

## **Transformative Gestalttherapie - Die Ausbildung**

von Damiano Nöthen

### **Was diese Ausbildung besonders macht**

Gestalt ist kein Werkzeugkasten.

Sie ist ein Weg.

Eine Haltung, die im Kontakt wächst – von innen nach außen.

Diese Ausbildung vermittelt nicht Techniken, sondern ein Verständnis von Menschsein.

In dieser Ausbildung geht es nicht darum, Methoden oder Theorien zu sammeln.

Du lernst dich kennen, begegnest deinen erlernten Verhaltensweisen und den unbewussten Rollen, die du spielst – und wachst darüber hinaus.

Du entwickelst eine innere Ausrichtung, die dich trägt: im Leben und in der professionellen Begleitung.

Gestaltarbeit entsteht aus Präsenz, aus Beziehung und aus der Fähigkeit, wach zu bleiben für das, was im Moment geschieht – ohne Ausweichbewegung.

Über drei Jahre entsteht eine Haltung, die Mut, Mitgefühl und Wahrhaftigkeit fördert.

Du lernst, Menschen zu begleiten – getragen vom Vertrauen in die Selbstheilungskraft des Lebens. Und du erfährst, dass Heilung und Wachstum Ausdruck des Lebendigen sind – in dir wie in anderen.



## **Ziele & Inhalte der Ausbildung**

Diese Ausbildung ist ein mehrjähriger Forschungsweg – nach innen und in den Beziehungen. Sie verbindet Selbsterfahrung, fachliche Kompetenz und die Entwicklung einer Haltung, die trägt.

Die Ausbildung führt dich in einen intensiven Prozess persönlicher und professioneller Entwicklung. Du erforschst, wie du fühlst, denkst und handelst — und wie diese Muster deine Beziehungen prägen. Durch kontinuierliche Selbsterfahrung entsteht ein Verständnis von Kontakt, Verantwortung und Grenzen, das nicht theoretisch bleibt, sondern gelebte Realität wird.

Du lernst, Prozesse klar, achtsam und authentisch im Sinne des gestalttherapeutischen Ansatzes zu begleiten. Mit der Zeit wächst eine Haltung, die es ermöglicht, Menschen in schwierigen Phasen zu unterstützen: präsent, bodenständig und mit einem tiefen Respekt für die eigene Wahrheit des Gegenübers.

Über drei Jahre entsteht so eine Grundlage, die sowohl berufliche Kompetenz stärkt als auch persönliche Reife fördert.



*Von der Psychotherapie erwartet man, dass sie Menschen anpasst und sie wieder in das gesellschaftliche Joch einspannt. Gestalt versucht angepasste Menschen, die in ihrem Joch nicht zufrieden sind, wieder auf eigene freie Füße zu stellen.*

(Bruno-Paul de Roeck)

## **Gestalt als psychotherapeutisches Verfahren**

Psychotherapie unterstützt Menschen darin, sich selbst zu erkennen. Zu verstehen, wer wir sind, was uns prägt, was uns trägt und wie wir unser Potenzial im Leben ausdrücken können, ist die Grundlage von innerer Freiheit. Alltagssorgen, Beziehungskonflikte, emotionale Krisen oder psychosomatische Symptome können sich dann lösen, wenn wir

wieder in Kontakt kommen mit unserem ursprünglichen Wesen und der Quelle unserer Lebenskraft. Das ist Gesundheit im tiefsten Sinn.

Der Weg dorthin ist so individuell wie der Lebensweg jedes Menschen. Jeder von uns hat sich auf seine Weise von dieser inneren Quelle entfernt. Die Art, wie wir geboren wurden, in welcher Familie und Kultur wir aufwuchsen und welche Erfahrungen unser Leben geprägt haben, formt die Brille, durch die wir die Welt sehen und für uns deuten.

Als Kinder sind wir unmittelbar lebendig und verbunden mit unserer natürlichen Kraft. Doch schon früh beginnt ein Anpassungsprozess: Wir lernen, wie man in dieser Welt zu funktionieren hat. Die Erfahrungen mit den Menschen, die uns am nächsten sind – Eltern, Familie, Umgebung – hinterlassen Prägungen, Vorstellungen und Muster. Nach und nach legen sich Schichten von Erwartung, Erziehung und kultureller Norm über unsere ursprüngliche Klarheit. Und wir verlieren den Kontakt zu dem, was wir im Grunde sind.

Auch schmerzhaftes Erlebtes – Gewalt, Verlust, Ablehnung, Missbrauch, Bedrohung – prägen nachhaltig, wie wir die Welt wahrnehmen und welche Strategien wir entwickeln, um uns zu schützen. So entsteht unser „Lebensdrehbuch“: Die Überzeugung, dass die Zukunft dem Muster der Vergangenheit folgen müsse. Aus dieser Annahme erwachsen Verhaltensweisen, die Sicherheit versprechen, uns aber oft einengen. Angst, Wut, Trauer, psychosomatische Beschwerden oder zerstörerische Lebensentscheidungen sind meist Ausdruck dieser Strategien.

Um uns wieder mit unserer ursprünglichen Lebenskraft zu verbinden, müssen wir durch die Schichten unseres Lebenskonzepts hindurch an den inneren Ort zurückkehren, an dem wir ganz sind. Dort finden wir das wieder, was wir immer waren – klar, lebendig und unmittelbar verbunden. Diese Erfahrung ist Heilung: die Rückkehr zu einem Leben, das aus der eigenen Mitte entsteht und in dem Spontaneität, Freude und innere Freiheit wieder möglich sind.



*Don't push the river. It flows by itself.*

Barry Stevens

## **Gestalt als Weg – Transformation & Neugeburt**

Gestalttherapie ist ein wirkungsvoller Weg, durch die Schichten unserer Konditionierung hindurch zu dem vorzudringen, was wir im Kern sind. Der Fokus liegt auf dem gegenwärtigen Moment. Vergangene Erlebnisse werden nicht als Geschichte behandelt, sondern daraufhin befragt, ob sie eine Bedeutung für das Erleben im Hier und Jetzt haben. Durch klare Formen der Kommunikation und Vergegenwärtigung wird das lebendige Potenzial vergangener Erfahrungen sichtbar und kann in die aktuelle Lebenssituation integriert werden.

In diesem Integrationsprozess findet eine tiefgehende Transformation statt. Energie, die über Jahre zurückgehalten oder verzerrt gelebt wurde, wird wieder frei und steht nun für die Gestaltung eines neuen Lebens zur Verfügung. Dieses Geschehen ähnelt oft einem Geburtsprozess oder einem künstlerischen Schaffen: Das, was schließlich sichtbar wird, ist neu. Es war nicht planbar, nicht vorhersehbar und nicht durch mentale Anstrengung herzustellen. Das Neue entsteht aus sich selbst heraus – und ist häufig stimmiger und vollständiger als alles, was wir zuvor konstruieren konnten.

Die Gestalttherapie-Ausbildung ist deshalb nicht nur der Aufbau fachlicher Kompetenz, sondern eine Schulung des Lebens auf dem Gestalt-Weg. Die innere Haltung von Gestalt verändert die eigene Ausrichtung und prägt den Alltag auf eine Weise, die weit über die Arbeit mit Menschen hinausgeht. Eine ehemalige Teilnehmerin formulierte das so: „Die drei Jahre in der Gruppe waren für mich nicht nur eine therapeutische Ausbildung, sondern vor allem eine Lebensschule.“



*Laufe nicht der Vergangenheit nach und verliere dich nicht in der Zukunft. Die Vergangenheit ist nicht mehr, die Zukunft ist noch nicht gekommen. Das Leben ist hier und jetzt.*

Gautama Siddharta Buddha

## **Präsenz heilt**

Das primäre Heilungsprinzip ist Präsenz. Präsent zu sein bedeutet, die konkrete Erfahrung des Lebens zu vergegenwärtigen – genau so mit dem Leben zu sein, wie es sich im Hier und Jetzt zeigt, ohne zu hadern und ohne es verändern zu wollen. Gestalt ist ein Schulungsweg der Achtsamkeit. Der Weg der Achtsamkeit transzendiert den kontrollierenden Verstand und führt in das direkte Erleben, in die unmittelbare Wahrnehmung der Innen- und Außenwelt.

Dadurch entsteht ein Raum, in dem alles in den Vordergrund treten kann, was gesehen, gefühlt und vollendet werden möchte. Bewusstheit für das gegenwärtige Geschehen öffnet dem qualitativ Neuen die Tür. Das nennen wir Evolution oder Transformation. Das ist Neugeburt.

In diesem Zustand bestimmen nicht mehr überholte Konzepte, schmerzhaftes Erinnerungen oder die Ängste vergangener Erfahrungen den Ausdruck des Lebens, sondern die immer neue Frische des gegenwärtigen Impulses. Gestalttherapie bietet einen reichen Fundus an Möglichkeiten, diese Frische im eigenen Leben konkret werden zu lassen.



# **Die drei Bereiche der Gestalttherapie-Ausbildung**

In dieser Ausbildung wächst fachliche Kompetenz aus persönlicher Erfahrung, reflektiertem Verständnis und praktischer Übung.

Die drei Hauptbereiche – Selbsterfahrung, Theorie und Supervision – bilden ein zusammenhängendes Ganzes, das sich über drei Jahre hinweg vertieft.

mehr lesen

## **1. Selbsterfahrung in der Gestalttherapie-Ausbildung**

Menschen, die andere professionell in Veränderungs- und Krisensituationen begleiten wollen, brauchen innere Kenntnisse über Dynamik, Phasen und Verlauf transformativer Bewusstseinsprozesse. Diese Kenntnisse lassen sich nicht theoretisch erwerben. Sie entstehen aus der persönlichen Erfahrung im Verlauf einer intensiven Schulung und Ausbildung.

Im Mittelpunkt steht daher der individuelle Erfahrungsprozess. Nur wer sich selbst in seiner ursprünglichen Natur erkannt hat, kann andere ermutigen und befähigen, ihren eigenen Weg zu gehen.

Der Gruppenprozess nimmt dabei einen besonderen Stellenwert ein. Übungen in der Gruppe, gemeinsamer Austausch (Sharing), gegenseitiges Feedback und die unmittelbare Begegnung mit anderen schaffen einen Raum, in dem der Einzelne an seinen Grenzen wachsen und seinen Handlungsspielraum erweitern kann.

Zum Konzept der Gestalttherapie-Fortbildung gehört außerdem ein bestimmtes Maß an lehrtherapeutischen Einzelsitzungen bei anerkannten Lehrtherapeutinnen und Lehrtherapeuten. Die Anzahl dieser Sitzungen wird individuell im Gespräch festgelegt.

## **2. Theorie und Reflexion**

Für therapeutisches und beratendes Arbeiten ist es wesentlich, Erfahrungen reflektieren und sprachlich vermitteln zu können. Ein Therapeut muss wissen, was er tut – und was er bewusst nicht tut. Die Vermittlung der Theorie der Gestalttherapie dient daher der Reflexion von Bewusstseins- und Veränderungsprozessen. Ziel ist es, dass jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer ein schlüssiges, alltagstaugliches Modell menschlichen Bewusstseins und seines Entwicklungspotenzials erhält.

Neben der intensiven Auseinandersetzung mit der Gestalttheorie und ihrer Begrifflichkeit kommen auch andere therapeutische Ansätze, Modelle aus Systemtheorie, Psychologie sowie Gehirn- und Kommunikationsforschung zur Sprache. Ebenso erhält das Weisheitswissen spiritueller Traditionen Raum, da es oft eine präzise Sprache für innere Prozesse bereitstellt.

Ein Teil der theoretischen Themen wird von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern selbst erarbeitet und vorgestellt.

Die praktische Arbeit in der Gruppe wird durch theoretische Reflexion begleitet: In der „methodischen Nachbesprechung“ wird der Ablauf eines Prozesses betrachtet und verständlich gemacht.

### **3. Praktikum und Supervision**

Neben Erfahrung und Theorie bildet die praktische Einübung gestalttherapeutischer Arbeit den dritten Schwerpunkt der Ausbildung. Die Teilnehmer\*innen arbeiten paarweise oder in kleinen Gruppen – den sogenannten Triaden – und werden schrittweise in die therapeutische Begleitung eingeführt.

In der Supervision erhalten sie Rückmeldungen zu ihrer Arbeit und zu ihrem Lernprozess. Im Zentrum steht dabei, die individuellen Qualitäten der Einzelnen zu erkennen und zu fördern. Authentizität ist eine wesentliche Voraussetzung für verantwortungsvolle und wirksame Begleitung. Ehrlicher Kontakt und transparente Kommunikation sind Grundpfeiler professioneller gestalttherapeutischer Arbeit.

Deshalb geht es in der Ausbildung vor allem darum, die Einzigartigkeit jeder Person zu stärken und zu lernen, diese Originalität in der Arbeit kreativ und wirksam einzusetzen. Zwischen den Seminaren treffen sich die Teilnehmer\*innen eigenständig, um das Gelernte weiterzuführen und zu vertiefen.



## **Umfang der Fortbildung**

Die Ausbildung in Gestalttherapie erstreckt sich über drei Jahre und umfasst insgesamt rund 850 Ausbildungsstunden (zuzüglich berufsbezogener Praxis).

Sie folgt einem modularen Konzept, das Tiefgang, Flexibilität und eine kontinuierliche Begleitung über die gesamte Ausbildungszeit ermöglicht.

mehr lesen

## **Die drei tragenden Säulen der Ausbildung**

### **1. Intensivseminare in Italien**

Die zentralen Präsenzzeiten finden an einem besonderen Ort statt:

dem Seminarhaus Il Piccolo Castello im Bergdorf Nottiano bei Assisi (Umbrien).

Pro Jahr nehmen die Teilnehmenden an

zwei 6-tägigen Seminaren und

einem 9-tägigen Sommerintensiv

teil.

Die 6-tägigen Treffen beginnen jeweils um 10:00 Uhr und enden am letzten Tag um 14:00 Uhr. Im Sommerintensiv (Beginn am ersten Tag um 19:00 Uhr, Ende am letzten Tag um 14:00 Uhr) begegnen sich Teilnehmende aus verschiedenen Gruppen.

Hier steht das Einüben gestalttherapeutischer Praxis im Vordergrund – sowohl in der Einzelarbeit als auch im Gruppensetting – ergänzt durch methodische Vertiefung und persönliche Entwicklung.

➤ [www.piccolo-castello.com](http://www.piccolo-castello.com)

### **2. Frei wählbare gestalttherapeutische Wochenenden**

Jährlich sollen mindestens drei gestalttherapeutische Seminare besucht werden (je 14 Stunden, in der Regel ein Wochenende).

Diese Wochenenden sind ortsunabhängig wählbar und ergänzen die Intensivphasen durch zusätzliche Praxis, methodische Vertiefung und Selbsterfahrung.

### **3. Monatliche Online-Treffen**

Die monatlichen Online-Abende dienen:

- der Integration,
- dem Austausch
- und der kontinuierlichen Prozessbegleitung.

Sie sind verbindlicher Bestandteil der Ausbildung und stärken das Gruppengefühl zwischen den Präsenzphasen.

Weitere Bestandteile der Ausbildung

#### **Triaden (Kleingruppenarbeit)**

Die Teilnehmenden arbeiten regelmäßig in kleinen, selbstorganisierten Gruppen zu dritt oder viert. Diese Treffen – meist in privaten Räumen – fördern das eigenständige Üben und das Verankern der gestalttherapeutischen Haltung.

(ca. 30 Stunden pro Jahr)

#### **Lehrtherapie (Einzelsitzungen)**

Pro Jahr sollen ca. 20 Stunden Lehrtherapie bei einer qualifizierten Gestalttherapeutin oder einem Gestalttherapeuten der eigenen Wahl stattfinden.

Wesentlich ist die Bereitschaft zur regelmäßigen Reflexion des eigenen therapeutischen Prozesses.



### **Neue Gruppenstruktur**

#### **Die Ausbildung folgt einem offenen Gruppenkonzept:**

Nach dem Einführungsseminar steigen neue Teilnehmende in den laufenden Ausbildungsprozess ein. Dadurch entsteht ein wachsendes, vielfältiges Lernfeld, das von unterschiedlichen Perspektiven und Erfahrungswegen profitiert. Während der 6-tägigen Intensivseminare wird die Gruppe in die jeweiligen Ausbildungsjahrgänge aufgeteilt, sodass individuelles Lernen und gezielte Begleitung gewährleistet bleiben.

# Die Ausbildungsstruktur im Überblick

(Die Angaben gelten pro Jahr)

## Einführungsseminar

6-tägiger Einstieg in Italien,  
Selbsterfahrung, Einführung in gestalttherapeutisches Arbeiten  
~ 42 Stunden

## Intensivseminare

2 × 6 Tage + 9-tägiges Sommerintensiv ,  
Einzel- & Gruppenprozesse, methodische Vertiefung, Theorie  
~ 150 Stunden

## Gestalt-Wochenenden

Mind. 3 Wochenenden,  
frei wählbar,  
Praxis & Methodik, Selbsterfahrung  
~ 45 Stunden

## Monatliche Online-Treffen

Integration, Begleitung, Austausch (1x/Monat)  
~ 25 Stunden

## Triaden (Kleingruppenarbeit)

Selbstorganisiertes Üben in Kleingruppen, gegenseitiges Begleiten  
~ 30 Stunden

## Lehrtherapie (Einzelsitzungen)

Gestalttherapeutische Einzelsitzungen mit Möglichkeit zur Reflexion  
~ 20 Stunden

Gesamtumfang im <b>1. Jahr:</b>	312 Stunden
Im <b>2. + 3. Jahr</b> (ohne Einführungsseminar):	270 Stunden
Gesamtumfang der Ausbildung:	852 Stunden

## **Teilnahmebescheinigung & Zertifikat**

Am Ende der Ausbildung stellen wir ein Zertifikat aus, das die Teilnahme, die Ausbildungsinhalte und den Gesamtumfang der belegten Stunden dokumentiert.

Voraussetzung dafür ist eine schriftliche Selbstauskunft über die besuchten Seminare, Online-Treffen, Triaden und Lehrtherapie – inklusive der persönlichen Unterschrift.



## **Kosten der Fortbildung**

Die dreijährige Ausbildung in Gestalttherapie kostet 2.500 € pro Jahr (gesamt 7.500 €).

### **Im Preis enthalten**

- das 6-tägige Einführungsseminar (1. Jahr)
- sechs 6-tägige Intensivseminare in Italien
- drei 9-tägige Sommerintensive
- monatliche Online-Abende

### **Nicht enthalten**

- frei wählbare gestalttherapeutische Wochenendseminare
- lehrtherapeutische Einzelsitzungen

### **Zahlungsmodalitäten**

36 Monatsraten à 199 €

einmalige Anzahlung von 360 € nach Vertragsabschluss

Individuelle Zahlungsregelungen sind nach Absprache möglich.

### **Weitere Kosten**

- Unterkunft m Seminarhaus in Italien: 15 € pro Nacht
  - Verpflegung:
    - Frühstück & Abendessen: Selbstverpflegung
    - Mittagessen: gemeinsames Kochen in den Intensivseminaren
    - Sommerintensiv: Mittagessen wird serviert
- (65 € für 9 Mittagessen + 1 Abendessen am ersten Tag)

### **Anmeldung & Vertrag**

Die Anmeldung erfolgt schriftlich oder mündlich.

Nach einem persönlichen Gespräch wird ein 3-Jahres-Vertrag geschlossen, der jeweils zum Jahresende kündbar ist.

### **Anerkennung & Zertifikat**

Nach Abschluss der Ausbildung wird ein Zertifikat ausgestellt, das Teilnahme, Inhalte und den Gesamtumfang der belegten Stunden dokumentiert.

Voraussetzung ist eine schriftliche Selbstauskunft über besuchte Seminare, Online-Treffen, Triaden und Lehrtherapie – mit persönlicher Unterschrift.