



**Karen-Horney-Institut e.V.**  
Berliner Institut für tiefenpsychologische  
und existenzielle Psychotherapie (BITEP)

**Dipl.-Psych. Christian Meyer**

## **Dreijährige Fortbildung**

**Methoden tiefenpsychologisch fundierter  
und existentieller Psychotherapie  
und spiritueller Begleitung**

**Berlin | München | Wien**

Bei Bedarf können für Ärzte und Psychologen Qualitätszirkel eingerichtet werden, in denen der Stoff der Seminare nachgearbeitet wird. Dadurch könnten je nach Intensität 100-180 CME Punkte erarbeitet werden.

Als Bildungsurlaub in Berlin anerkannt

Karen-Horney-Institut e.V. | Berliner Institut für tiefen-  
psychologische und existenzielle Psychotherapie (BITEP)  
Grunewaldstraße 18 | 10823 Berlin | Tel. +49 (0)30 / 4798 16 33  
[www.karen-horney-institut.de](http://www.karen-horney-institut.de) | [info@karen-horney-institut.de](mailto:info@karen-horney-institut.de)



## Gliederung

A Ziel und Inhalt der Fortbildung .....	4
B Theoretische und methodische Grundlagen .....	8
C Struktur der dreijährigen Fortbildung .....	9
I. Intensiv-Seminar .....	11
II. Intensiv-Seminar .....	12
III. Intensiv-Seminar .....	13
IV. Intensiv-Seminar .....	14
V. Intensiv-Seminar .....	15
VI. Intensiv-Seminar .....	17
Kosten der dreijährigen Fortbildung .....	18
Termine .....	18
Der Seminar-Leiter: Dipl.-Psych. Christian Meyer .....	19
Literaturliste .....	19



## A Ziel und Inhalt der Fortbildung

### a. Spiritualität und Psychotherapie

Das Aufwachen, diese grundlegende Transformation, ist das Ziel jedes spirituellen Weges. Die eigene innere Tiefe entdecken, einen tiefen Frieden, die Stille und Grenzenlosigkeit. Die Erfahrungen der letzten 20 Jahre zeigen, dass Aufwachen nicht nur eine Vision ist, sondern immer häufiger geschieht. Es geschieht so häufig, dass wir es immer genauer erforschen. Um aufzuwachen, ist ein tiefes Loslassen nötig. Dazu reicht nicht ein einfacher Willensakt: dazu ist die Arbeit an den inneren Blockaden und dem inneren Schatten nötig. Dafür stellt die westliche Psychotherapie großartige Werkzeuge zur Verfügung. Dieses persönliche Wachstum mit dem Aufwachen zu verbinden kann zum größten Abenteuer deines Lebens werden. In dieser dreijährigen Fortbildung werden diese therapeutischen Werkzeuge erlernt, die Kompetenz andere Menschen zu begleiten, und diese Werkzeuge für das eigene Wachstum zu nutzen. So unterstützt diese Fortbildung den Weg zum Aufwachen. Aufwachen zu können, erfordert zweierlei: den spirituellen Weg der Hingabe und des spirituellen Wachstums einerseits, die Lösung der persönlichen Probleme und Blockaden andererseits. Das letztere wird durch diese Fortbildung ermöglicht und unterstützt. So kann die großartige westliche Psychologie mit der Spiritualität verbunden werden: Lebendigkeit, Authentizität und der innere Einklang mit dem Aufwachen.

### b. Die Fortbildung basiert auf einem Modell ganzheitlichen Wachstums

Ganzheitliches Wachstum bezieht die geistige/mentale, die seelische/emotionale und die körperliche/physische Ebene mit ein. Es bezieht – im Sinne Abraham Maslows – die verschiedenen und auch die spirituellen Bedürfnisse des Menschen ein.

## Vier Ebenen ganzheitlichen Wachstums

Wie auch in der humanistischen Psychotherapie (Fritz Perls, Carl R. Rogers, Leland Johnson, Abraham Maslow) und Teilen der Psychoanalyse (Karen Horney, Erich Fromm, C. G. Jung) liegt dem ein Menschenbild zugrunde, nach dem der Mensch essenziell spirituelle Bedürfnisse und ein spirituelles Potenzial besitzt.

1. Symptomebene: Konflikte, Probleme, Ängste
2. Ich-Stärkung/Stärkung der psychischen Funktionen
3. Selbstaktualisierung, Selbstverwirklichung und Entfaltung des menschlichen Potentials
4. Transzendenz, Selbstrealisation, Aufwachen

So kann unterschieden werden zwischen persönlichem Wachstum (Ebene 1-3) und spirituellem Wachstum (Ebene 4), auch wenn beides eng verflochten ist, zum einen weil das persönliche Wachstum eine wichtige Voraussetzung für das spirituelle Wachstum ist, und zum zweiten weil das persönliche Wachstum in die spirituelle Dimension hineinreicht.

## Sieben Dimensionen menschlichen Wachstums

Menschliches Wachstum – Persönlichkeits- sowie spirituelles Wachstum – wird durch die Lösung von Verstrickungen und Blockaden und durch Bewusstwerdung in sieben Dimensionen ermöglicht und gefördert:

1. Bewusstwerdung der Bedürfnisse und Ziele des Lebens, der bewussten und zunächst unbewussten Ziele. Was will ich wirklich? Was ist wirklich wichtig? Welche Ziele möchte ich loslassen? Was hat Priorität?
2. Alles fühlen können, Entwicklung der Angst- und Schmerztoleranz; entdecken, welche Gefühle bisher vermieden wurden; in der Lage sein, alles zu fühlen, ohne sich ablenken, weglaufen, verdrängen oder verschieben zu müssen. Dies ist die Voraussetzung von Ich-Stärkung, Souveränität, innerer Freiheit und Lebendigkeit.
3. Gleichzeitig die Fähigkeit entwickeln, eine innere Distanz zu dem Drama und dem inneren und äußeren Leben zu bekommen, Selbst-Empathie, Selbst-Akzeptanz, Selbst-Vertrauen
4. Verständnis entwickeln für die inneren Muster, tieferen Ursachen und die Intentionen des Verhaltens und Erlebens
5. Die Blockaden des Körpers und des Atems lösen und so einen freien Energiefluss entwickeln und die Fähigkeit, Gefühle wirklich zu fühlen und dadurch zu lösen
6. Die Verstrickungen mit der Vergangenheit lösen, Aussöhnen mit dem schon Geschehenen als Voraussetzung, in der Gegenwart inneren Frieden und Lebendigkeit zu finden
7. Auseinandersetzung, Begegnung und Lösung der existenziellen Ängste, Angst vor der inneren Bodenlosigkeit, der inneren Leere, dem existenziellen Alleinsein und der Angst vor dem Tod



Diese 7 Dimensionen menschlichen Wachstums zielen auf Lebendigkeit, innere Freiheit, Ich-Stärkung und Authentizität. So werden diese sieben Dimensionen auch „7 Schritte zum Aufwachen“ genannt (Christian Meyer 2004, 2014). Dies reflektiert die einfache Tatsache, dass das Lösen persönlicher Konflikte und Probleme und somit das persönliche Wachstum eine Voraussetzung für das spirituelle Wachstum darstellt.

Spirituelle Wege, die die persönliche Entwicklung ignorieren, beinhalten die Gefahr, dass der Mensch künstlicher und von seinem Inneren Fühlen und Erleben entfremdeter wird. Sie erhöhen die Gefahr persönlicher und spiritueller Krisen. So sind diese 7 Schritte auch – allgemeiner und grundlegender gefasst – die „7 Dimensionen des Loslassens“ (Christian Meyer, Ein Kurs in wahren Loslassen, ARKANA, 2016, 2017, 1. und 2. Auflage). Es sind die grundlegenden Dimensionen persönlichen Wachstums, sie bewirken Veränderungen auf den oben dargestellten Ebenen 1 und 2.

Viele Psychotherapeuten haben psychotherapeutische Werkzeuge entwickelt, die nicht nur auf Ebene 1 und 2 wirken, sondern auch Voraussetzungen für die Ebene 3 und 4 schaffen und in diese Ebenen hinein wirken. Darunter sind auffallend viele, die neue Therapieschulen gegründet haben, wie Carl R. Rogers, Fritz Perls, Leland Johnson, C. G. Jung oder Peter Levine oder zumindest eine neue Richtung innerhalb einer Schule wie die Psychoanalytikerin Karen Horney und Erich Fromm. Karen Horney war vielleicht die erste, die die wertvollen Methoden der Psychotherapie nicht nur für die Lösung persönlicher Probleme, sondern auch für das grundlegende menschliche Wachstum nutzen wollte.

Es sind allesamt psychotherapeutische Methoden, die im weiteren Sinne zur Familie der tiefenpsychologischen und psychodynamischen Therapie zählen, wenn man die Verwurzelung der Gestalt-Therapie und auch der reichianischen Körperpsychotherapie in der Psychoanalyse in Betrachtung zieht.



### c. Die Ziele der Fortbildung

1. Die 3-jährige Fortbildung vermittelt diese psychotherapeutischen Werkzeuge. Sie ermöglichen persönliches Wachstum, das Voraussetzungen für spirituelles Wachstum schafft. Sie stammen aus der tiefenpsychologischen, personenzentrierten, der Gestalt-, der Körper- und der Trance-Therapie (NLP). Die Tiefenpsychologie Karen Horney's und die Konzeption der Grundüberzeugungen nach Hermann Beland sind der Rahmen, in dem die Werkzeuge der verschiedenen Methoden integriert werden und nicht nur einfach nebeneinanderstehen.
2. Alle Methoden werden innerhalb der Fortbildung praktisch erarbeitet und erlernt, in Begleiter-Klient-Partnerarbeit oder Dreiergruppe. Dadurch ist das Erlernen gleichzeitig Selbsterfahrung und führt zu persönlichem Wachstum und Entwicklung.
3. Da immer mehr Menschen sich mit spirituellen Themen, wie zum Beispiel den Fragen nach dem Sinn des Lebens, dem Warum, Woher und Wohin beschäftigen und diese genauso wie daraus erwachsende persönliche Probleme in Therapien einbringen, beinhaltet die Fortbildung auch einen Teil, der „Methoden spiritueller Begleitung“ genannt wird. Er umfasst die Kenntnis von Grundlagen und Unterschieden der verschiedenen spirituellen Wege, um Menschen aus unterschiedlichen Kontexten verstehen und einfühlsam begleiten zu können; Umgang mit spirituellen Krisen, spontanen spirituellen Erfahrungen und Nahtod-Erfahrungen, die wegen der Fortschritte der Medizin und Notfall-Medizin immer häufiger auftreten.
4. So können Therapeutinnen und Therapeuten Klienten kompetenter begleiten; sie erlernen zusätzliche und neue therapeutische Werkzeuge aus anderen Richtungen, die sie in ihrer Arbeit integrieren können, und ihre spirituelle Perspektive erweitert sich. Menschen aus anderen sozialen oder pädagogischen Berufen erhöhen ihre berufliche Kompetenz, ihr beruflicher Alltag wird befriedigender.
5. Die Methoden können zur Selbsterfahrung, zum persönlichen und spirituellen Wachstum in der Dyade als Partnerarbeit, als „Co-Counseling“ angewendet werden. Der Wechsel von der Klienten- zur Begleiter-Position ist besonders wertvoll; in dem man lernt, den anderen zu begleiten, lernt man auch sich selber zu begleiten. Dadurch entwickeln sich Selbst-Akzeptanz, Selbst-Empathie und Selbstvertrauen.
6. Das Erlernen der Methoden ermöglicht das Leiten von Bewusstseins-Gruppen und des ganzheitlichen Gesundheits-Trainings zur Prävention

## Die Fortbildung integriert Methoden aus folgenden Richtungen:

1. Der psychoanalytische Ansatz von Karen Horney. Karen Horney:  
*Neurose und menschliches Wachstum*. Fischer, Frankfurt/Main 1985
2. Der psychoanalytische Ansatz nach Wilfred Bion und Hermann Beland  
„Grundüberzeugungen als Skelett des Psychischen“. Hermann Beland:  
*Die Angst vor Denken und Tun*. Psychosozial Verlag, Gießen 2008.  
Ders.: *Unaushaltbarkeit*. Psychoanalytische Aufsätze II. Psychosozial Verlag 2010.
3. Personenzentrierte Psychotherapie nach Carl C. Rogers.  
Die drei Variablen:  
1. Kongruenz/Authentizität, 2. Wertschätzung/bedingungslose Akzeptanz,  
3. Empathie/einfühlsames Verstehen sind notwendige Bedingungen für  
Wachstum und Begleitung
4. Trance-Arbeit – NLP. Strategien für Problemlösung, Stärkung von  
Selbstvertrauen, Entwicklung innerer Bewusstheit
5. Die tiefenpsychologische existentiell orientierte Psychotherapie nach Irving  
Yalom. Irvin D. Yalom: *Existenzielle Psychotherapie*. Edition Humanistische  
Psychologie, Köln 1989.
6. Gestalt-Therapie und Gestalt-Körpertherapie nach Dr. phil. Leland Johnson.  
Polaritätsarbeit (Lösung von Konflikten), Grounding, Strömen, Atmen.  
Zur Gestalt-Therapie: Claudio Naranjo: *Gestalt. Präsenz – Gewahrsein –  
Verantwortung*. Arbor-Verlag, Freiamt 1993.
7. Systemische Therapie. Struktur- und Familien-Aufstellungen. Lösung von  
Verstrickungen und Abhängigkeiten.



## C Struktur der dreijährigen Fortbildung

Die Fortbildung besteht aus zwei eigenständigen Teilen, je 1,5 Jahre:

### Fortbildung I

Methoden tiefenpsychologischer  
und existentieller Psychotherapie  
3 Seminare, jeweils 5 Tage  
Dipl.-Psych. Christian Meyer  
u. begleitende Kleingruppenarbeit

Die Fortbildung kann nur als  
Ganzes besucht werden, der  
Besuch einzelner Seminare ist  
nicht möglich.

### Fortbildung II

Methoden tiefenpsychologischer  
und existentieller Psychotherapie  
und spiritueller Begleitung  
3 Seminare, jeweils 5 Tage  
Dipl.-Psych. Christian Meyer  
u. begleitende Kleingruppenarbeit

Teilnahmebescheinigung  
für den erfolgreichen Abschluss  
der Fortbildung I. Der erfolgreiche  
Besuch des ersten Teils ist  
Voraussetzung für die Teilnahme  
am 2. Teil.

Teilnahmebescheinigung  
für den erfolgreichen Abschluss  
der dreijährigen Fortbildung.  
Sie umfasst die Fortbildung I u. II.

### Zusatzseminare:

Christian Meyer  
Enneagramm I (5-tägig) und  
Enneagramm II (4-tägig)  
Weitere Seminare:  
Familienstellen (WE-Seminar)  
3 Supervisions-WE-Seminare in D  
altern. 3 Übungs-WE in Österreich  
2 WE-Seminare Körperarbeit (I/II)  
fakultativ ein WE Trauma-Arbeit

In diesen Seminaren können  
die gelernten Methoden, die  
tiefenpsychologisch fundierte  
Therapie, Gestalttherapie/Körper  
therapie/  
Hypnotherapie, NLP und andere  
in der konkreten Anwendung  
und der praktischen therapeu-  
tischen Arbeit erlernt und selbst  
erfahren werden. Wie in jeder  
therapeutischen Fortbildung  
ist die therapeutische Arbeit  
an den eigenen psychischen  
Themen mit den therapeutischen  
Methoden ein notwendiger  
Bestandteil der Fortbildung.  
Dies ist die Eigentherapie als  
Gruppentherapie. Dies ist  
unabdingbar, um die Methoden  
später selbst wirksam und  
kompetent anwenden zu können.

### Ergänzende Pflicht-Seminare:

Zusätzlich ist an wenigstens  
zwei Sommer-Retreats  
von Christian Meyer teilzunehmen,  
ersatzweise an anderen Seminaren  
von Christian Meyer  
mit insges. 28 Seminartagen.  
Der Besuch weiterer Seminare  
über die 28 Tage wird empfohlen.

### Lehrtherapie als Einzelarbeit

Pro Fortbildungsjahr 5 Stunden  
bei qualifizierten Mentoren

## Abschluss

### Anwendung der Arbeit mit Klienten

Protokollierung von 20 Begleitungen  
(Vorlage siehe Homepage)  
3 Protokolle davon schriftlich diskutieren

### Abschlussarbeit (ca. 10 Seiten), Themen:

- der eigene Prozess oder
- Prozess der Begleitung eines Klienten oder
- Bezug BITEP-Methoden zur eigenen Arbeit, Integration in eigene Arbeit

Zertifikat: BITEP-Absolvent nach erfolgreichem Abschluss aller Teile

**Die Abschlussarbeit ist einzureichen unter:**  
methodenfortbildung@karen-horney-Institut.de

## Aufbaustudium:

### Fortbildung für Fortgeschrittene / Aufbauende Praxisausbildung

Weiterführend nach dem Dreijahrestraining bietet das Karen-Horney-Institut eine vertiefende aufbauende Praxisausbildung mit dem Ziel des Abschlusses als zertifizierter BITEP-Theapeut/zertifizierte BITEP-Therapeutin und der Listung auf unserer Homepage an: [www.karen-horney-institut.de](http://www.karen-horney-institut.de).

Diese Fortbildung dauert drei Jahre und wird von Christian Meyer geleitet. Der wichtigste Baustein ist die Teilnahme an einem Dreijahres-Training als Assistentin oder Assistent. Mit dieser Assistentengruppe führt Christian zu Beginn und auch während des Seminars eigene Seminar- und Supervisions-Einheiten durch. Beendet wird die Praxisausbildung durch ein 4-tägiges Abschluss-Seminar, ebenfalls mit Christian Meyer.

Assistent/Assistentin haben die Aufgabe, Kleingruppen oder Triaden bei der Durchführung der Methoden zu unterstützen zu begleiten, zu einem anderen Teil führen sie die Methoden auch selbst durch zur Vertiefung.

Die Struktur dieser Zusatzqualifikation und die Kosten können im Detail der Homepage entnommen werden ([www.karen-horney-institut.de](http://www.karen-horney-institut.de)).

Repetitio est mater studiorum. (Wiederholen ist die Mutter des Studierens.)  
*Lateinisches Sprichwort*

# I. Intensiv-Seminar

## 1. Die vier Ebenen menschlichen Wachstums

- Symptomebene: Konflikte, Probleme, Ängste
- Ich-Stärkung / Stärkung der psychischen Funktionen:  
Selbstakzeptanz, Kompetenz von Wahrnehmung und Bedürfnis,  
Fähigkeit Nähe, Intimität und Distanz herzustellen und auszuhalten  
Angst- und Schmerztoleranz, Ambivalenz- und Frustrationstoleranz
- Selbstaktualisierung, Selbstverwirklichung und Wachstum
- Transzendenz, Selbstrealisation

## 2. Personzentrierte Begleitung, Therapeutische Haltung (Carl Rogers)

die drei Variablen: Authentizität / Kongruenz, bedingungslose Wertschätzung und Empathie als grundlegende Bedingungen von Wachstum

aktives Zuhören, Co-Counseling als gegenseitige Unterstützung: Partnerarbeit zu zweit, abwechselnd Begleiter und „Klient“.

eine offene, absichtslose, Erwartungs- freie Haltung; nach Winfred Bion: Verzicht auf Wünschen, Erinnern und (konzeptuelles) Wissen

## 3. Imaginatives Bilderleben

auf der Basis Personenzentrierter Begleitung wird der Prozess mit inneren Bildern, die aus dem Unbewussten auftauchen, erforscht. Ähnlichkeit und Unterschiede zur aktiven Imagination nach C. G. Jung und zum Katathymen Bilderleben

## 4. Kommunikation:

wesentliche Kommunikation, Ich-Botschaft, Offenheit, Authentizität u. Stimmigkeit

## 5. Wahrnehmung: Awareness-Kontinuum, Achtsamkeit, MitarbeiterBewusstheitsübung

die verschiedenen Ebenen innerer Wahrnehmung: 1. Gedanken/Bilder, 2. Körperempfindungen/spüren, 3. verschiedene Ebenen von Gefühlen, 4. tiefere Erfahrungen

## 6. Einführung in die Polaritätsarbeit nach der Gestalttherapie (Fritz Perls, Leland Johnson)

zur Lösung von Konflikten und Integration von Persönlichkeitsanteilen. Ursprünglich zwei konträren Positionen bei Fritz Perls (z.B. Topdog/Underdog) wurden von Leland Johnson ausgeweitet zu fünf Positionen; das „hindurch finden“ durch die innere „Sackgasse“ („Impass“ bei Fritz Perls)

## 7. Gestalttherapie mit kreativen Medien

es entstehen Bilder in spontanem Malen mit zwei Farben, in denen eine Grundpolarität entdeckt wird, mit deren Hilfe zuvor unbewusste Themen, Polaritäten und Konflikte bewusst und bearbeitet werden können

## II. Intensiv-Seminar

### 1. Grundlagen der Körperpsychotherapie:

klassische Massage/Anatomie und Physiologie

### 2. Körperpsychotherapie: Grounding

die muskulären Blockierungen lösen, den Atem lösen: Schmelz-Atem, die Druckpunkte nach dem Jin Shin Jyutsu System die im Körper festgehaltenen Gefühle entdecken

### 3. Bewusste und unbewusste Grundüberzeugungen

die Grundüberzeugungen sind nach Hermann Beland das Skelett des Psychischen. Zusammenhang der Grundüberzeugungen mit Körperhaltungen, Verspannungen, Blockierungen und nun ihre Lösung mit körpertherapeutischen Methoden.

Emotionale Arbeit: Zusammenhang von Gefühl, Impuls und Verhalten;

Lösung von chronischen inadäquaten Gefühlen, insbesondere Wut, Schmerz und Selbstverachtung

### 4. Körperpsychotherapie: Atem-Arbeit nach Leland Johnson:

Atem-Arbeit: verbundener Atem und Atembefreiung, Ähnlichkeiten und Unterschiede zum Rebirthing und holotropen Atmen, Integration in den Prozess

### 5. Die Bewegungs- und die Ton-Übung

Einführung in die Körperarbeit. Charakter-Panzer und Muskelpanzer, die Weiterentwicklung der Körper-Psychotherapie nach Reich



### III. Intensiv-Seminar

#### 1. Tiefenpsychologie nach KAREN HORNEY:

das falsche und das wahre Selbst, das Ideal-Ich und die Tyrannei der „Sollte“ – das Kind entwickelt grundlegende Strategien, um der Angst, Hilflosigkeit und dem Alleinsein zu begegnen und entwickelt ein Ideal-Ich, wie es „sein sollte“ (stärker sein als andere, keinen Fehler machen, hilfsbereit und liebenswürdig etc.) und ist entfremdet von seinem wahren Selbst, von dem was er selbst wirklich möchte und fühlt. Die Entfremdung vom wahren, authentischen Selbst als eine der wichtigsten Quellen menschlichen Leids. Die Arbeit mit den Gefühlen, die mit dem Ich-Ideal verknüpft sind: Selbstverachtung, Verzweiflung und Zerrissen-sein zwischen Größenwahn und Minderwertigkeit

#### 2. Konflikt und Polarität: FRITZ PERLS und LELAND JOHNSON

die tiefenpsychologische und gestalttherapeutische Arbeit mit Konflikt und Polarität. Die Interventionen mit den 4 Positionen des intrapsychischen Konfliktes, die verschiedenen Ebenen und Stufen des Gestalt-Prozesses, grundlegendes Modell inneren Wachstums

#### 3. Einführung in systemische Arbeit, Struktur- und Familienaufstellung

Strukturaufstellung (Aufstellung innerer Persönlichkeitsanteile) mit den drei Anteilen: das reale Selbst, das falsche Selbst und das wahre Selbst (Karen Horney)

#### 4. Familienaufstellung in der Einzelarbeit

mithilfe von unterschiedlichen Papierformen, aber auch mit Kissen, Decken oder Stühlen kann die Familie in der Einzelarbeit aufgestellt werden; wie stehen die einzelnen Familienmitglieder zueinander? Welchen Schritt kann der Klient als nächstes gehen?

#### 5. Klare Kommunikation

durch die Unterscheidung von vier Ebenen in der Kommunikation:

1) Sachebene, 2) Beziehungsebene, 3) Selbstoffenbarung und 4) Appell (Friedemann Schulz von Thun) als Erweiterung des Modells von Watzlawick findet man zu klarer und bewusster Kommunikation, entdeckt die Fallen im Miteinander reden

#### 6. Depression

unter allen Störungen und menschlichen Problemen spielt die Depression eine besondere Rolle, in unterschiedlicher Weise begegnet ihr jeder. Unterscheidung verschiedener Arten und Formen von Depression: Verlust, Selbstwert, Ideal-Ich (Selbst-Ansprüche, „Sollte“, Maßstäbe, Über-Ich), existentielle Depression und spirituelle Faktoren

#### 7. Trauma

Auflösung der Blockierungen, Wiederaneignung der Energie des Widerstands, Entdeckung dessen, was geschützt wird und wurde. Der Weg zu Selbstbejahung, ganz Ja-Sagen können zu sich selbst. Die Umwandlung der destruktiven Energie

## IV. Intensiv-Seminar

### 1. Körperpsychotherapie und Gestalt-Körperarbeit

Grounding II, Schmelz-Atem, das innere lösen von Körper-Blockaden, unterschiedliche Unterstützung beim therapeutischen Begleiten, Kontakt und Beziehung in der Körper-Arbeit, den körperlichen Blockaden liegen Polaritäten, Konflikte und wichtige Gefühle zugrunde

### 2. Energie-Arbeit, nach Wilhelm Reich und Leland Johnson: Strömen

das „Strömen“ neben dem Grounding und der Atem-Arbeit der dritte Bestandteil der Körper-Psychotherapie nach Leland Johnson, Lösung von körperlichen Energieblockaden, Arbeit mit zentralen unbewussten o. bewussten Grundüberzeugungen

### 3. Körperpsychotherapie: Atem-Arbeit (Vertiefung)

nach Dr. Phil Leland Johnson: Atem-Arbeit: verbundene Atem und Atembefreiung, Ähnlichkeiten und Unterschiede zum Rebirthing und holotropen Atmen, Integration in den Prozess

### 4. Verschiedene Trance-Induktionen

### 5. Outcome Frame – NLP

„Was möchtest du erreichen?“ „Was hindert dich daran?“ „Was musst du dafür aufgeben?“ Und einige andere Fragen als ein grundlegendes Gerüst des Begleitens in Therapie, Coaching, Pädagogik und anderem

### 6. Ziel-Erreichung in der Zukunft (NLP)

### 7. Metamodell der Sprache (NLP)

das Metamodell der Sprache ist ein großartiges Werkzeug zum schnellen Entdecken von Generalisierungen, Tilgungen und Verzerrungen der Sprache und der Gedanken, durch die die Realität verzerrt dargestellt wird und die Wahrnehmungs- und Handlungs- Möglichkeiten gravierend eingeengt werden. Sowohl wertvoll für eine sehr wirksame Begleitung als auch für die innere Klarheit der Gedanken und des Verstandes

## V. Intensiv-Seminar

### 1. Polaritätsarbeit mit verschiedenen Persönlichkeitsanteilen

Arbeit mit dem „inneren Kind“. Innere unterstützende Interaktion zwischen dem fürsorglichen, väterlichen und mütterlichen Erwachsenen und dem verletzten inneren Kind. Allgemeine Stabilisierung (Ich-Stärkung) und spezielle Stabilisierung in der Arbeit mit Traumata.

### 2. CHANGE HISTORY (NLP)

Mithilfe indirekter Trance Zurückgehen und lösen wichtiger früher ungelöster biografischer Situationen, um verschiedene gegenwärtige Probleme aufzulösen. Bewältigung vergangener Erfahrungen und Auflösung der Verstrickung in der Vergangenheit.

### 3. Hypnotischer Traum (NLP)

Klärung und Lösung innerer Themen mithilfe der Trance.

### 4. Gestalt-Körperarbeit nach Leland Johnson und existentielle Psychotherapie nach IRVIN YALOM

Arbeit mit existenziellen Ängsten, der Angst vor Bodenlosigkeit, der inneren Leere, Alleinsein und der Angst vor dem Tod

### 5. Psychotherapie und Spiritualität – Vortrag und Diskussion

- Unterschiedliche Ebenen des Wachstums: Symptome (1), Ich-Stärkung (2), Selbstverwirklichung (3), Transzendenz und Selbst-Realisation (4)
- Unterschiedliche Wege des Wachstums in Psychotherapie und Spiritualität
- Entwicklung psychotherapeutischer Wege in die Transzendenz hinein (Carl R. Rogers, Karen Horney, Erich Fromm, C. G. Jung, Fritz Perls, Peter Levine)

### 6. Arbeit in Kleingruppen

„Welche Methode (welche Methoden) ist/sind bei dem vorliegenden Problem angemessen und Erfolg versprechend?“ Klärung des jeweiligen Beginns der ausgewählten Methode.



## 7. Spirituelle Wege und Methoden

Ihre verschiedenen Wirkungen und Gefahren unterscheiden lernen.

Vortrag und Diskussion, Erörterung eigener Erfahrungen der Teilnehmer

1. Zusammenhang psychotherapeutischer und spirituelle Ziele und Methoden,
2. Der respektvolle Umgang mit Klienten mit verschiedenem religiösen/spirituellen Hintergrund und aus verschiedenen Kontexten,
3. Die unterschiedlichen Wirkungen der verschiedenen Methoden auf das innere Fühlen, Erleben und Verhalten,
  - Die verschiedenen Formen des Yoga im Hinduismus: Bhakti-Yoga, Hatha-Yoga, Karma-Yoga und Jnana-Yoga
  - Meditation als Konzentration auf bestimmte Sinneswahrnehmungen: Atem, Körperempfindungen, Mantras, nicht gegenständlicher Bilder (Yantras) in tibetischem Buddhismus, im Zen-Buddhismus, in bestimmten Formen christlicher Mystik und Kontemplation
  - Meditation als Visualisierung vor allem im tibetischen Buddhismus
  - Meditation auf bestimmte kürzere oder längere Texte, Koans im Zen-buddhismus, die Kontemplation von Stellen aus heiligen Schriften im Hinduismus, jüdischer Mystik und Christentum
  - Meditation als bestimmte Bewegungen, Gehmeditation im Zenbuddhismus, Tanz und Bewegung im Sufitum und in jüdischer Mystik
  - Meditation als Wahrnehmung und Beobachtung ohne Beeinflussung der Wahrnehmungsrichtung, formlose Meditation in tibetischen Buddhismus (Vipassana), Zen-Buddhismus
  - Die sieben Stufen des Gebetes in der christlichen Mystik
  - Das Nicht-Tun, das Geschehenlassen in Advaita (Ramana Maharshi) und in bestimmter christlicher Mystik (Meister Eckhart, Johannes Tauler, die „Wolke des Nichtwissens“)





## VI. Intensiv-Seminar

### 1. Körperpsychotherapie: Atem-Arbeit (Vertiefung)

nach Dr. Phil Leland Johnson: Atem-Arbeit: verbundene Atem und Atembefreiung, Integration in den Prozess

### 2. Energie-Arbeit, nach Wilhelm Reich und Leland Johnson: Strömen II

Vertiefung der Energiearbeit, Zusammenhang von energetischer und emotionaler Arbeit, Zusammenhang mit den anderen Teilen der Körperarbeit, Veränderung von bewussten und unbewussten Grundüberzeugungen als langfristige, dauerhafte und stabile Veränderung

### 3. Therapeutische Arbeit mit spirituellen Themen und Konflikten:

Ursachen von spirituellen Krisen, Zusammenhang spiritueller Krisen mit spezifischen Meditationspraktiken, Abgrenzung zu psychotischen Krisen und Phasen.

Die wichtigsten Themen:

- Integration spontaner spiritueller Erfahrungen
- Spirituelle Krise als spezielle Form von Depression
- Spirituelle Krise als psychosenahe Krise
- Nahtod-Erfahrung, Integration und Lösung möglicher Blockierungen
- Respektvoller Umgang und einfühlsames Verstehen von spirituellem und / oder religiösem Kontext und Hintergrund des Klienten

### 4. Biografische Arbeit

mithilfe der Trance-Arbeit mit verschiedenen Selbst-Anteilen über die gesamte Lebensspanne; Selbst-Anteile sind nicht nur das innere Kind, sondern auch der innere Jugendliche, innere Kinder in verschiedenen Lebensalter, wie auch das Selbst in hohem Alter, das auf das Ende des Lebens schaut und auf das Leben, das hinter ihm liegt

### 5. Arbeit in Kleingruppen

„Welche Methode ist (welche Methoden sind) bei dem vorliegenden Problem angemessen und Erfolg versprechend?“ Klärung des jeweiligen Beginns der ausgewählten Methode in Vierer-Gruppen, jeder ist einmal Klient, die anderen erörtern die verschiedenen möglichen Methoden gemeinsam

## Kosten der dreijährigen Fortbildung

Die dreijährige Fortbildung umfasst, wie oben dargestellt, die Fortbildung I und die Fortbildung II einschließlich einiger Zusatzseminare.

- Die Kosten für die 6 Intensivseminare sind je nach Einkommenssituation in 5 verschiedene Beträge gestaffelt und können der Homepage [www.karen-horney-institut.de](http://www.karen-horney-institut.de) entnommen werden. Ebenfalls können hier Ermäßigungsanfragen für Geringverdiener gestellt werden.
- Bei Anmeldung zur dreijährigen Fortbildung ist eine einmalige Bearbeitungsgebühr von 120 € zu entrichten.
- Es fallen weitere Kosten in den drei Jahren der Fortbildung für die zusätzlichen Seminare und Lehrtherapiestunden an.
- Die Kosten für die Lehrtherapiestunden sind einkommensabhängig. Nähere Angaben dazu auf unserer Homepage.

Die Bearbeitungs- und die Seminargebühren für die 6 Intensivseminare oder die Raten sind unter Angabe des Verwendungszweckes: „Methoden-Fortbildung“ und der Bezeichnung des Seminars (mit Datum) zu überweisen oder aber bei den einzelnen Seminaren zu bezahlen.

Konto: Karen-Horney-Institut e.V. – DE49 1004 0000 0222 7379 00 – COBADEFFXXX

## Termine

Die Termine und Veranstaltungsorte für alle Intensiv-Seminare sowie für die Zusatzseminare können eingesehen werden unter [www.karen-horney-institut.de](http://www.karen-horney-institut.de) und [www.christianmeyer-seminare.de](http://www.christianmeyer-seminare.de).

## Der Seminar-Leiter: Dipl.-Psych. Christian Meyer

Diplom-Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut und spiritueller Lehrer: Geb. 1952, Studium der Psychologie (Diplom 1982), der Soziologie und der Wirtschaftswissenschaften (Diplom-Volkswirt; Diplom 1980) an den Universitäten Münster und Hamburg

Ausbildung in verschiedenen psychotherapeutischen Verfahren, insbesondere Tiefenpsychologische Psychotherapie, Gestalt-Therapie, Körper-Psychotherapie, Trance, NLP und Erickson'sche Hypnose, systemischer Familientherapie und Familienaufstellung.

Mehrjährige Tätigkeit als wissenschaftlicher Mitarbeiter und als Lehrbeauftragter an der Universität Hamburg (Institut für Soziologie und Fachbereich Psychologie), der Technischen Universität Berlin (Lehrgebiet Klinische Psychologie) und der Universität der Künste Berlin (Zweig Kunsttherapie).

Approbation und KV-Zulassung als Psychologischer Psychotherapeut (KV Berlin) selbständige psychotherapeutische Praxis in Berlin.

Seit 30 Jahren Erfahrung in Therapie, Supervision und Fortbildung, Vorträge auf nationalen und internationalen Kongressen und Fachtagungen, Autor mehrerer Fachbücher.

## Literaturliste

Horney, Karen: Neurose und menschliches Wachstum. Das Ringen um Selbstverwirklichung. (orig. New York 1950) Fischer Verlag, Frankfurt am Main 1985.

Meyer, Christian: Aufwachen im 21. Jahrhundert. Verlag J. Kamphausen 2014

Meyer, Christian: Ein Kurs in wahrem Loslassen. Durch das Tor des Fühlens zu innerer Freiheit. Arkana-Verlag, München 2016, inzwischen 3. Aufl.

Perls, Fritz: Was ist Gestalttherapie. Peter Hammer Verlag. 2007

Yalom, Irvin D: Existentielle Psychotherapie. Edition Humanistische Psychologie. 5., korrigierte Auflage. 2010

Seminarunterlagen





**Karen-Horney-Institut e.V.**  
Berliner Institut für tiefenpsychologische und  
existentielle Psychotherapie (BITEP)  
[www.karen-horney-institut.de](http://www.karen-horney-institut.de)  
[info@karen-horney-institut.de](mailto:info@karen-horney-institut.de)  
Grunewaldstraße 18 | 10823 Berlin-Schöneberg  
Tel. +49 (0)30 / 47 98 16 33