisch abliefen und oft genug meiner bewussten Wahrnehmung entgingen. Bei der Bewusstwerdung erlebte ich die Wahrnehmung meiner Gefühle, Körperempfindungen und meiner inneren Bilder als grosse Erkenntnisquellen und unerlässliche

Navigationshilfen, um mich in noch unerforschten Gebieten meiner Innenwelt zurechtzufinden und neue Entscheidungen zu fällen. Die Unterstützung vieler Menschen in meinem Leben, Feedback von FreundInnen, Familienangehörigen, Mitarbeitenden und Vorgesetzten, die Spiegelung durch meine LehrtherapeutInnen und AusbilderInnen und nicht zuletzt das Feedback meiner KlientInnen, PatientInnen und StudentInnen war eine Bereicherung auf diesem Weg. Nicht alle Feedbacks waren leicht verdaulich. Doch im Kern dieser Erfahrungen stecken Momente einer ehrlich ausgedrückten Begegnung mit anderen – ein ganz wertvolles Geschenk für mich.

Rodolpha Schächli Egger

Arbeits- und Organisationspsychologin SBAP, IBP Lehrbeauftragte i.A., am IBP Ambulatorium in Winterthur tätig

- 1 Wikipedia, Stichwort Verantwortung
- 2 Mehr dazu finden Sie im IBP Magazin 2, Schutz und Abwehr auf www.ibp-institut.ch/ueber-ibp/ibp-magazin
- 3 Gerald Hüther, Bedienungsanleitung für ein menschliches Gehirn
- 4 Richard Sennett, Respekt im Zeitalter der Ungleichheit

«Mein Raum – dein Raum»

Ein Workshop zum Thema Grenzen

«Wie grenze ich mich ab und wo ziehe ich meine Grenzen?» Dies sind die Hauptthemen dieses Workshops. Sie lernen Techniken, die es Ihnen ermöglichen, auf mentaler, körperlicher und emotionaler Ebene Ihr Selbstgefühl zu stärken und Ihr In-Beziehung-treten mit Ihrer Umwelt zu verbessern.

Mit Corinna Möck-Klimek

20.–22.09.2013, Fr 19.00–So 13.00 Uhr
owi zentrum, Winterthur

Details siehe www.ibp-institut.ch

«Ondulierende Atemwelle®»

Atemwelle-Workshops ermöglichen Ihrem Körper Festgehaltenes und Erstarrtes wieder in Fluss zu bringen, das Gefühl von Lebendigkeit zu steigern, den Selbstkontakt zu vertiefen und sich in einem ausbalancierten Zustand gut zu verankern:

Atme dich gesund

Abend-Workshop, 6 Abende, mit Eva Kaul
Start: 30.08.2013, 18.30–20.30 Uhr
Prema Yoga, Zürich

Ondulierende Atemwelle®

Tagesworkshop, mit Sarah Radelfinger und Eva Kaul
07.12.2013, 13.30–18.00 Uhr
IBP Institut, Winterthur

Details siehe www.ibp-institut.ch

IBP Tool

Vertiefung unseres Zugehörigkeits- gefühls

Katharina Bindschedler

Mit uns selbst in Kontakt zu sein, ist die Voraussetzung für einen fürsorglichen, liebevollen Umgang mit uns selbst. Mit unserer Umwelt in Kontakt zu sein, uns als Teil von grösseren Zusammenhängen wahrzunehmen, ist die Voraussetzung dafür zu empfangen, was uns nährt, zu schenken, was wir zu geben haben und Verantwortung zu übernehmen. Die folgende Übung kann uns unterstützen, unser Zugehörigkeitsgefühl zu vertiefen oder es wiederzufinden, wenn wir uns davon abgeschnitten fühlen.

1 Vorbereitung

Stehen Sie mit gutem Bodenkontakt, die Knie locker, das Becken eingemittelt und die Schultern frei. Schliessen Sie die Augen oder richten Sie Ihren Blick auf den Boden vor sich und lassen Sie ihn weich werden. Sie können diese Übung auch im Sitzen durchführen.



2 Verbindung mit der Mitte

Legen Sie eine Hand auf Ihr Herz und die andere auf Ihren Bauch unterhalb des Bauchnabels. Richten Sie Ihre Aufmerksamkeit für einen Moment auf Ihre Körperempfindungen und Ihren Atem. Lassen Sie dann Ihre Arme wieder locker an Ihrer Seite ruhen oder legen Sie sie auf Ihre Knie, wenn Sie sitzen.



3 Unten / Oben

Richten Sie Ihre Aufmerksamkeit nach unten und nehmen Sie den Kontakt mit der Erde wahr. Atmen Sie tief ein, konzentrieren Sie sich dabei auf das Empfangen. Atmen Sie aus und konzentrieren sich dabei auf das Geben. Wiederholen Sie dies drei Mal.

Manchmal ist es angezeigt zu empfangen, was uns geschenkt wird – manchmal ist es stimmig, aktiv zu nehmen, was wir im Moment brauchen. Probieren Sie beide Varianten aus und spüren Sie den Unterschied. Beim Geben können verschiedene Qualitäten zum Zuge kommen: Geben Sie z.B. Ihre Achtung, Ihre Sorgfalt, Ihre Dankbarkeit oder Ihr Engagement.

Richten Sie Ihre Aufmerksamkeit nach oben zum Himmel, atmen Sie drei Mal auf dieselbe Weise ein und aus.

«Himmel» kann eine spirituelle Dimension symbolisieren oder pragmatisch für das Sonnenlicht oder den Regen stehen.

4 Hinten / Vorne

Richten Sie Ihre Aufmerksamkeit nach hinten, auf Ihre Ahnen. Atmen Sie drei Mal ein und aus und konzentrieren Sie sich dabei auf das Empfangen und das Geben.

Richten Sie Ihre Aufmerksamkeit nach vorne, auf Ihre Nachkommen oder Ihre Arbeit, Ihre Kreativität oder Projekte, die Ihnen am Herzen liegen, und atmen Sie auf dieselbe Weise drei Mal ein und aus.

Einige Menschen erleben es stimmiger, sich zuerst auf das Ausatmen bzw. Geben zu konzentrieren. Probieren Sie aus, was sich für Sie richtig anfühlt.

5 Rechts / Links

Richten Sie Ihre Aufmerksamkeit nach rechts und links, auf Ihre Mitwelt: Ihre Familie, Freunde, Arbeitskollegen, Nachbarn, Gemeinde, die Gemeinschaft der Lebewesen oder die Natur, die Sie umgibt. Atmen Sie drei Mal ein und aus und konzentrieren Sie sich auf das Empfangen und das Geben.



6 Ausklang

Legen Sie zum Schluss eine Hand auf Ihr Herz, die andere auf Ihren Bauch und richten Sie Ihre Aufmerksamkeit nach Innen. Atmen Sie drei Mal ein und aus und nehmen Sie wahr, wie sich das Gefühl des Verbunden-Seins in Ihrem Körper anfühlt.

Wenn Sie mit der Übung vertraut sind, können Sie im Alltag jederzeit eine «Kurzversion» anwenden und sich für einen Moment mit allen drei Dimensionen verbinden.

Katharina Bindschedler

Psychotherapeutin ASP, IBP Lehrbeauftragte, in eigener Praxis in Winterthur und Schaffhausen tätig

Die unter IBP Tool vorgestellten Körperübungen sind nicht alle IBP originär. Einige davon werden an verschiedenen Schulen in z.T. unterschiedlicher Form unterrichtet. Wenn die Quelle einer Übung klar zugeordnet werden kann, geben wir diese gerne an.

Verantwortung und Neurobiologie

Unser Leben im Spannungsfeld von Stammhirn und Grosshirnrinde

Eva Kaul

Von automatischen Verhaltensmustern zu bewusstem verantwortungsvollem Handeln – und umgekehrt.

Ein fiktiver Kurs im IBP Persönlichkeitsbildungsangebot: Die Teilnehmenden werden angeleitet, sich eine Situation zu vergegenwärtigen, in der sie sich verlassen fühlen. Sie lassen sich diese Situation spüren und finden passend dazu eine Geste und einen Satz, welche sie einander vorstellen. Teilnehmerin A betritt den Kreis mit ausgestreckten Armen, weit geöffneten Augen und ruft: «Hilf mir!», Teilnehmer B zeigt sich mit hängenden Schultern, Blick zum Boden und sagt mit leiser Stimme: «Mich will sowieso niemand.», Teilnehmerin C hat ihre Augen geschlossen, hält sich selbst umarmt und summt ein Lied. Im Anschluss tauschen die Teilnehmenden aus, inwiefern sie ihr Verhalten als typisches Muster in ihrem Leben kennen.

Muster sind eine wunderbare Sache: Sie sind altbewährt, sofort verfügbar, ohne dass wir uns darüber Gedanken machen oder sie planen müssen. Es sind Automatismen. Wir beginnen unser Leben bereits mit einer Anzahl genetisch vererbter Muster, wie zum Beispiel Schluck-, Saug-, Greif- und Ausscheidungsreflexe. Diese stereotypen Verhaltensweisen müssen wir nicht lernen, sie werden uns mitgegeben, als Geschenk unserer Ahnen und der Evolution. Sie haben sich über

Jahrtausende bewährt und müssen glücklicherweise nicht von jedem Individuum neu erfunden werden. Ihr anatomisches Korrelat sind stammesgeschichtlich alte Hirnareale, wie der Hirnstamm und die Basalganglien.

Während ein Tiger sich bewegt wie ein Tiger, haben wir Menschen unser je individuelles Bewegungsmuster als verkörpertem Ausdruck unserer individuellen Geschichte.

Wir lernen aber auch neue Muster: Irgendwann können wir genauso selbstverständlich und ohne nachzudenken gehen oder Fahrrad fahren wie wir schlucken. Ausgangspunkt zur Entstehung eines neuen Musters ist Interesse und erkundendes Verhalten. Stellen wir uns ein Baby vor, das sich fortbewegen möchte. Es experimentiert dazu bewusst mit zielgerichteten Bewegungen – anatomisches Korrelat dazu ist der motorische Kortex des Grosshirns. Diese Bewegungen werden aufgrund bewusster Sinnes-

eindrücke verfeinert und angepasst, bis das Kind schliesslich mit viel Üben ein Gefühl für den Bewegungsablauf Krabbeln bekommt. Dieses Gefühl für die Bewegung wird in den Basalganglien in ein Muster übersetzt, kodiert als Muskelfaserlänge und Muskelspannung aller am Krabbeln beteiligter Muskeln. Künftig muss das Kind die Krabbelbewegungen nicht mehr bewusst ausführen, sondern kann einfach das Muster abrufen und seine Aufmerksamkeit derweil auf andere interessante Dinge lenken.

Im Gegensatz zu anderen Lebewesen sind wir Menschen nicht auf ein Repertoire speziesspezifischer, genetisch gespeicherter Bewegungsmuster limitiert. Weil die motorische Entwicklung des Menschen bis zum Gehen derart lange dauert, ist es nicht nur die vererbte kollektive Weisheit unserer Spezies, welche bestimmt, wie wir kriechen oder gehen. Bis ein Kleinkind geht, macht es unendlich viele Versuche nach dem Motto Versuch und Irrtum. Alle Erfahrungen, die es dabei macht (Körperempfindungen, Emotionen, Reaktionen der Bezugspersonen) prägen die Entwicklung und das daraus resultierende Bewegungsmuster. Das Kind antwortet mit seinem Bewegen auf seine Wahrnehmungen. Während ein Tiger sich bewegt wie ein Tiger, haben wir Menschen unser je individuelles Bewegungsmuster als verkörpertem Ausdruck unserer individuellen Geschichte. Weil Haltungs- und Bewegungsmuster in



Erforschen Sie Ihre Gewohnheiten neugierig. Versuchen Sie dem, was sich zeigt, mit der grundlegenden Sanftheit und Bodenlosigkeit Ihres Daseins zu begegnen, bevor Sie sich auf eine Gewohnheit versteifen.

Pema Chödrön

den Basalganglien abgespeichert sind, laufen sie unbewusst ab.

Wir Menschen haben mit unserem grossen Neokortex die Möglichkeit, fast unendlich viele Variationen von neuen Mustern zu lernen. Keine andere Spezies hat derart viele Fähigkeiten entwickelt oder eine solche Verschiedenartigkeit unter den einzelnen Individuen hervorgebracht. Soviel wir wissen, wird aber auch keine andere Spezies neurotisch oder suizidal oder hat Verhaltensweisen entwickelt, welche die Ressourcen unseres Planeten und damit die Grundlage ganzer Ökosysteme derart gefährden. Der Mensch hat – als Individuum und als Spezies – offenbar auch Muster gelernt, die ihm schaden.

Somit stellt sich die Frage: Können Muster verändert werden? Glücklicherweise lautet die Antwort: «Ja!» Die Voraussetzung ist bewusstes Wahrnehmen des eigenen Musters auf allen Ebenen: körperlich, emotional, gedanklich und sozial. Dieser wesentliche Schritt liegt in der Eigenverantwortung des Individuums, kann jedoch durch äussere Hilfe wirksam unterstützt werden. Da die Entstehung von Mustern eine Antwort auf das eigene Erleben (körperlich, emotional, gedanklich und sozial) ist, können sie auch über das Erleben verändert werden. IBP mit seinem ganzheitlichen Ansatz bietet dafür ein wirkungs- und lustvolles Lernfeld mit dem Ziel, sich reaktiver Automatismen bewusst zu werden und, wo gewünscht, weiter zu

verantwortungsvollem Handeln zu entwickeln. So kann eine gesunde Balance zwischen konservativem Erhalten von Bewährtem und achtsamem Experimentieren im Unbekannten wachsen – evolutionär notwendig, um Leben zu erhalten und weiter zu entwickeln.

Kehren wir zum Abschluss zurück zu den drei Teilnehmenden des IBP Workshops. Sie haben ihre automatische Reaktion auf Verlassenheitssituationen bewusst wahrgenommen. Falls sie ihr Verhaltensrepertoire erweitern möchten, können sie künftig im Alltag darauf achten, wann und wie sich diese Reaktion zeigt. Sie können innehalten, sich spüren und ihr zugrundeliegendes Bedürfnis wahrnehmen. Vielleicht sind sie auch bereit, noch einen Schritt weiter zu gehen und etwas Neues auszuprobieren. Die Erfahrungen, die sie dabei machen, helfen ihnen, den Fächer der zur Verfügung stehenden Möglichkeiten zu erweitern.

Eva Kaul

Dr. med., IBP Lehrbeauftragte, in eigener Praxis in Winterthur tätig

Literaturhinweise

Dean Juhan, Job's Body, Kapitel 7, Muscle as sense organ

Schmidt und Thews, Physiologie des Menschen, Kapitel 5, Motorische Systeme

«Ohne Wenn & Aber»

Ein Workshop zum Thema Selbstfürsorge

Sich selbst mit Freundlichkeit begegnen, aufmerksam und liebevoll mit sich selber und den eigenen Bedürfnissen umgehen, sind Qualitäten, die das Wohlbefinden und die innere Zufriedenheit im Leben stärken. Unser Zeitgeist, in dem mehr mehr ist, ewige Jugend angesagt ist und die Tage 36 Stunden haben sollten, konfrontiert uns jedoch in immer höherem Tempo mit Anforderungen, wie wir sein, was wir tun und leisten sollten. Dabei kommen unsere eigenen Bedürfnisse zu kurz. Verstimmung, Unlust, Erschöpfung bis hin zu Burnout sind mögliche Auswirkungen.

Der Workshop unterstützt mit einfachen, wirksamen Übungen und praktischen Werkzeugen die TeilnehmerInnen, ihre Fähigkeit zur Selbstfürsorge mehr und mehr zu entwickeln und sie im Alltag sinnvoll für sich einzusetzen. Selbstfürsorge kann so zu einer Quelle von Verbundenheit und Präsenz werden, und zu einem befreienden Gefühl von Wahl- und Gestaltungsmöglichkeiten beitragen.

Mit Gandhera Brechbühl und Silvia Pfeifer

23.–25.08.2013, Fr 19.00–So 13.00 Uhr, IBP Institut, Winterthur

15.–17.11.2013, Fr 19.00–So 13.00 Uhr, Luzern

Details siehe www.ibp-institut.ch

Was Coaching oder Paarberatung beitragen können

Verantwortung in unseren sexuellen Liebesbeziehungen

Notburga Fischer

Wir leben im Zeitalter der seriellen Monogamie – eine feste Beziehung folgt der nächsten. Beziehungen zwischen zwei Individuen sind verhandelbar. «Ich bleibe, solange es gut läuft, und wenn es nicht mehr stimmt, dann trennen wir uns eben.» Wer einige Trennungen hinter sich hat, weiss allerdings: Das Startkapital für eine neue Beziehung wird immer kleiner, vor allem wenn man emotionales Restgepäck aus früheren Beziehungen mitschleppt.

So finden sich viele Frauen und Männer in komplexen Patchwork-Familien, die anspruchsvoll zu handhaben sind. Umfragen unter jungen Paaren ergeben jedoch, dass viele junge Männer und Frauen zu Beginn ihrer Beziehung den Wunsch nach einer dauerhaften Verbindung haben. Volkmar Sigusch¹ hat den Begriff der neosexuellen Revolution geprägt, die schleichend um den Jahrtausendwechsel stattgefunden hat. Einige Merkmale davon sind:

- Die Freiräume von verhandelbaren Sexualpraktiken und vielfältigen Beziehungsgestaltungen werden immer grösser – auch dank Internet.
- Die Herkunftsfamilie hat zunehmend an Bedeutung verloren, und das Individuum steht mehr im Zentrum und inszeniert sich sexuell oft losgelöst von Beziehung.
- Was früher als Perversion galt, wird als gesunde Neosexualität umdefiniert – alles ist möglich.

Hinzu kommen die Fortschritte der Fortpflanzungsmedizin, welche die Reproduktion zunehmend von der gelebten Sexualität im Paar entkoppeln – somit werden auch Kinder mach- und verhandelbar.

Doch was bedeutet das, wenn die eigenen Bedürfnisse und deren sofortige Erfüllung im Zentrum stehen? Auch in Coachings steht oftmals das Individuum mit seinen Bedürfnissen im Vordergrund. Ich finde, es ist an der Zeit, auch in der Beziehungsberatung unsere Verantwortung wahrzunehmen – im Sinne der Nachhaltigkeit, als Verantwortung gegenüber der Gemeinschaft und unserer Umwelt.

Die folgende Reise durch unterschiedliche Aspekte sexueller Liebesbeziehungen im Lebensverlauf zeigt, wo Verantwortungsübernahme gefragt ist und wie diese durch ein Coaching oder eine Paarberatung unterstützt werden kann (die Aufzählung ist nicht abschliessend gemeint, es gibt selbstverständlich viele weitere Aspekte, die man betrachten könnte).

Selbstverantwortung als Basis

Verantwortung beginnt zuerst bei sich selbst. Optimale Voraussetzungen für selbstverantwortliches Handeln sind ein guter Selbstkontakt, eine gute Beziehung zum eigenen Körper und eine gute Selbstregulation. IBP bietet hierzu eine Schulung der Körperpräsenz in allen Situationen und Tools zur Selbstregulation wie z.B. Sustaining Integration oder die Ondulierende Atemwelle®.

Kinder und Jugendliche lernen durch Beziehungsmodelle, die ihnen vorgelebt werden. Für ihre sexuelle Entwicklung wollen sie in ihrer Eigenart gesehen und respektiert werden. Dafür braucht es Eltern, die gut für sich selber sorgen, also nichts von ihren Kindern brauchen. Eltern, die ihre Kinder ermutigen und regulierend begleiten, z.B. durch Grenzen setzen. Je mehr wir unseren Kindern und Jugendlichen ein präsent, authentisches Gegenüber bieten und unsere Rolle als Eltern verantwortungsvoll wahrnehmen, umso besser können sie ihren selbstverantwortlichen Weg im Leben finden. Am Übergang zum Erwachsenenleben wird die wichtige Regulation durch die Eltern von der zunehmenden Fähigkeit zur Selbstregulation abgelöst.

Verantwortung in der erwachsenen Liebesbeziehung

Aus der Perspektive von Sexual Grounding Therapy®² sage ich oft zu Paaren: «Eine erwachsene Beziehung ist keine Bedürfnisbefriedigungsstation.» Die Kernfrage ist: «Was habe ich als sexuelle Frau, als sexueller Mann zu geben?» und weniger: «Was muss mein Partner mir erfüllen?» Daher gilt als Grundhaltung: «Mach dein Dich-Einbringen in die Beziehung unabhängig davon, was vom Partner kommt oder nicht kommt.»

Im Coaching oder in der Paarberatung geht die Lösung immer in Richtung «Reifen in der Liebe». Sexuelle Probleme sind Herausforderungen für persönliches Wachstum und kaum lösbar durch Erlernen von Techniken. Die Lösung entsteht durch Wachstum



I always wondered why somebody didn't do anything about that, then I realized, I am somebody.

Lily Tomlin, US-amerikanische Schauspielerin, Autorin und Produzentin

in der Beziehungsfähigkeit. Dazu gehört unter anderem, die eigenen Emotionen handhaben zu können, sich authentisch einzubringen, die Bedürfnisse des anderen wahrnehmen und einbeziehen zu können, ohne in das «es-dem-anderen-recht-machen-wollen» zu verfallen.

Das deckt sich mit der Sichtweise von David Schnarch³, der von Differenzierung spricht, wenn Paare lernen, auch bei grosser Intimität und Nähe sich selbst zu bleiben. Sie werden eigenständiger und kooperationsfähiger. Das verhilft zu selbstvalidierter Intimität, d.h. sich auch in grösster Nähe auszudrücken, mitzuteilen und zu zeigen, ohne eine Bestätigung vom Partner zu brauchen oder zu erwarten.

Verantwortung für das gemeinsame Dritte

Aus einer Beziehung können Früchte entstehen. Das können Kinder oder gemeinsame kreative Projekte sein. In einem gemeinsamen Dritten wächst eine Beziehung über sich selbst hinaus und damit auch der Verantwortungsbereich. Die Verantwortung für unsere Nachkommen hilft uns, aus der eigenen Nabelschau herauszutreten und für die Bedürfnisse der Kinder und ihre Entfaltung präsent zu sein.

Kinder wollen grundsätzlich immer das Beste für ihre Eltern. Wenn sie erleben, dass ihre Eltern in destruktiven Umgangsformen verstrickt sind, hoffen sie natürlich, das möge aufhören. Im Herzen wünschen sich Kinder immer, ihre Eltern würden einen konstruktiven Weg finden, um in der Beziehung zu bleiben. Im Coaching bei Paaren mit Trennungsabsicht vertrete ich oft die Position der Kinder und appelliere an Paare mit Kindern, die Entscheidung zur Trennung drei Mal mehr zu hinterfragen.

Trennung und Patchwork-Familien

Im gemeinsamen Kind bleibt eine Verbindung zum Partner bis über den Tod hinaus bestehen. Es liegt in der Verantwortung der Eltern, die Beziehung so gut aufzuarbeiten, dass sie die gemeinsame Elternrolle weiterhin gut gestalten können. Dies bedingt auch die Fähigkeit zu differenzieren. Können die Eltern ihre allenfalls ungelöste Paardynamik hintanstellen, und vor allem bei wichtigen Ereignissen im Leben des Kindes (Schule, Heirat, Geburt der Enkel...) auf das Wohl des Sohnes oder der Tochter fokussieren? Im Kind soll verbunden bleiben, was sich im Äusseren (Elternebene) trennt. Schön wäre, wenn die Eltern dem Sohn/der Tochter vermitteln könnten: «Zu den besten

Paarworkshop

«Wie Liebe gelingt»

Erkennen Sie die Grunddynamik in Ihrer Partnerschaft und wie Sie diese zur persönlichen Entwicklung nutzen können.

Dieser Workshop richtet sich an Paare, welche die Herausforderungen ihrer Partnerschaft als Chance zur Entwicklung von mehr Liebesfähigkeit nutzen wollen. Anhand von lebensnahen Inputs, Paarübungen und Austausch klären Sie die Grundmuster Ihrer Partnerschaft.

Mit Silvie Baumann Froesch und Mark Froesch-Baumann

26.10.2013, 09.30–17.30 Uhr
GZ Hottingen, Zürich

Details siehe www.ibp-institut.ch

Dingen meines Lebens gehört, dass ich dich damals mit deiner Mutter/ deinem Vater gezeugt habe. Auch wenn wir uns auseinander gelebt haben – du hast einen guten Vater/ eine gute Mutter». Dies bedeutet zu der Realität zu stehen, dass sie damals diese Wahl getroffen haben. Spürt das Kind die Wertschätzung für den Ex-Partner, kann es in seinem Sein entspannen. Eine Abwertung des Partners bedeutet immer auch eine Abwertung für das Kind. Es macht automatisch die Schlussfolgerung: «Wenn mein Vater/meine Mutter nicht gut ist, dann ist auch ein Teil von mir nicht gut.»

Es lohnt sich im Coaching die Beziehung des Klienten/der Klientin zum Ex-Partner zu klären. Das erhöht das Startkapital für eine neue Beziehung. Eine unverarbeitete und damit meist noch emotional aufgeladene Beziehung zur Ex-Partnerin wirkt immer belastend auf die Kinder und auch auf jede neue Verbindung.

Verantwortung für die nächsten Generationen

Nicht selten spüren Paare nach dem Auszug der Kinder oder der Pensionierung eine innere Leere oder auch eine Entfremdung in ihrer Beziehung. Diese lässt sich selten durch äusseres Konsumverhalten, z.B. durch Besitz anhäufen, Reisen, ... auffüllen.

Viktor Frankl⁴ betonte immer wieder, dass vor allem die Auseinandersetzung mit Sinn-vollem und Wert-vollem in unserm Leben tiefere Erfüllung bringt. Ein gemeinsames Engagement für etwas, das Sinn macht, z.B. eine nachhaltige Auswirkung auf die nächsten Generationen hat und dem Fortgang des Lebens dient, kann auch im Paarleben wieder eine neue Lebendigkeit wecken. «Wofür möchten wir uns im Leben noch engagieren? Wem möchte ich mein Wissen, meine Lebensweisheit und meine Lebenserfahrung zur Verfügung stellen – weitergeben?» In diesem reifen Alter geht es nicht mehr nur um die individuelle Bedürf-

nisbefriedigung (ob jeder Partner seinen Orgasmus gehabt hat), sondern um die Auswirkung des Liebeslebens auf die Umwelt. Ein Grundgefühl von Verbundensein mit Allem kann sich entwickeln. Das leidenschaftliche Sexuelle äussert sich in der konkreten sexuellen Begegnung und in jedem Moment des Alltags in einer meist stillen, sinnlichen Art. Achtsamkeit und Mitgefühl im Umgang mit Menschen und der Umwelt sind die Folge davon.

Der Blick geht nach vorne zum Tod als Verbündeten aber auch auf das Leben, das weitergeht in den Generationen nach uns. In der indianischen Tradition heisst es: «Grossmütter und Grossväter treffen ihre Entscheidungen im Bewusstsein ihrer Auswirkung auf die nächsten sieben Generationen.» Wenn wir diese Perspektive der Verantwortung auch in unsere Arbeit bei der Begleitung von Menschen bringen, tragen wir dazu bei, dass auch künftige Generationen den herausfordernden Themen ihrer Zeit gewachsen sind.

Notburga Fischer

Dipl. Erwachsenenbildnerin HF, IBP Lehrbeauftragte, in eigener Praxis in Bern tätig

1 Volkmar Sigusch, Arzt, Sexualforscher und Soziologe aus Frankfurt, hat den Begriff zum ersten Mal 1996 in Artikeln erwähnt. Sein Buch dazu: Neosexualitäten, Campus Verlag 2005

2 Sexual Grounding Therapy® bietet ein Reifestufenmodell für sexuelle Liebesfähigkeit von der Zeugung bis zum Tod

3 David Schnarch, Die Psychologie sexueller Leidenschaft, Piper 2011

4 Viktor Frankl, Das Leiden am sinnlosen Leben, Psychotherapie für heute, 1978, 3. Auflage, Freiburg

Lehrgänge

Sexualtherapie und Sexualberatung

18-tägiger Fortbildungslehrgang, verteilt auf 1 ½ Jahre, für PsychotherapeutInnen und BeraterInnen, die in Einzel- und Paarsitzungen mit sexuellen Thematiken körperorientiert arbeiten wollen und ihre Kompetenz für diese Arbeit erweitern und vertiefen wollen.

Die Teilnehmenden lernen auf der Grundlage von Sexual Grounding Therapy® und anderen Ansätzen Einzelne und Paare zu behandeln und in der Reifung und Entfaltung ihrer sexuellen Liebesfähigkeit kompetent zu begleiten.

Kursleitung: Notburga und Robert Fischer

Start: Herbst 2014

Ort: Seminarhaus in der Deutschschweiz
6 Fortbildungsblöcke

Integrative Paarberatung IBP

10-tägiger Fortbildungslehrgang für TherapeutInnen und BeraterInnen, verteilt auf 1 Jahr.

Der Lehrgang ist praxisnah gestaltet. Nebst einer soliden theoretischen Basis wird den Teilnehmenden ein breites Paarberatungs-Instrumentarium vermittelt und eingeübt. Gelernt wird insbesondere der Einbezug des Körpers in die Beratung von Paaren.

Kursleitung: Co-Leitungspare, bestehend aus erfahrenen KursleiterInnen des IBP Instituts. Als Leitungspare bringen sie bei der Kursleitung die Sichtweise von Mann und Frau direkt ein.

Start: Frühling 2014

Ort: Zürich

Zeiten: 1-mal pro Monat jeweils
Freitag von 13.00–19.00 Uhr

Ausführliche Informationen und Detailbeschriebe zu den Lehrgängen und zur Anmeldung auf www.ibp-institut.ch

IBP Tool

Kinderlieder zu den «Guten Eltern-Botschaften»

Franz Michel

Als Lehrer von Kindern und Jugendlichen mit erschwerten Voraussetzungen fürs Leben wusste ich schon immer, wie wichtig Worte sind – und wie wichtig die Haltung ist, die hinter den Worten steckt. In meiner IBP Ausbildung sind mir dann die «Guten Eltern-Botschaften» begegnet. Für mich eine kraftvolle Bestätigung meiner Überzeugung in komprimierter Form, ein starkes Werkzeug zur Selbsthilfe.

Mir blutete das Herz, denn meine Schülerinnen und Schüler mussten über weite Strecken auf solche Botschaften verzichten (und meist fehlten sie auch schon deren Eltern). Aus diesem Grund kam mir die Idee, Kinderlieder zu schreiben, in welchen die Guten Eltern-Botschaften – in Alltagssituationen verpackt – Kindern und Erwachsenen vermittelt werden können (und Erwachsene vielleicht gar inspirieren).

Zu Ehren unseres ersten Enkels haben meine Frau und ich nun 15 Lieder geschrieben, diesen Sommer kommt die CD heraus. Die Herstellung der CD ist für mich ein grosses musikalisches Abenteuer, doch unterdessen habe ich auch schon einige Erfahrung mit dem Vortragen der Lieder machen können. Dabei habe ich erkannt, dass dieses Herzprojekt vermutlich etwas Grösseres ist, als ich zuerst gedacht hatte.

In den Schulen, in welchen ich bisher vorsingen durfte, waren die Schülerinnen und Schüler ausnahmslos begeistert. Im Anschluss gab es oft ernsthafte und tiefe Gespräche, die mich sehr berührt und bereichert haben. Ich durfte das Projekt mit einer Band zusammen ausserdem in einer pädagogischen Institution Erwachsenen vortragen, und auch da waren die Reaktionen sehr schön – viele berührte und nachdenkliche Pädagogen, zum Teil mit konkreten Vorsätzen für ihren pädagogischen Auftrag. Auch in IBP Kursen habe ich immer wieder Lieder vorgesungen. Hier waren die Leute natürlich im richtigen Mood, um die Lieder in sich hineinzunehmen.

Für mich ist es richtig schön, die Lieder vorsingen zu können. Es ist verbunden mit dem Gefühl, den Leuten etwas Wertvolles schenken zu dürfen. Die Lehrerin einer zweiten Klasse sagte mir, für sie seien die Lieder «Wellness für die Seele». So hoffe ich denn, vielen Leuten mit der CD eine Freude machen zu können. Falls du eine CD erstehst, besteht die Möglichkeit, jenes Lied besonders oft zu hören, welches dich in besonderer Weise anspricht und berührt! Es wird kein Zufall sein.

Franz Michel
IBP Lehrbeauftragter, in eigener Praxis
in Bauma tätig

CD Papa Firlefranz und sini Fründe – gueti Eltere-Lieder für starchi Chinde
Die CD kann zum Preis von CHF 30.– (plus Versandkosten) beim IBP Institut bestellt werden: info@ibp-institut.ch

CD-Taufe
Wir laden Kinder und Erwachsene herzlich zur CD-Taufe ein: 08.09.2013, 16.00 Uhr, Kulturhaus Rössli in Stäfa, Reservation unter 052 386 19 15

Lernen mit Herz – gueti Eltere-Lieder für starchi Chinde
Liedervortrag mit Franz Michel, Tag der offenen Tür, IBP Institut
Freitag, 20.09.2013
18.00–18.45 Uhr, Teil 1
19.00–19.45 Uhr, Teil 2



.....
Grundlagen für die
agogischen Grundsätze
sind das IBP Leitbild
und die IBP Qualitäts-
leitsätze.

Vom Umgang mit Verantwortung in einem Ausbildungsinstitut

Die Weiterentwicklung der Haltung am IBP Institut

Silvia Pfeifer, Manou Maier

Seit 1992 führt das IBP Institut in der Schweiz Psychotherapie- und Beratungs-Ausbildungen durch. In diesen über 20 Jahren ist das IBP Institut stark gewachsen, der Lehrkörper hat sich beständig vergrössert.

Die erste Generation der AusbilderInnen wird zunehmend durch junge Lehrkräfte ergänzt, welche in spezifischen IBP Teacher-Programmen ausgebildet und gefördert werden. Mit der Ausweitung des Lehrkörpers wird das Institut immer wieder mit der Frage konfrontiert, wie neue Meinungen und Haltungen einfließen, wer hierfür die Definitionsmacht besitzt und wie solche Prozesse sorgfältig ausgestaltet werden.

Ein solcher Prozess, der für uns modellhaft ist, wurde vor zwei Jahren lanciert. In Diskussionen im IBP Teacher Forum (findet drei Mal jährlich statt) und im Teacher Konvent (findet zwei Mal jährlich statt) wurde deutlich, dass es neben dem bereits formulierten Leitbild und den Qualitätsleitsätzen (einzusehen auf www.ibp-institut.ch) auch einer Auseinandersetzung mit der Frage der agogischen Haltung bedarf.

Im Juni 2011 nahm die Institutsleitung das Thema auf, mit dem Ziel, gemeinsam mit den IBP Lehrbeauftragten ein Papier zur agogischen Grundhaltung zu erstellen. In einem ersten Schritt wurden dazu die Qualitätsleitsätze ergänzt:

- Die Lehrbeauftragten vertreten eine gemeinsame agogische Grundhaltung.
- Fachliche, persönliche und strukturelle Anforderungen an die Teilnehmenden sind klar definiert und kommuniziert.

Es folgte ein gemeinsamer Prozess, bei welchem alle Beteiligten die Gelegenheit hatten sich einzubringen. Zur Unterstützung wurde für die Moderation des Prozesses Heinrich Durrer, Organisationsberater und Coach, beigezogen. Gemeinsam wurde in mehreren Teacher Foren und ausserordentlichen Teacher Konferenzen ein konsensfähiges Papier erarbeitet, das am 13. April 2012 verabschiedet wurde.

Dieser Prozess hat im IBP Lehrkörper einen Kulturwandel ausgelöst. Bereits während des Prozesses wurde spürbar, dass Dinge sich zu verändern beginnen. Die gemeinsam erarbeiteten

Grundsätze verstehen wir denn auch als einen ersten Schritt bezüglich agogischer Haltungsentwicklung, als etwas, das sich auf Basis der praktischen Umsetzung und Diskussion weiter entwickelt und Anpassungen erfordern kann.

Silvia Pfeifer
IBP Institutsleitung, Leitung Qualitätsteam

Manou Maier
Mitarbeiterin Stabstelle IBP, IBP Lehrbeauftragte, in eigener Praxis in Winterthur tätig

.....
Agogik ist in den Sozialwissenschaften ein Sammelbegriff für die Lehre über das professionelle Leiten und Begleiten von Menschen jeden Alters. Die Agogik verfolgt das Ziel, die Menschen in Sozial-, Selbst- und Fachkompetenz zu fördern und diese zu erhöhen (Quelle: Wikipedia)

Agogische Grundsätze am IBP Institut

Das Bildungsverständnis von IBP basiert auf einem humanistischen Menschenbild.

- Wir fördern ethisches Bewusstsein auf der Ausbildungsebene und in der Praxis.
- Wir fördern bei unseren Studierenden neben dem persönlichen Prozess auch das Bewusstsein, als Teil eines Ganzen Verantwortung zu tragen und verantwortlich zu handeln.
- Wir fördern die Studierenden in der Auseinandersetzung mit den Grenzen des therapeutischen /beraterischen Prozesses, der Methode, des Machbaren und der eigenen Therapeuten- / Beraterpersönlichkeit.
- Wir vermitteln die Inhalte von IBP integrativ und praxisnah.

Wir begegnen unseren Studierenden als gesunde und verantwortliche Erwachsene.

- Wir fordern die Studierenden auf der persönlichen, sozialen und professionellen Ebene und trauen und muten ihnen etwas zu.

Fehlerfreundlichkeit, Konfliktfreudigkeit und Konfrontationsfähigkeit sind wesentliche Werte in der IBP Ausbildung

- Wir fördern angstfreies, lustvolles und kreatives Lernen, in dem wir uns als Lehrenden und den Lernenden die explizite Erlaubnis geben, Fehler zu machen, etwas auszuprobieren, Lernende zu sein.
- Konflikte und Störungen werden durch die Leitung und durch die Teilnehmenden aktiv angesprochen.

Wir kennen im Team unsere Unterschiedlichkeiten als Teacher und gehen nach innen und aussen wertschätzend damit um.

- Störungen in der Zusammenarbeit werden direkt angesprochen.
- Wir reflektieren und überprüfen fortlaufend unsere Authentizität, Kompetenz und Fehlerfreundlichkeit in unserer Lehrtätigkeit für uns selbst, im Team und in Supervision.
- Wir sind uns unserer Rolle als Lehrbeauftragte bewusst und handeln aus dieser heraus.

Wir übernehmen als Einzelne und als Team Verantwortung für die Förderung und Forderung unserer Studierenden im Rahmen der Ausbildungsziele.

- Wir fördern unsere Studierenden innerhalb des durch Ausbildungsvertrag und Ausbildungscurriculum festgesetzten Rahmens.
- Das Einhalten des Rahmens wird eingefordert. Wiederholtes Nichteinhalten führt zum Ausschluss.
- Wir erarbeiten mit der Gruppe verbindliche Regeln und Abmachungen als Leitplanken und erwarten deren Einhaltung. Dies fördert Lernklima und Respekt.

Aktuelles aus dem IBP Institut

IBP Ambulatorium – die Erfolgsgeschichte geht weiter

(mf) Am 1. April 2013 konnte ein weiteres Kapitel in der Erfolgsgeschichte des psychotherapeutischen Ambulatoriums des IBP Instituts aufgeschlagen werden. Zum dritten Mal wurde das Ambulatorium mit neuen Räumlichkeiten, einer zusätzlichen Oberärztin und fünf neu eingestellten IBP PsychotherapeutInnen erweitert und damit neue Ausbildungsplätze für AbsolventInnen des IBP Psychotherapie-Weiterbildungsganges geschaffen.

Bereits seit über einem Jahr war die Kapazitätsgrenze des bisherigen Ambulatoriums erreicht. Neue PatientInnen konnten nur noch begrenzt aufgenommen werden. Vielen Anfragen nach IBP Therapie konnte nicht entsprochen werden, eine zunehmend unbefriedigende Situation. Nach längerem Suchen fanden wir in Winterthur an der Schaffhauserstrasse 4, nur drei Gehminuten vom Institutshauptsitz an der Wartstrasse 3 entfernt, in einem Gebäude aus der Anfangszeit des 20. Jahrhunderts zwei Stockwerke mit sechs für unsere Zwecke bestens geeigneten Räumen. Diese strahlen nach einer sanften Renovation die von der Wartstrasse her bekannte, von PatientInnen und TherapeutInnen gleichermaßen geschätzte wohlthuende Atmosphäre aus.

Mit der Vergrößerung des Ambulatoriums wurde auch eine neue, zweite Oberarztstel-



le geschaffen. Wir freuen uns, dass wir mit Frau med. pract. Astrid Biegler eine bestens qualifizierte Fachärztin für Psychiatrie und Psycho-

therapie für diese anspruchsvolle Aufgabe gewinnen konnten. Astrid Biegler bringt aus Tätigkeiten an verschiedenen psychiatrischen Einrichtungen im Kanton Zürich breite psychiatrische und psychotherapeutische Erfahrung mit. Insbesondere kennt sie die psychiatrische Landschaft in Winterthur bereits sehr gut. Ihre Hauptaufgabe im IBP Ambulatorium liegt in der supervisorischen Betreuung der Ambi-TherapeutInnen an der Schaffhauserstrasse und in der ärztlichen Betreuung von deren PatientInnen. Daneben behandelt Astrid Biegler eigene PatientInnen und übernimmt wissenschaftliche und qualitätssichernde Aufgaben am IBP Institut.

Wir wünschen Astrid Biegler und den neu am Ambulatorium arbeitenden IBP TherapeutInnen herzlich viel Freude, Erfolg und Erfüllung in ihrer neuen Tätigkeit.

Ausgestellte Zertifikate (August 2012 – Juni 2013)

Die folgenden Personen haben den IBP Zertifikatstitel erworben:

Zertifikat «Coach IBP / Integrative/r Berater/in IBP»

Heidi Börlin, Fischenthal
Herta Lendenmann, Teufen
Irene Mederlet, Adligenswil
Julia Rabel, Donauwörth
Claudine Schilling-Molinari, Reinach

Zertifikat «Psychotherapeut/in für Integrative Körperpsychotherapie IBP»

Esther Maria Brütsch, Bern
Dr. med. Ingrid Stallmach, Meilen

Wir gratulieren herzlich!

Für das PsyG gut aufgestellt

(sp) Seit dem 1. April 2013 ist das Psychologieberufegesetz (PsyG) in Kraft. Es bezweckt den Schutz der KlientInnen und PatientInnen, die psychologische Dienstleistungen in Anspruch nehmen. Neben der allgemeinen Regelung des Berufs der Psychologin und des Psychologen regelt das Gesetz auch die Anforderungen an die Ausübung des Psychotherapieberufs. Der Titel «eidgenössisch anerkannte/-r Psychotherapeut/-in» wurde neu eingeführt und löst die bisherige Titelvielfalt ab. Die von den Berufsverbänden anerkannten Weiterbildungsgänge in Psy-

chotherapie wurden alle vorerst provisorisch akkreditiert und können bis zur ordentlichen Akkreditierung bzw. bis spätestens 31. März 2018 ohne weitere Änderungen im Curriculum weitergeführt werden. Danach müssen alle Weiterbildungsgänge ordentlich akkreditiert sein. Das IBP Institut, als Anbieter eines Weiterbildungsganges in Psychotherapie, steht in der Pflicht, ein PsyG-konformes Curriculum anzubieten und zu garantieren, dass die WeiterbildungsabsolventInnen die Anforderungen des PsyG erfüllen. Die ordentliche Akkreditierung richtet sich nach

den Qualitätsstandards, die vom Bund in Zusammenarbeit mit VertreterInnen der Verbände und der wichtigsten Fachrichtungen ausgearbeitet wurden. Diese Qualitätsstandards dienen uns als Richtschnur für die ordentliche Akkreditierung. Dank unseres proaktiven Vorgehens in den letzten Jahren, insbesondere was den Bereich Qualitätsmanagement betrifft, schauen wir der ordentlichen Akkreditierung mit zuversichtlicher Gelassenheit entgegen.

Institutsleitungsretraite 2013

(sp) An der diesjährigen Retraite der IBP Institutsleitung war das vorrangige Thema Führung. Unter der umsichtigen Leitung unseres Coaches Hans Ruijs versuchten wir nach der Methode der lernenden Organisation die 4 Felder Es-Ich-Wir-Sie in Fluss zu bringen und zu verbinden. Neben der Analyse und Diskussion der aktuellen Situation bezüglich Führungs- und Kooperationsprinzipien, Strukturen und Strategien stand vor allem die Zukunft im Mittelpunkt: Was ist unser künftiges Führungsverständnis? Welche Themen, Aufgaben und Herausforderungen warten auf uns und mit welchen Führungsstrukturen meistern wir sie? Die Themen sind angedacht und andiskutiert, noch nicht gelöst. In der weiteren Arbeit gilt es, konkrete Lösungen zu finden und diese in der Zusammenarbeit mit dem IBP Vorstand zu realisieren.



V.l.n.r.:
Matthias Keller,
Hans Ruijs,
Roman Decurtins,
Silvia Pfeifer,
Markus Fischer

Tag der offenen Tür

(sp) Bereits zum zweiten Mal nimmt das IBP Institut am nationalen Lernfestival teil. Vom 20. September 17 Uhr bis 21. September 2013 17 Uhr öffnen schweizweit Bildungsinstitutionen ihre Tore. Das Motto des diesjährigen Festivals lautet «Lernen mit Kopf, Herz, Händen und Füßen». Ein Motto, dem wir selbstredend gerne nachkommen. Parallel zu den Angeboten fürs Lernfestival finden Informationsveranstaltungen zu unseren Lehrgängen statt. Zudem besteht die Möglichkeit, für einmal nicht nur elektronisch, sondern live in unserem IBP Shop zu stöbern. Details zum Programm finden Sie auf unserer Webseite.

«Mit sich beginnen, aber nicht bei sich enden. Bei sich anfangen, aber sich selbst nicht als Ziel haben.»

Martin Buber

Vorankündigung – Neu:

Kompaktlehrgang Supervision

Für ausgebildete Coaches/BeraterInnen und PsychotherapeutInnen.

Die TeilnehmerInnen erlangen mit dem Kompaktlehrgang persönliche, fachliche und methodische Kompetenzen, um selbständig und eigenverantwortlich Supervisionsprozesse mit Einzelpersonen, Gruppen und Teams zu initiieren, zu gestalten und auszuwerten.

Die Anerkennung des Kompaktlehrganges durch den Berufsverband für Supervision, Organisationsberatung und Coaching bso wird angestrebt. Coaches und Organisationsberater bso können bei Abschluss des Kompaktlehrganges den Titel «Supervisor bso» beantragen.

PsychotherapeutInnen können mit dem Abschluss des Kompaktlehrganges die Anforderungen an eine Spezialisierung in Supervision gemäss dem ab 01.04.2013 geltenden PsyG erfüllen.

Start: Herbst 2014

Dauer: 1 Jahr

Ausführliche Informationen mit Detailbeschreibung zum Lehrgang werden folgen auf www.ibp-institut.ch.

Aktuelles aus dem IBP Fachverband



Mitgliederversammlung
IBP Fachverband

Tagung «Verschiedene Ansätze in der körperpsychotherapeutischen Diagnostik»

Iren Bärlocher

Seit 2010 organisieren die Verbände SGBAT (Schweizerische Gesellschaft für Bioenergetische Analyse und Therapie), CH-EABP (Schweizerischer Verband für Körperpsychotherapie) und IBP Fachverband regelmässig gemeinsame Tagungen. Diese sind aus dem Anliegen heraus entstanden, die verschiedenen Körperpsychotherapierichtungen stärker zu vernetzen. Der Erfolg der einzelnen Tagungen bestätigt, dass dies einem Bedürfnis entspricht. Nach den Themen «Burnout und Burnout-Prophylaxe» 2010 und «Vom Wesen der Angst» 2011 fand am 19. Januar 2013 im Volkshaus Zürich die dritte gemeinsame Tagung zum Thema «Verschiedene Ansätze in der körperpsychotherapeutischen Diagnostik» statt. Das neue OK um Esther Schmitter (SGBAT), Christina Bader Johansson und Béatrice Ochsner (CH-EABP) und Iren Bärlocher (IBP FV) organisierte ein abwechslungsreiches Vortragsprogramm¹:

1. Diagnostik auf der Grundlage verbaler und visueller Information – Möglichkeiten und Grenzen des Körperlesens

Hugo Steinmann, Psychotherapeut und Lehrbeauftragter der SGBAT, zeigte anhand eines Filmausschnittes über einen 17-jährigen, stark stotternden Jungen, der an Bauchschmerzen und Übelkeit leidet, die Möglichkeiten der visuellen Diagnostik im Erstkontakt auf.

Margit Koemeda, Psychotherapeutin und wissenschaftliche Mitarbeiterin der Uni Konstanz, berichtete über ihre Studie², in

welcher Laien und ExpertInnen anhand diverser Bilder beurteilten, ob diese vor oder nach einer Psychotherapie aufgenommen worden waren und was sich verändert hatte. Es zeigte sich, dass ExpertInnen die Vorher-Nachher-Bilder signifikant besser zuordnen konnten, während Laien mehr oder weniger im Bereich der Ratewahrscheinlichkeit lagen.

2. Das Feldkonzept der Atemdiagnostik

Stefan Bischof³, Gründer und Leiter des Institutes für Atem- und Körperpsychotherapie, sprach über die Basis des diagnostischen Feldkonzepts, wo es darum geht, dass sich TherapeutInnen ihrer selbst und ihres Atems bewusst sind. Durch diese Präsenz öffnen sie einen «ermöglichenden Raum», ein resonierendes, archetypisches Feld von Wahrnehmung und Bewusstheit zwischen TherapeutIn und KlientIn, denn der Atem geht dorthin, wo etwas ins Bewusstsein kommen möchte.

3. Wie der Kopf auf den Füßen steht

Cornelia Zuber-Rosatzin, dipl. Zahnärztin und Kieferorthopädin mit Biosynthese-Hintergrund, referierte äusserst lebendig und spannend mit Zeichnungen und Bildmaterial über den Zusammenhang zwischen Kiefer und Entwicklung. So lautete eine ihrer prägnanten Aussagen: Bei einem Wandel in der Seele passiert auch ein Wandel im Kiefer.

Am Nachmittag fanden drei spannende Workshops zu Diagnostik in Bioenergetik, Atemtherapie und Biosynthese statt

und im Anschluss an diese rundete eine Podiumsdiskussion den Tag ab. So blicken wir mit Freude auf einen gelungenen Anlass zurück und sind in Gedanken bereits bei der Planung der nächsten Tagung, welche 2015 stattfinden wird. Themenvorschläge sind herzlich willkommen.

Iren Bärlocher

Mitglied der IBP Fachverbandsleitung,
dipl. Psychologin FH, in delegierter Praxis in Winterthur tätig

¹ Ein Teil der Präsentationen und Vorträge, auch früherer Tagungen, steht den Mitgliedern des IBP Fachverbandes auf www.ibp-fachverband.ch im geschützten Bereich zur Verfügung. Zugangsdaten vergessen? Mail an fv@ibp-institut.ch genügt.

² Der Körper als Informationsträger. Eine Studie zur bioenergetischen Körperdiagnostik, Koemeda-Lutz M. & Peter H., 2001, Psychotherapie Forum 9 (2): S. 51-61

³ Stefan Bischof, Autor von «Atem, der ich bin»

Beraterin, Berater im psychosozialen Bereich mit eidgenössischem Diplom

Philipp Junker

Seit Anfang Juni 2013 ist die Prüfungsordnung für die höhere Fachprüfung in Psychosozialer Beratung in Kraft. Mit der Organisation und Durchführung dieser neuen eidgenössischen Berufsprüfung hat der Bund die Schweizerische Gesellschaft für Beratung SGfB beauftragt.

Das IBP Institut bietet mit seinem von der SGfB anerkannten 3-jährigen, berufsbegleitenden Lehrgang Integrative Beratung IBP/ Integratives Coaching IBP beste Voraussetzungen für das Erlernen der erforderlichen Fähigkeiten, welche in einem stark erfahrungs- und praxisorientierten staatlichen Examen geprüft werden. Die Vorbereitungen für die Organisation und Durchführung der ersten Prüfungen sind bereits aufge-

nommen worden, erste Termine sind im Frühjahr 2014 angesetzt.

Die erfolgreich bestandene Prüfung führt zum staatlich geschützten Berufstitel «Beraterin bzw. Berater im psychosozialen Bereich mit eidgenössischem Diplom». Sie bedeutet eine Auszeichnung als qualifizierte Fachperson im Bereich der Psychosozialen Beratung.

Informationen zum Examen (Prüfungsordnung, Wegleitung, Organisation, Durchführung usw.) sind unter www.sgfb.ch abrufbar.

Philipp Junker

Vorstandsmitglied SGfB, Berater IBP/SGfB, in eigener Praxis in Basel tätig

Was haben Qualitätssicherung und Verantwortung miteinander zu tun?

Marion Jost Marx

Wer als PsychotherapeutIn oder BeraterIn/Coach arbeitet, übernimmt Verantwortung auf verschiedenen Ebenen, eine davon ist das Betreiben einer individuellen Qualitätsentwicklung. Als IBP Fachverband gehört es zu unseren Aufgaben, bei unseren Mitgliedern die Einhaltung der qualitativen Standards sicherzustellen. Dazu haben wir ein Reglement zur Qualitätssicherung erstellt, welches ab 2013 zum Tragen kommt. Unsere Mitglieder wurden Anfang März darüber informiert.

Grundlage des neuen Reglements bilden die Fortbildungsrichtlinien der Berufsverbände. Einen zusätzlichen Fokus legen wir auf unser «Kerngeschäft», die körperorientierten Methoden. So müssen IBP Fachverbandsmitglieder mindestens 20 Prozent ihrer Fortbildung in IBP oder anderen körperorientierten Methoden nachweisen.

Ja – noch ein Formular zum Ausfüllen, welches nicht umfassend die persönliche Kompetenz darstellen kann. Und nein – nicht einfach nur ein weiterer Papiertiger, sondern unser Bestreben, mit vertretbarem Aufwand einen Beitrag an die Einhaltung unserer professionellen Standards zu leisten und damit unseren Teil der Verantwortung wahrzunehmen. Damit garantieren wir intern und nach aussen nachhaltige Professionalität und vermitteln die Gewissheit, dass IBP Fachverbandsmitglieder mit der Methode von IBP vertraut sind und bleiben.

Marion Jost Marx

Fachpsychologin für Psychotherapie FSP und Mitglied der IBP Fachverbandsleitung, in eigener Praxis in Winterthur tätig

IBP Training

Intuitive Präsenz

Ziel dieses Intuitionstrainings ist es, den Zugang zur eigenen Intuition zu finden und ihre bewusste Anwendung zu entwickeln. Wir empfehlen dieses Training allen Menschen, die ihre Intuition aus persönlichen oder beruflichen Gründen schulen möchten.

Dazu sagen frühere TeilnehmerInnen:

«Ich habe eine grosse Auswahl verschiedenster wirksamer Übungen und Techniken erhalten, um meine Intuitivfähigkeit zu schulen und zu vertiefen.»

«Darrel führte uns als Teilnehmer mit Leichtigkeit in die «Tiefen» unseres Bewusstseins. Sehr schön fand ich die Authentizität und Selbstverständlichkeit mit der uns Darrel die Inhalte übermittelte.»

Infoabend: 13.09.2013, 19.00–20.30 Uhr, IBP Institut, Winterthur

1-tägiger Einführungskurs: 14.09.2013, IBP Institut, Winterthur

Kursleitung: Darrel Combs, B.A. in Theologie und Psychologie, Naturheiltherapeut, Unternehmensberater

Start: 31.10.2013
5 Intensivseminare, verteilt über 1 Jahr

Ort: Seminarhaus Schloss Glarisegg

Die Lehrgangsleitung gibt gerne Auskunft: info@earthwinds.net

Ausführliche Informationen mit Detailbeschreibung zum Lehrgang und zur Anmeldung auf www.ibp-institut.ch.

Aktuelles aus dem IBP Verein

Verantwortung der IBP Trägerorganisation

(ck) Der IBP Verein als Träger des Instituts und des Fachverbandes bezweckt die Förderung, Verbreitung und Weiterentwicklung von IBP. Der Vorstand vertritt den Verein nach aussen, legt die Strategie, die allgemeinen Richtlinien und die Reglemente fest, wählt die Leitungspersonen, genehmigt die Budgets, kontrolliert die Finanzen und betreut die Vereinsmitglieder. Das Institut und der Fachverband werden über die Vereinbarung von Jahreszielen und über das Budget geführt. Die Hauptverantwortung des Vorstandes liegt damit klar auf der strategischen Ebene.

Zur Wahrnehmung dieser Aufgaben hat sich der Vorstand eine Ressortstruktur gegeben. An der Mitgliederversammlung 2013 wurden die aufgeführten Mitglieder gewählt.

Präsidiales	Christian Kaul
Marketing	Carmen Stenico
Finanzen	Eduard Hirschi
Kultur/Personelles	Eva Winizki
Ethik	vakant
Studierendenvertretung	Ambros Scope

Die Mitglieder werden an der Mitgliederversammlung, im IBP Magazin und mit der Vorankündigung des MV-Termins über die wichtigsten Aktivitäten im Vorstand informiert.

.....
Neuer Vorstand, v.l.n.r.: Eduard Hirschi, Eva Winizki, Christian Kaul, Carmen Stenico, Ambros Scope



Zur Zukunft der Ethikkommission

(ck) Nach dem Rücktritt von Jean-Claude Courto und Joschi Mubi haben sich der Vorstand, die Instituts- und Fachverbandsleitung und Katharina Gilomen intensiv mit den Aufgaben und der Zukunft der Ethikkommission auseinandergesetzt. Mit einer Email-Umfrage wurden die Vereinsmitglieder um ihre Meinung gebeten. Zwei Kernaussagen kristallisierten sich heraus: 1. Ethik als Thema ist für den IBP Verein sehr wichtig. 2. Ethik muss in den Führungsstrukturen direkt verankert sein. Über die konkrete Umsetzung zeigen die Vorschläge aber kein

eindeutiges Bild. Der Vorstand hat entschieden, das Ressort «Ethik» zu etablieren. Bis Ende 2013 soll das Ressort mit einer externen Fachperson besetzt und anschliessend das weitere Vorgehen erarbeitet werden. Aus diesem Grund bleiben die Vakanzen in der Ethikkommission im Moment bewusst stehen. Katharina Gilomen verbleibt in der Ethikkommission, um einen guten Übergang zu gewährleisten. Wir bedanken uns für ihr weiteres Engagement und dass sie für Ethikfragen zur Verfügung steht.

Danke, Heinz Müller

(ck) An der MV 2009 wurde Heinz Müller zum Präsidenten des IBP Vereins gewählt. Er hat als erste grosse Aufgabe die Strategieentwicklung 2010–2015 geleitet und damit eine tragfähige Grundlage für die Weiterentwicklung des IBP Vereins geschaffen. Die zweite grosse Herausforderung war die Bewältigung des enormen Wachstums des IBP Instituts. Mit seiner ruhigen und souveränen Art hat er es verstanden, den Verein stets auf Kurs der gewählten Strategie zu halten. Im Rahmen der Neuorganisation des Vorstandes hat sich Heinz Müller entschlossen, aus dem Vorstand zurückzutreten.

Lieber Heinz, herzlichen Dank für dein grosses Engagement!

«Wir sind nicht nur verantwortlich für das, was wir tun, sondern auch für das, was wir nicht tun.»

Molière

Neue Vorstandsmitglieder

(ck) Für das neu geschaffene Ressort Marketing wurde an der MV mit Carmen Stenico eine ausgewiesene Fachperson im Bereich Marketing gewählt.



Carmen Stenico ist eine überzeugte Marketingfachfrau mit langjähriger Praxis-Erfahrung, auch in Führungspositionen. Sie arbeitete im Bank- und Versicherungswesen, im Tourismus und ist seit 2008 bei

Pro Senectute Schweiz als Leiterin Marketing und Kommunikation/Mittelbeschaffung tätig. Verschiedene berufsbegleitende Weiterbildungen in Marketing und Betriebswirtschaft füllen ihren Wissens-Rucksack. Sie hat den Integral Coach HLS und Mental-Coach HLS abgeschlossen und ist in Ausbildung zur Mentaltrainerin. In der Freizeit ist sie begeisterte Outdoor-Sportlerin. «Ich freue mich sehr, mein Wissen und meine Erfahrung in den einzigartigen Verein IBP einzubringen und das Ressort Marketing engagiert zu vertreten.»

Als neuen Studierendenvertreter konnte **Ambros Scope** aus dem Psychotherapielehrgang Gruppe K (2009 – 2014) gewonnen werden.



«Ich hatte bisher das Glück, meine Interessen und meinen beruflichen Werdegang gut vereinen zu können. Dies hat zu einer etwas ungewöhnlichen Laufbahn mit Ausbildung zum Maschinenbauingenieur, Doktor

der klinischen Psychologie, Unternehmensberater und schliesslich Leiter Talent Management bei der AXA Schweiz geführt. Nach etwa einem Jahrzehnt in der Unternehmenswelt ist mein Interesse an psychologischen Aufgabenstellungen wieder erstarkt und ich habe die Psychotherapieausbildung am IBP Institut begonnen. Mittlerweile kann ich die erworbenen Fähigkeiten erfolgreich in Coaching-Mandaten anwenden und bin daher zuversichtlich, beide Studienrichtungen angemessen im Vorstand vertreten zu können.»

Schlusswort des neuen Präsidenten

Liebe Mitglieder des IBP Vereins

Ich möchte mich für euer Vertrauen, das ihr mit der Wahl zum Präsidenten in mich gesetzt habt, herzlich bedanken. Der IBP Verein ist sehr gut auf Kurs. Mit dem Generationenwechsel in der Institutsleitung und der Strategieentwicklung 2015+ stehen in den nächsten Jahren grosse Themen auf der Traktandenliste. Zusammen mit meinen Vorstandskolleginnen und -kollegen freue ich mich auf diese Herausforderungen.

Mit der neuen Ressortstruktur im Vorstand haben wir einen wichtigen Schritt in Richtung systematischer Wahrnehmung unserer strategischen Vorstandsverantwortung getan. In enger Zusammenarbeit mit der Instituts- und der Fachverbandsleitung wird der Vorstand das immer grösser werdende «IBP Schiff» weiterhin auf Kurs halten.

Christian Kaul

Impressum

IBP Magazin 4 | August 2013 (4. Jahrgang)

Herausgeber: IBP Institut

Redaktionsteam: Eva Kaul, Manou Maier, Silvia Pfeifer

Kontakt: IBP Institut, Wartstrasse 3, 8400 Winterthur, Tel. 052 212 34 30, info@ibp-institut.ch

Fotos: Notburga Fischer, Katharina Bindschedler, Christian Kaul, Trice Pfister, IBP Institut

Konzept und Umsetzung: Weissgrund Kommunikation AG, Zürich

Druck und Versand: Mattenbach AG, Winterthur, www.mattenbach.ch

Nachdruck: Die im IBP Magazin veröffentlichten Beiträge und Bilder sind urheberrechtlich geschützt. Nachdrucke sind mit der Redaktion zu vereinbaren.

Auflage: 6000 Exemplare

Agenda 2013 / 2014

Unser Weiter- und Fortbildungsangebot für Fachpersonen aus Psychologie, Medizin, Pädagogik und Human Resources

Seminare für Fachleute

Veranstaltung	Leitung	Daten / Ort
Einführungskurse «IBP erleben»	Markus Fischer	12.–14.09.2013, 06.–08.02., 12.–14.06., 23.–25.10.2014 Schloss Glarisegg, Steckborn
Fortbildung «Raum für Körper – Ondulierende Atemwelle®»	Sarah Radelfinger Eva Kaul	07.09., 26.10.2013, alle 2 Monate, jeweils 12.00–17.30 Uhr Daten 2014 siehe www.ibp-institut.ch IBP Institut, Winterthur
«Lifespan Integration – Basisseminar» Connecting Ego States Through Time	Anandi Janner Steffan	06.–07.09.2013 Polarity Bildungszentrum, Zürich
«Lust und Liebe»	Sarah Radelfinger	29.11.2013 13.15–19.45 Uhr Da-Sein Institut, Winterthur
«Mut zur Wut»	Katharina Bindschedler Mark Froesch-Baumann	Daten siehe www.ibp-institut.ch Winterthur
«Lifespan Integration – Aufbauseminar» Connecting Ego States Through Time	Peggy Pace	Herbst 2014 IBP Institut, Winterthur

Lehrgänge für Fachleute

Veranstaltung	Leitung	Start / Ort
Weiterbildung in Integrativer Körperpsychotherapie IBP Fortbildung in Integrativer Körperpsychotherapie IBP	Markus Fischer (Ausbildungsleitung)	November 2013, Herbst 2015 Seminarhaus in der Deutschschweiz
Integrative Paarberatung IBP	Béatrice Schwager Müller Roman Decurtins (Lehrgangsleitung)	März 2014 Zürich
Integrative Prozessbegleitung IBP	Bettina Läuchli Franz Michel	14.–16.11.2014 IBP Institut, Winterthur
Sexualtherapie und Sexualberatung	Robert Fischer Notburga Fischer	Herbst 2014 Seminarhaus in der Deutschschweiz
Kompaktlehrgang Supervision	Silvio Sgier (Lehrgangsleitung)	Herbst 2014 Raum Zürich
Integratives Coaching IBP / Integrative Beratung IBP		29.04.2015 Seminarzentrum Idyll Gais

Infoabende (bitte anmelden)

Gemeinsame Infoabende für die Weiter- und Fortbildungsprogramme in Integrativer Körperpsychotherapie IBP und Integrativem Coaching IBP/Integrativer Beratung IBP

30.10.2013	19.30–21.30 Uhr, IBP Institut, Winterthur
23.01.2014	19.30–21.30 Uhr, IBP Institut, Winterthur
13.03.2014	19.00–21.00 Uhr, Bern
21.05.2014	19.30–21.30 Uhr, IBP Institut, Winterthur
Juni 2014	19.00–21.00 Uhr, Basel
20.08.2014	19.00–21.00 Uhr, Chur, Reichsgasse 6g
16.09.2014	19.30–21.30 Uhr, IBP Institut, Winterthur
29.10.2014	19.30–21.30 Uhr, Luzern, Pfarreizentrum Barfusser

Infoabend «Intuitive Präsenz»

Leitung: Darrel Combs
13.09.2013, 19.00–20.30 Uhr
IBP Institut, Winterthur

Infoabend «Integrative Prozessbegleitung»

Leitung: Bettina Läuchli, Franz Michel
27.03.2014, 12.06.2014, 19.30 – 21.30 Uhr
IBP Institut, Winterthur

Infoabend «Sexualtherapie und Sexualberatung»

Leitung: Notburga und Robert Fischer
23.05.2014, 19.15 Uhr, Praxis Robert Fischer, Sulgeneckstrasse 38, Bern
12.09.2014, 19.15 Uhr, IBP Institut, Winterthur

Unser Angebot im Bereich Persönlichkeitsbildung für alle Interessierten

IBP Workshops für alle

Veranstaltung	Leitung	Daten / Ort
«Ohne Wenn & Aber» Ein Workshop zum Thema Selbstfürsorge & Selbstmitgefühl	Gandhera Brechbühl Silvia Pfeifer	23.–25.08.2013, IBP Institut, Winterthur 15.–17.11.2013, Yogastudio Luzern, Luzern Jeweils Fr 19.00–So 13.00 Uhr
Workshop «Atme dich gesund» Die «Ondulierende Atemwelle®» für alle	Eva Kaul	30.08., 06.09., 20.09., 27.09., 04.10., 18.10.2013 jeweils 18.30–20.30 Uhr Prema Yoga, Zürich
Einführungskurs «Intuitive Präsenz»	Darrel Combs	14.09.2013, 10.00–18.00 Uhr IBP Institut, Winterthur
«Mein Raum – dein Raum» Ein Workshop zum Thema Grenzen	Corinna Möck-Klimek	20.–22.09.2013 12.–14.09.2014 Jeweils Fr 19.00–So 13.00 Uhr
«Jahreszeiten der Liebe» Herausforderungen in der Partnerschaft erkennen und bewältigen	Mark Froesch-Baumann Silvie Baumann Froesch	24.10.2013 (Workshop Herbst) 23.01.2014 (Workshop Winter) Jeweils 19.00–22.00 Uhr Gemeindezentrum Hottingen, Zürich
«Wie Liebe gelingt» Ein Tag für Paare zur Selbstfürsorge und Beziehungsfürsorge	Mark Froesch-Baumann Silvie Baumann Froesch	26.10.2013, 09.30–17.30 Uhr Gemeindezentrum Hottingen, Zürich
«Herzwärts» Eine kreative Auseinandersetzung mit dem Thema Schutzstil	Ansula Keller	08.–10.11.2013, IBP Institut, Winterthur 07.–09.11.2014, IBP Institut, Winterthur Jeweils Fr 19.00–So 13.00 Uhr
Workshop «Ondulierende Atemwelle®» Für Einsteiger und Erfahrene	Sarah Radelfinger Eva Kaul	07.12.13, 13.30–18.30 Uhr IBP Institut, Winterthur
«Lebe deine Kraft» Eine Einführung in IBP – mit Übungen für den Alltag	Sarah Radelfinger Eva Kaul	14.–16.03.2014, Fr 18.00–So 13.00 Uhr IBP Institut, Winterthur
«Erst komm' ich ... !» Von Agency zu Selbstkontakt	Matthias Keller	13.–15.06.2014, Fr 19.00–So 13.00 Uhr IBP Institut, Winterthur

Bewegung & Tanz für alle

Veranstaltung	Leitung	Daten / Ort
«Tanze deinen Tanz» 5Rhythmen™	Beatrice Fischer-Hegglin	Jeweils Dienstagabend, 19.30–21.30 Uhr Winterthur
«Open Heart – open mind, open mind – open heart» 5Rhythmen™	Alain Allard	01.–03.11.2013, Fr 18.30–So 17.00 Uhr Tanzschule Catwalk, Winterthur
«Relationship»	Andrea Juhan	01.–04.05.2014 Seminarhaus Schweibenalp, Brienz
«Continuum Movement»	Catherine Kocher	29.09., 27.10., 16.–17.11., 15.12.2013 IBP Institut, Winterthur Daten 2014 siehe www.ibp-institut.ch

Trainings für alle

Veranstaltung	Leitung	Start / Ort
«Intuitive Präsenz» Jahrestraining	Darrel Combs	31.10.2013 Schloss Glarisegg, Steckborn
«Das IBP Persönlichkeitstraining» Ein ganzheitliches Training zur Entfaltung von Persönlichkeit, Beziehungsfähigkeit und Spiritualität	Brigitta Vatika Jacob Markus Fischer	17.–19.01.2014 Seminarzentrum Chlotisberg, Gelfingen
«Heartbeat ongoing» 5Rhythmen™	Alain Allard	Februar 2014 Seminarhaus Deutschschweiz
«Undercurrents» Ongoing Group–Intensivprogramm	Andrea Juhan	Herbst 2014 Seminarhaus Schweibenalp, Brienz

IBP Seminare und Workshops werden für Institutionen auf Anfrage massgeschneidert und exklusiv angeboten. Setzen Sie sich mit unserem Sekretariat in Verbindung.

Tag der offenen Tür – Lernfestival (bitte anmelden)

Fr 20.09., 17.00 Uhr – Sa 21.09.2013, 17.00 Uhr, IBP Institut, Winterthur

«Lernen mit Herz:
Gueti-Eltère-Lieder für starchy Chinder»
Liedervortrag mit Franz Michel
Fr 20.09.2013, 18.00–18.45 Uhr und 19.00–19.45 Uhr

«Lernen fürs Herz:
Selbstfürsorge und Selbstmitgefühl»
Leitung: Gandhera Brechbühl
Sa 21.09.2013, 09.00–10.30 Uhr

«Wie Liebe gelingt»
Leitung: Mark Froesch-Baumann und Silvie Baumann Froesch
Sa 21.09.2013, 11.00–12.00 Uhr

«IBP kennen:
Persönlichkeitsmodell und Übertragung im Praxisalltag»
Leitung: Sarah Radelfinger
Sa 21.09.2013, 14.00–15.30 Uhr

«IBP erleben: Lernen mit Herz»
Leitung: Eva Kaul
Sa 21.09.2013, 16.00–17.00 Uhr

Alle Veranstaltungen sind kostenlos. Zusätzlich finden diverse Infoveranstaltungen zu IBP Lehrgängen statt. IBP Bücher und Artikelverkauf im 1. Stock.

Detailprogramm auf www.ibp-institut.ch