

## KOMPAKTKURS ZERTIFIKATSLEHRGANG 2012 / 2013

Mit der von Prof. Dr. Volkmar Glaser seit den 50er Jahren entwickelten Psychotonik existiert ein diagnostischer und therapeutischer Weg, der die psychosomatischen Ansätze westlicher und östlicher Heilkunde verbindet. Zusätzlich eröffnet das Verständnis für die psychische und bewegungsorientierte Dimension der Meridiane neue Wege in der therapeutischen Arbeit.

**„Psychotonik ist die Lehre vom Lebensgefühl. ....Sie ist zu verstehen als Lehre, die die Korrespondenzen zwischen der Spannungsverteilung in der Muskulatur – also etwas Somatischem – und der Affektivität, - also etwas Psychischem – erforscht, systematisiert und für die erzieherische und heilende Arbeit nutzbar macht. Sie umschliesst alle Verhaltensvariationen, die sowohl vom Aspekt des Seelischen als auch von dem des Leiblichen aus denkbar wären.“**

Glaser, V., Eutonie, das Verhaltensmuster des menschlichen Wohlbefindens, Haug Verlag, Heidelberg 1993

Psychotonik erforscht die Korrespondenz von Befinden, Verhalten und Körperausdruck. Wo Kontakte und Begegnungen mit Menschen zum Berufsalltag gehören, kann Psychotonik eingesetzt werden. Als Kommunikationsmodell und pädagogisch-therapeutisches Verfahren findet sie Eingang in nahezu alle Bereiche menschlicher Verständigung und Bewegung.

Psychotonische Konzepte bewähren sich heute in zahlreichen Berufsfeldern wie beispielsweise Körpertherapie, Massage, Krankengymnastik, Sporterziehung, Krankenpflege, Musikunterricht und Sprecherziehung und selbstverständlich auch im privaten Umfeld.

Das Lehrinstitut für Psychotonik bietet **ab 13. August 2012 bis 25. August 2013** eine **Kompaktausbildung in Psychotonik** an. Sie haben vor Kursbeginn die Möglichkeit, einen **Einführungskurs in Psychotonik am 31. März/1. April 2012** zu belegen, der Ihnen bei Bedarf als Entscheidungshilfe dienen soll.

Insgesamt umfasst das Kurskonzept ca. **300 Stunden**, die sich auf **13 Seminare** verteilen. Die genauen Termine entnehmen Sie bitte der **Seminarübersicht Zertifikatslehrgang 2012/2013**. Sollte über den Kurs hinaus noch Übungsbedarf bestehen oder eine Vertiefung der Inhalte gewünscht werden, übernehmen wir gerne die Organisation für Sie.

Das Lernziel der Kurse besteht in der Vermittlung von praktischen Grundlagen, so dass Sie Psychotonik in der eigenen therapeutischen Arbeit oder in Ihrem kommunikativen Alltag anwenden können.

Die **Ausbildungsleitung** obliegt Frau **Annelies Wieler Baumann**, Schülerin und langjährige Mitarbeiterin von Prof. Dr. Glaser. Frau Wieler leitet das Lehrinstitut für Psychotonik in Zürich. Der Schwerpunkt ihrer eigenen Praxis liegt in der Atem- und Bewegungsarbeit. Sie wird unterstützt von weiteren DozentInnen mit Psychotonik-Diplomabschluss aus dem Lehrinstitut.

## Die Seminarinhalte:

1. **Grundlagen der Psychotonik in Theorie und Praxis**
2. **Die bewegungsorientierte und psychische Dimension der Meridiane (Kei Raku)**
3. **Die methodenspezifischen Arbeitsweisen der Psychotonik:**

### **Atemmassage**

Die Atemmassage ist eine Form therapeutischer Atemführung. Beim ruhigliegenden Menschen zeigen sich Befindlichkeit und Verhaltensweise ausschliesslich in der Atembewegung. In der Atemmassage wirken wir über Berührungen auf die Muskelspannung und den Atem ein. Mit einer Veränderung der Atembewegung beeinflussen wir Atemfunktion, Muskelspannung und Befindlichkeit.

### **Kommunikatives Bewegen**

Das kommunikative Bewegen beinhaltet Bewegungs-, Haltungs- und Verhaltensschulung. Im Vordergrund steht das Erlernen eines kompetenten Bewegungsverhaltens. Kompetent und natürlich empfinden wir eine Bewegung, wenn Intensität, Kraftaufwand und Dauer mit dem Bewegungszweck übereinstimmen.

## **Einführungskurs Psychotonik**

Damit Sie Psychotonik im Ansatz kennenlernen können, bieten wir Ihnen als Orientierungshilfe einen Einführungskurs an. Dieser Kurs will Ihnen einen ersten Eindruck vermitteln, ist aber nicht Teil der später folgenden Ausbildung.

Termin: 31. März/1. April 2012  
Samstag, 09.00 – 17.00 Uhr und Sonntag, 09.00 – 13.00 Uhr  
Dauer: 10 Stunden  
Kursleitung: Annelies Wieler Baumann  
Kurskosten: CHF 300.00

## **Kompaktkurs Psychotonik**

Dauer: 300 Stunden  
Kurskosten: CHF 7'500.00

### **Terminübersicht:**

- |                           |                           |
|---------------------------|---------------------------|
| 1. 13. – 17. August 2012  | 8. 22. – 24. März 2013    |
| 2. 7. – 9. September 2012 | 9. 12. – 14. April 2013   |
| 3. 5. – 7. Oktober 2012   | 10. 9. – 12. Mai 2013     |
| 4. 9. – 11. November 2012 | 11. 7. – 9. Juni 2013     |
| 5. 7. – 9. Dezember 2012  | 12. 22. – 26. Juli 2013   |
| 6. 11. – 13. Januar 2013  | 13. 23. – 25. August 2013 |
| 7. 8. – 10. Februar 2013  |                           |

### **Kurseinheiten – Wochenende 3 Tage (10x20 Stunden)**

Freitag, 13.00 – 20.00 Uhr, Samstag, 09.00 – 19.00 Uhr, Sonntag, 9.00 – 15.00 Uhr

### **Kurseinheit – 4 Tage (1x 28 Stunden)**

Donnerstag, Freitag, Samstag, jeweils 9.00 – 18.00 Uhr, Sonntag, 09.00 – 15.00 Uhr

### **Kurseinheiten – 5 Tage (2x36 Stunden)**

Montag – Donnerstag, 9.00 – 18.00 Uhr, Freitag, 09.00 – 15.00 Uhr

## **Anmelde- und Annullierungsbestimmungen**

Die Bestimmungen gelten für alle Schulungsangebote. Die Veranstaltungen werden über die Kursgelder finanziert. Bei Anmeldeschluss entscheidet die Organisation, ob der Kurs durchgeführt werden kann oder nicht. Der Entscheid gründet auf der Anzahl der Anmeldungen.

1. Ein Rückzug der Anmeldung vor dem Anmeldeschluss ist ohne Kostenfolge möglich.
2. Bei einer Abmeldung nach Anmeldeschluss, auch bei Abwesenheit durch Krankheit, wird das Kursgeld in voller Höhe in Rechnung gestellt. Bereits einbezahlte Kursgelder werden nicht zurückerstattet.
3. Wenn für eine abgemeldete Person ein Ersatz gefunden werden kann, wird lediglich ein Verwaltungskostenanteil von Fr. 50.– in Rechnung gestellt.
4. Die TeilnehmerInnen sind gebeten, individuell eine Annullierungsversicherung abzuschliessen.

# SEMINARÜBERSICHT ZERTIFIKATSLEHRGANG 2012 / 2013

## Zertifikatslehrgang Teil 1

### Einführung in die Psychotonik

Einblick in die Denk- und Betrachtungsweise der Psychotonik

*Ziel:* Kennenlernen der Grundlagen der Psychotonik  
*Inhalt:* Erlebniszentrierte Einführung in die Gesetzmässigkeiten der Psychotonik

*Ziel:* Den Übungsweg in der Psychotonik kennen und im Ansatz verstehen  
*Inhalt:*

- Zum Begriff Psychotonik
- Psychotonik und Wohlbefinden
  - Objektivierbare Phänomene
  - Subjektives Empfinden
  - Wirkung
- Körperschema – Raumgefühl
  - Psychotonik – eine Möglichkeit mein Handeln zu planen und überprüfen
- Die Prinzipien der Psychotonik
- Anwendungsgebiete und Wirkweise der Psychotonik

*Ziel:* Kenntnis über das sensomotorische Modell der Tonusregulation und der Eutonie  
*Inhalt:*

- Eutonie, Tonusregulation, Sensomotorik
  - Begriffserklärung: - Wer benutzt die Begriffe?
  - Wofür stehen diese Begriffe?
- Warum eine sensomotorische Erklärung?
- Prof. Dr. V. Glasers Hypothese
  - Theoretischer Exkurs
- Nutzen für die praktische Arbeit
- FAB Methode
- Intentionstraining
- Der verbal-taktile Eutonieaufbau
  - Theoretisches Darstellen der einzelnen Vorgehen mit exemplarischen Praxisbeispielen
- Mein persönlicher Übungsweg

*Datum:* 13. – 17. August 2012

*Kurszeiten:*

Montag, 13.08.12	09.00 – 18.00 Uhr
Dienstag, 14.08.12	09.00 – 18.00 Uhr
Mittwoch, 15.08.12	09.00 – 18.00 Uhr
Donnerstag, 16.08.12	09.00 – 18.00 Uhr
Freitag, 17.08.12	09.00 – 15.00 Uhr

*Dauer:* 36 Stunden

## **Zertifikatslehrgang Teil 2**

### **Einführung in die Atemmassage**

<i>Ziel:</i>	Erlernen der Grundlagen der Atemmassage	
<i>Inhalt:</i>	Unterschiede von natürlichem und professionellem Berühren. Taktile Atemanregung, methodenspezifisches Vorgehen, Locken, Fordern, Schwingen	
<i>Datum:</i>	7. – 9. September 2012	
<i>Kurszeiten:</i>	Freitag, 07.09.12	13.00 – 20.00 Uhr
	Samstag, 08.09.12	09.00 – 19.00 Uhr
	Sonntag, 09.09.12	09.00 – 15.00 Uhr
<i>Dauer:</i>	20 Stunden	

## **Zertifikatslehrgang Teil 3**

### **Atemmassage      Übungsseminar**

<i>Ziel:</i>	Die Techniken Schwingen, Locken, Fordern anwenden können	
<i>Inhalt:</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>· Wie rege ich meine Patientin/meinen Patienten zum Transsensus an?<ul style="list-style-type: none"><li>- Verbale Anleitung, Hilfsmittel</li></ul></li><li>· Wo und wie fasse ich an?</li><li>· Wie überprüfe ich das Gelingen meines Angebots?<ul style="list-style-type: none"><li>- Atem-, Tonus-, Bewegungsverhalten</li></ul></li><li>· Hilfe meine Patientin/mein Patient macht nicht mit!<ul style="list-style-type: none"><li>- Anregungen zum gegenseitigen Vertrauen</li></ul></li></ul>	
<i>Datum:</i>	5. – 7. Oktober 2012	
<i>Kurszeiten:</i>	Freitag, 05.10.12	13.00 – 20.00 Uhr
	Samstag, 06.10.12	09.00 – 19.00 Uhr
	Sonntag, 07.10.12	09.00 – 15.00 Uhr
<i>Dauer:</i>	20 Stunden	

## **Zertifikatslehrgang Teil 4**

### **Einführung in das Kommunikative Bewegen**

- Ziel:**
- Erlernen der Grundlagen des Kommunikativen Bewegens
  - Zusammenhänge zwischen Bewegung und Kommunikation erfahren
  - Unterschiede differenzieren können

- Inhalt:**
- Bewegung wird in der Psychotonik unter drei Gesichtspunkten betrachtet:
- Funktionell: Bewegung als physiologisches System mit seiner Struktur und Steuerung
  - Emotional: Bewegung als erlebbarer Befindlichkeits- und Verhaltensausdruck
  - Kommunikativ: Bewegung zur Integration in das soziale Umfeld, bestätigt durch die Rückmeldung aus der Um- und Mitwelt

In Theorie und Praxis versuchen wir Zusammenhänge zu sehen und zu erleben

**Datum:** 9. – 11. November 2012

**Kurszeiten:**

Freitag, 09.11.12	13.00 – 20.00 Uhr
Samstag, 10.11.12	09.00 – 19.00 Uhr
Sonntag, 11.11.12	09.00 – 15.00 Uhr

**Dauer:** 20 Stunden

## **Zertifikatslehrgang Teil 5**

### **Kommunikatives Bewegen**

### **Übungsseminar**

- Ziel:**
- Integration der Kommunikationselemente des Bewegens zum Kommunikativen Bewegen

- Inhalt:**
- Die Begriffe Intention, Transsensensus und Raumqualitäten klären
  - Übungsbeispiele zur Kontaktnahme geordnet nach den Prinzipien der Raumqualitäten erleben und reflektieren
  - Übungssituationen zum Thema erleben und gestalten
  - Verbale Anleitung von Übungssituationen

**Datum:** 7. – 9. Dezember 2012

**Kurszeiten:**

Freitag, 07.12.12	13.00 – 20.00 Uhr
Samstag, 08.12.12	09.00 – 19.00 Uhr
Sonntag, 09.12.12	09.00 – 15.00 Uhr

**Dauer:** 20 Stunden

## **Zertifikatslehrgang Teil 6, 7, 8**

### **Die bewegungsorientierte und psychische Dimension der Meridiane, Kei Raku**

**Ziel:** Die Verhaltensinterpretation der Meridiansystematik nach Glaser (Kei Raku) als Basis für die pädagogische und therapeutische Vorgehensweise in der Psychotonik kennen und verstehen

**Inhalt:** In diesem Kurs werden Grundlagen zu den einzelnen Meridianverläufen und deren Bedeutung, mögliche Bewegungs- und Körperausdrucksformen und das Basiswissen zur Verhaltensinterpretation nach Glaser theoretisch und praktisch erarbeitet

**Datum:** Teil I 11. – 13. Januar 2013  
Teil II 8. – 10. Februar 2013  
Teil III 22. – 24. März 2013

**Kurszeiten:** jeweils Freitag, 13.00 – 20.00 Uhr  
Samstag, 09.00 – 19.00 Uhr  
Sonntag, 09.00 – 15.00 Uhr

**Dauer:** jeweils 20 Stunden

## **Zertifikatslehrgang Teil 9**

### **Stimme / Sprache / Gesprächsführung**

**Ziel:** Wahrnehmen der Wechselwirkung von Haltung, Stimme und Intention

**Inhalt:**

- Stimmphysiologische Grundlagen
- Wir arbeiten an Voraussetzungen um mit geringem Kraftaufwand einen optimalen stimmlichen Ausdruck zu erreichen
- Mit konkreten Übungen lernen wir unser Körperinstrument stimmen, um eine tragfähige Stimme für ökonomisches Sprechen zu nutzen

**Datum:** 12. – 14. April 2013

**Kurszeiten:** Freitag, 12.04.13 13.00 – 20.00 Uhr  
Samstag, 13.04.13 09.00 – 19.00 Uhr  
Sonntag, 14.04.13 09.00 – 15.00 Uhr

**Dauer:** 20 Stunden

## **Zertifikatslehrgang Teil 10**

### **Atemseminar**

- Ziel:** Die Bedeutung des Atems und der Atemfunktion für Haltung und Bewegung erkennen und in die Praxis umsetzen können
- Inhalt:**
- Theorie:
- Kenntnis über das sensomotorische Modell der Tonusregulation und der Atmung
  - Die Atemregulation verstehen und erklären können
- Praxis:
- Atemführung durch Berühren
    - Die Techniken Schwingen, Locken, Fordern anwenden können
    - Erlernen der Behandlung über die atemanregenden Punkte
  - Atemschulung im Kommunikativen Bewegen
    - Zusammenhänge von Atem und Bewegung kennen und die Erkenntnisse praktisch umsetzen können
- Datum:** 9. – 12. Mai 2013
- Kurszeiten:**
- |                      |                   |
|----------------------|-------------------|
| Donnerstag, 09.05.13 | 09.00 – 18.00 Uhr |
| Freitag, 10.05.13    | 09.00 – 18.00 Uhr |
| Samstag, 11.05.13    | 09.00 – 18.00 Uhr |
| Sonntag, 12.05.13    | 09.00 – 15.00 Uhr |
- Dauer:** 28 Stunden

## **Zertifikatslehrgang Teil 11**

### **Die bewegungsorientierte und psychische Dimension der Meridiane, die kontaktverneinenden Verhaltensweisen**

- Ziel:** Die kontaktverneinenden Verhaltensweisen kennen und als Selbsterfahrung nützen können
- Inhalt:**
- Kontaktbejahende Form der einzelnen Kei Raku Themen aufrufen, körperlich zum Ausdruck bringen, Obtentusreaktion bewusst wahrnehmen
  - Über den gesamten Meridianverlauf eines Kei Raku Themas ein Kontraktionsmuster aufrufen und die Kontraktionsreaktion bewusst wahrnehmen
  - Reflexion
    - Was macht die Kontraktionsform mit mir?
    - Wie komme ich wieder heraus?
    - Welche Wirkung hat sie auf das Umfeld?
- Datum:** 7. – 9. Juni 2013
- Kurszeiten:**
- |                   |                   |
|-------------------|-------------------|
| Freitag, 07.06.13 | 13.00 – 20.00 Uhr |
| Samstag, 08.06.13 | 09.00 – 19.00 Uhr |
| Sonntag, 09.06.13 | 09.00 – 15.00 Uhr |
- Dauer:** 20 Stunden

## **Zertifikatslehrgang Teil 12**

### **Diagnostik**

*Ziel:* Wahrnehmen und erkennen von Atemgeschehen und Bewegungsausdruck auf der Basis der Verhaltensinterpretation der Meridiansystematik

*Inhalt:*

- Kann ich meinen Augen trauen?
  - Zum Thema der Objektivität und Subjektivität
- Womit nehme ich wahr? Hände, Augen, Gefühl
- Was betrachte ich?
  - Der Rücken als Schauplatz des Geschehens
- Was heisst Prozessdiagnose?
- Die Meridiansystematik als Ordnungssystem für die Interpretation

Theoretische Einführung ins Thema und exemplarische Erklärung

Die Grundlagen des Einführungsseminars werden durch themenbezogene, praktische Übungen und Eigenarbeit vertieft. Die Wahrnehmung für die aktuelle Situation und dem Klienten gegenüber wird geschult und differenziert

### **Setting in der Psychotonik**

*Ziel:* Eigenständiges gestalten des Therapieverlaufs

*Inhalt:*

- Die unterschiedlichen Phasen eines Arbeitsprozesses
- Die psychotonischen Prinzipien im Arbeitsprozess
  - In welcher Phase sind welche Prinzipien gefragt?
- Die Rolle der Therapeutin/des Therapeuten in den unterschiedlichen Phasen
- Umgang mit Störungen
- Überprüfbare Planung: Behandlungssequenz
  - Teilabschnitte, Stundenbild, theoretische Erarbeitung und exemplarisches Umsetzen

*Datum:* 22. – 26. Juli 2013

*Kurszeiten:*

Montag, 22.07.13	09.00 – 18.00 Uhr
Dienstag, 23.07.13	09.00 – 18.00 Uhr
Mittwoch, 24.07.13	09.00 – 18.00 Uhr
Donnerstag, 25.07.13	09.00 – 18.00 Uhr
Freitag, 26.07.13	09.00 – 15.00 Uhr

*Dauer:* 36 Stunden

## **Zertifikatslehrgang Teil 13**

### **Abschlussmodul, Zertifikat**

*Datum:* 23. – 25. August 2013

*Kurszeiten:*

Freitag, 23.08.13	13.00 – 20.00 Uhr
Samstag, 24.08.13	09.00 – 19.00 Uhr
Sonntag, 25.08.13	09.00 – 15.00 Uhr

*Dauer:* 20 Stunden