

# exercise-classes 2018/2019

mit der  
'Wie-Methode' von Stanley Keleman  
für fortgeschrittene StudentInnen  
und Ehemalige OIP

## Kursleitung

Dr. phil. em. Irène Kummer

Eidg. anerkannte Psychotherapeutin  
Psychotherapeutin SBAP/ASP  
Beraterin im psychosozialen Bereich SGfB



## Zentrum für Form und Wandlung

Frohburgstrasse 80, 8006 Zürich, [www.oip-zfw.com](http://www.oip-zfw.com)  
Telefon 044 261 98 02, E-Mail [oip@sunrise.ch](mailto:oip@sunrise.ch)

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

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

Die exercise-classes bestehen aus Übungsfolgen mit einem thematischen Schwerpunkt, basierend auf der ‚Wie-Methode‘ nach Stanley Keleman.

Sie setzen eine Vertrautheit mit der Methode voraus, da die Teilnehmenden – anders als in den Workshops – der Übungsanleitung folgen und dabei weitgehend auf sich selbst gestellt sind in der Art und Weise, wie sie diese umsetzen. Zwischen den einzelnen Übungseinheiten besteht die Gelegenheit zum Erfahrungsaustausch und zu kurzen Einzelarbeiten. Es wird auch Raum dafür gegeben, die Übungseinheiten selbständig und im eigenen Rhythmus zu gestalten.

Die exercise-classes sind als ‚somatic-emotional education‘ zu verstehen und nicht als Therapie im engeren Sinn. Sie sind darauf ausgerichtet, die Fähigkeit, auf die eigene Lebensgestaltung mittels der Übungen willentlich Einfluss zu nehmen, zu fördern und zu vertiefen. Es geht darum, das eigene In-der-Welt-Sein,

die eigene somatisch-emotionale Präsenz in den verschiedenen Lebensfeldern zu formen, zu differenzieren, neu zu gestalten und die Wie-Übungen in der Arbeit mit anderen Menschen kompetent einzusetzen.

# Leitung und TeilnehmerInnen

## **Irène Kummer**

Dr. phil. PD emerit. 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“
- „Wendezzeiten im Leben der Frau“
- „Ich bin die Frau, die ich bin.“
- „Das Babuschka Prinzip“
- „Im Mittelpunkt meines Lebens“

## **Teilnehmerinnen und Teilnehmer**

Der Kurs richtet sich an Studierende und Ehemalige von OIP, Lehranaly-sandInnen und KlientInnen, die genügend Erfahrung mit der Wie-Methode haben.

Bitte bequeme Kleider mitbringen, da die meisten Übungen im Liegen gemacht werden.

# Organisation und Durchführung

## Daten

2018 28.9. / 2.11. / 30.11.

2019 25.1. / 12.4. / 15.3. / 10.5.

## Zeit

10h15–12h15

## Kosten

Fr. 35.– pro Stunde bei Beginn  
zu bezahlen.

## Gruppengrösse

max. 8 TeilnehmerInnen

## 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)

## Anmeldung

per Mail an [irenekummer@bluewin.ch](mailto:irenekummer@bluewin.ch)

Bei Abmeldung bis 3 Wochen vor dem  
Termin muss nichts bezahlt werden. Bei  
Abmeldung bis 1 Woche vor dem Termin  
muss die Hälfte des Kursgeldes bezahlt  
werden; bei einer Abmeldung weniger  
als 7 Tage vor dem Termin das volle  
Kursgeld, wenn nicht jemand von der  
Warteliste nachrücken kann.