

 Psychotherapie

## Kontaktzyklus der Gestalttherapie für die therapeutische Praxis

Der Kontaktzyklus beschreibt das Erleben bei der Begegnung mit sich selbst, Menschen oder Dingen.

Nach diesem Modell geschieht Kontakt in 8 Phasen:

Von der ersten innerkörperlichen Unruhe, die auf ein Gefühl und dies wiederum auf ein Bedürfnis hinweist, geht es in den Kontakt mit etwas, das das Bedürfnis erfüllen könnte.

Integrieren des Neuen führt zu Wachstum und Beruhigung der anfänglichen Unruhe.

Oder auch nicht, denn es kann eine Unterbrechung oder Rückzug aus dem Kontakt geschehen, sodass es nicht zu Wachstum und Beruhigung kommt.

Wie genau der Rückzug passiert ist meist unbewusst, kann aber durch aufmerksame Selbstwahrnehmung, z.B. beim Erleben gestalttherapeutischer Experimente, entdeckt werden. Schon die Bewusstheit über die eigenen inneren Abläufe und `blinden Flecken`, kann ausreichen, um den Weg für inneres Wachstum wieder freizumachen.

Im Kurs wird der gestalttherapeutische Kontaktzyklus vorgestellt als begehbares Modell aus anschaulich visualisierten Phasen. Es wird dazu eingeladen, mit eigenen Themen oder mit Klientenbeispielen in das Modell, im wahrsten Sinne des Wortes, hineinzutreten und die Situation bezüglich der 8 Phasen des Modells zu erkunden.

Weiter werden aus Kontaktzyklus und Kontaktfunktionen, den verschiedenen Verhaltensarten im Kontakt mit anderen, zahlreiche Rückzugstrategien hergeleitet. Auch diese werden aus prägnant visualisierten Strategien als Matrix im Raum begehbar und begreifbar.

Das fachliche Verstehen des Modells ist eingebettet in einen gestalttherapeutischen Workshop mit Wahrnehmungsübungen und bietet Gelegenheit Rückmelden einzuholen und Erlebtes zu teilen.

Das Seminar eignet sich für Menschen, die beratend, pädagogisch oder therapeutisch arbeiten oder lernend auf dem Weg dahin sind.

### Termin

So, 10.05.2026  
10:00–18:00 Uhr

### Preis

155,00 €

### Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule  
Saarbrücken  
Bahnhofstr. 31, 2.OG über Modehaus Zara  
66111 Saarbrücken  
Tel. 0681-3 22 62

### Seminarnummer

SSA66100526

### Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten  
Erstellt 08.04.2026

Dozent

### Dozententeam

Dozenten werden noch bekannt gegeben.