

Centre for applied Boundary Studies

Theodorskirchplatz 7
4058 Basel-CH,
Tel: +41 61 683 98 51
www.horizologie.ch
IBAN: CH71 0483 5071 2385 5000.0



S
E
L
B
S
T
E
R
F
A
H
R
U
N
G

Kurs 1:

2. bis 4. Mai 2025
Kosten CHF 800,-

Kurs 2:

29. bis 31. August 2025
Kosten CHF 800,-

Kurs 3:

Herbst 2025
Kosten CHF 800,-

Zeit: 9.30-17.00 Uhr

Ort: Cafeteria/Rhyblick
Bürgerliches Waisenhaus,
Theodorskirchplatz 7, 4058 Basel-CH

Anmelden: per E-Mail bei der Kursleitung
Dr. med. Nick Blaser
info@horizologie.ch



School for Boundary Awareness

S
E
L
B
S
T
E
R
F
A
H
R
U
N
G

- Ein besseres Bewusstsein der eigenen und fremden Grenzen erweitert Ihr zwischenmenschliches Umgangsrepertoire und gibt Ihnen neue Einsichten in Bezug zu aktuellen interpersonellen Dynamiken. Es erhöht den achtsamen Kontakt mit Ihren Patienten und schützt Sie vor unerwünschten Übertragungen und Belastungen. Es verfeinert Ihr Mitgefühl auch in schwierigen Situationen.
- Wir bieten Ihnen:
 - ✓ Praxisorientiertes Lernen
 - ✓ Lernen durch Selbsterfahrung
 - ✓ Fundiertes theoretisches Wissen
 - ✓ Insgesamt 54 Stunden Selbsterfahrung
 - ✓ Anerkennung durch den Studiengang Ärztliche Psychotherapie der Universität Zürich
 - ✓ Anerkennung für den Facharzt P+P



SBA

S
E
L
B
S
T
E
R
F
A
H
R
U
N
G

Dr. med. Nick Blaser, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie beschäftigt sich seit vielen Jahren intensiv mit den unterschiedlichen Dynamiken und Funktionen der mentalen Grenzen. Zusammen mit verschiedenen Universitäten erforschte er auch die Ich-Grenze auf neurophysiologischer Ebene. Er ist Gründer des «Centre for applied Boundary Studies» und Autor mehrerer Bücher.



SBA

S
E
L
B
S
T
E
R
F
A
H
R
U
N
G

Weiterführende Literatur

- Blaser K. (2023). Ich-Grenzbewusstsein und Psychotherapie: Mit einer Holzfigur auf eine mentale Reise gehen. *Bewusstseinswissenschaften, Transpersonale Psychologie und Psychotherapie*, 1/2023, 38-45.
- Blaser K. (2023), So bin ich und du bist anders: Achtsam Grenzen setzen in Partnerschaft, Familie und Beruf
- Blaser K.(2020), Sag Ja zum Nein sagen, Das Trainingsprogramm zur Stärkung der eigenen Grenze, Klett-Cotta Verlag, Stuttgart.
- Blaser K. (2015), Gefühle entdecken und achten: Ein Übungsbuch, Synergia Verlag, Basel.
- Hinterberger,T., Zlabinger, M., Blaser, K. (2014). Neurophysiological correlates of various mental perspectives, *Frontiers in Human Neuroscience*, Vol.8 Art 637, 1-16.
- Blaser K. (2014), In mir und um mich herum, Ich-grenzen dreidimensional visualisieren, Synergia Verlag, Darmstadt
- Blaser K. (2012), Intra- und interpersonal Mindful and Non-Mindful Mental States: Comparison of a new Spatial Attention Concept and the IAA Mindfulness Model of Shapiro, *Mindfulness*, Vol. 4 (1), 64-70