

Lebenskunst - Älter werden als Herausforderung und Chance

21. September 2019

Kursleitung

Carola Butscheid

Ass. jur., HP Psychotherapie ECP, DGK,
Lizenz in Formative Psychology®

Irène Kummer

PD em. Dr. phil.
Eidg. anerkannte Psychotherapeutin
Psychotherapeutin SBAP/ASP
Beraterin im psychosozialen Bereich SGfB



Zentrum für Form und Wandlung

Frohburgstrasse 80, 8006 Zürich, www.oip-zfw.com
Telefon 044 261 98 02, E-Mail oip@sunrise.ch

Aus- und Weiterbildung, Workshops, Seminare,
Beratung, Psychotherapie

Zentrumsleitung:
PD emerit. Dr. phil. Irène Kummer
Eidg. anerkannte Psychotherapeutin
Psychotherapeutin SBAP/ASP
Beraterin im psychosozialen Bereich SGfB

Genetisch sind wir auf ein hohes Alter nicht vorbereitet. Daher erfahren wir die Veränderungen, die mit dem Alterungsprozess einhergehen, als ein Weniger werden. Reife oder Alter bedeuten jedoch nicht notwendigerweise eine Verminderung der Erregung vielmehr bringen sie eine Veränderung der Erregungsmuster mit sich. Der Schlüssel für ein vitales und befriedigendes Leben liegt im Beeinflussen unserer Erregungsmuster, darin dass wir sie erkennen und differenzieren.

Dieser Workshop ist für Menschen bestimmt, die sich nicht mit dem zufrieden geben, was die Gesellschaft ihnen für die Lebensphase des Alters anbietet, nämlich Formen und Verhaltensweisen aufrecht zu erhalten und zu reproduzieren, die der Vergangenheit angehören. Es ist für diejenigen, die daran interessiert sind, neue persönliche Erfahrungen zu kreieren. Es geht darum zu erkennen, dass die Formung eines befriedigenden Lebens im Alter ebenso viel Einsatz und Anstrengung erfordert, wie die Bildung der erwachsenen Gestalt aus der kindlichen Form. Ein befriedigendes Leben geschieht

nicht irgendwie, es braucht eine Vision, die sich aus der Erfahrung der eigenen Verkörperung ergibt, es braucht ein Programm, und es braucht eine Verpflichtung.

Älterwerden und Älter Sein kann ein Abenteuer oder ein Kampf sein. Wir haben die Wahl. Formativ als reife oder ältere Erwachsener zu leben heißt, PionierInnen auf neuem Gebiet zu sein, die es den uns Nachfolgenden leichter machen wird, ihr eigenes Reifen in die Hand zu nehmen. Sie können dann wieder als Vorbild für andere wirken. Dies ist die formative Aufgabe in der Evolution der älteren Erwachsenen. Entweder formen wir willentlich unser Leben so gut wir es können, oder wir werden durch Kräfte außerhalb unseres persönlichen Einsatzes geformt.

Mittels der somatischen formativen Methode werden wir lernen, wie wir Komplexität und Erfahrungsschichten entwickeln können und dadurch unsere subjektive Erfahrung vertiefen. Wir werden erforschen, wie wir persönliche Wünsche und Werte erzeugen und wie wir diese Erfahrungen in die äußere Welt bringen können.

Leitung und TeilnehmerInnen

Carola Butscheid

Ass. jur., HP Psychotherapie ECP, DGK, Lizenz in Formativer Psychology®

Co-Gründerin und Leiterin des Instituts für Formative Psychologie in Solingen, Deutschland.

Ausbildnerin, Mitglied des Zentrumsrates, sowie des internen wissenschaftlichen Beirats des Zentrums für Form und Wandlung, Zürich.

Irène Kummer

Dr. phil. PD em. eidg. anerkannte Psychotherapeutin, Psychotherapeutin SBAP/ASP, Beraterin im Psychosozialen Bereich SGfB, Dozentin zhaw.

Eigene Praxis seit 1978 für körperorientierte Individualpsychologie. Arbeit mit Einzelnen und Gruppen. Workshops, Kurse, Supervision, Lehr- und Vortragsveranstaltungen.

Publikationen:

- „Beratung und Therapie bei Jugendlichen“
- „Wendzeiten im Leben der Frau“
- „Ich bin die Frau, die ich bin.“
- „Das Babuschka Prinzip“
- „Im Mittelpunkt meines Lebens“

Neu erschienen:

- „Wandlungen. Aufbruch in die Jahre 50plus.“

Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Wir arbeiten in einer fortlaufenden Gruppe. Der Workshop richtet sich an alle Menschen, die ihren Prozess des Älterwerdens selbstbestimmend gestalten möchten und Interesse an der formativen Arbeit nach Stanley Keleman haben.

Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Wir arbeiten kontinuierlich von Workshop zu Workshop, ein Neueinstieg ist aber in jedem Workshop möglich, sofern es freie Plätze gibt.

Organisation und Durchführung

Datum

21. September 2019

Zeit

09h30-16h30 (1 Std. Mittag)

Kosten

Kurstag Fr. 220.–

Ort

Zentrum für Form und Wandlung

Frohburgstrasse 80

8006 Zürich

Telefon 044 261 98 02

(Anreise: Tramstation Seilbahn Rigiblick

Nr. 9 und 10, Bus Nr. 33)

E-Mail: oiip@sunrise.ch

Anmeldung

per Mail oder telefonisch

Anmeldungen sind verbindlich.

Abmeldungen ohne finanzielle Verpflichtung nur bis 2 Wochen vor Beginn, danach werden die Kurskosten verrechnet. Nach Kursabschluss wird eine Kursbestätigung ausgestellt.