

# BOCHUMER GESUNDHEITSTRAINING (BGT)

Erhard Beitel, Dipl.-Psych., Psychologischer Psychotherapeut, Familientherapeut  
Spinozastr. 14, D-45279 ESSEN, Tel. 0201-534377  
www.bochumergesundheitstraining.de e-Mail: erhard.beitel@cityweb.de

## REFERENZEN

### **Einschätzungen und Meinungen von BGT – Trainerinnen/ -Trainern,** die das BGT in Fortbildungsseminaren unter meiner Leitung kennen gelernt haben.

(Die hier wiedergegebenen Texte werden mit Einverständnis der Betroffenen veröffentlicht)

Im November habe ich einen 34 Jahre alten Lymphom- Patienten in der stationären Phase betreut, mit dem Vorteil, dass dort jeden Tag die Blutwerte ermittelt wurden. Nach der Übung "Abwehrkräfte" war am nächsten Tag der Thrombozytenwert auf den unteren Normalwert gestiegen! Da der Patient Ingenieur ist, hat ihn das endgültig überzeugt: Die Übungen sind nicht nur angenehm --- die bewirken ja handfest etwas! (Dipl.- Päd.. P. K.-R., Essen)

Dir Erhard nochmal ganz herzlichen Dank für all die wertvollen Erfahrungen dieser Woche des BGT - es nimmt in meinem Leben viel Raum ein... Ein wunderbares, gut strukturiertes Programm, das mich ständig begleitet, auch im Gespräch mit 'Gesunden'! (Hpr. B.R., Berlin)

das sind nun doch schon einige Jahre her, seit wir uns begegnet sind und ich denke sehr gerne daran zurück. Das BGT ist mir in meiner heutigen Arbeit immer noch in Teilen sehr hilfreich. (Hpr. D.S. Mainz)

Ich habe 2002 am Grundkurs teilgenommen und habe ihn noch in sehr guter Erinnerung. Es war zum einem eine sehr erholsame Woche für mich, in der ich mir viel Gutes tun konnte. Zum anderen habe ich viele Ideen für meine Arbeit mit Krebspatienten mitgenommen. Ich arbeite mit dem BGT nicht in seiner klassischen Form als strukturierte Gruppen, baue aber viele Elemente des BGT in meine Einzelpsychotherapie mit Krebspatienten ein, vor allem die Imaginationen. (Dr. med. S. K., Erfurt)

Inzwischen arbeite ich schon seit 3 Jahren nicht mehr in der Krebsberatungsstelle. Dort habe ich allerdings von Ende 1996 bis zu meinem Ausscheiden im Herbst 2002 regelmäßig und sehr gerne das Bochumer Gesundheitstraining angeboten. Rückwirkend habe ich Dich als einen sehr warmherzigen, klaren, vielseitig interessierten Menschen in Erinnerung, der seine fundierten und gelebten Kenntnisse auf eine sehr angenehme und für mich sehr bereichernde Art und Weise weitergibt. Bei allem erlebten Mitgefühl von Deiner Seite habe ich Dich gleichzeitig als professionell distanziert erlebt. Auch wenn es um traumatische Erlebnisse, schwere seelische Verletzungen und Schicksale ging, war Dein Mitgefühl zu spüren, ohne dass ich das Gefühl hatte, es würde Dich nachhaltig belasten. Du konntest mitfühlen und gleichzeitig die Verantwortung demjenigen geben, dem sie gehörte und auch den Glauben daran, dass er die Kompetenz und die Kraft hat, diese Verantwortung zu tragen und mit ihr zu wachsen... (Dipl.- Soz.päd. B.K., Oldenburg)

Ich habe ja nur einmal das Grundtraining mit Dir erlebt und es für mich als sehr lehr- und erfolgreich mit nach Hause nehmen können... Ich halte Deine Arbeit jedenfalls für sehr wirkungsvoll und die Idee des BGT sehr wichtig. Bleibe weiter am Ball. (J. H., Utendorf)

ich habe mich im Seminar mit deiner Führung wohl und sicher gefühlt. Das Erarbeiten der Themen, die Gespräche, das Singen und Tanzen haben mich sehr angesprochen. Auch habe ich deine persönliche, warmherzige Art schätzen gelernt in den paar Tagen. Du hast auf mich den Eindruck eines kompetenten, reifen aber auch weichen, warmherzigen und humorvollen Menschen gemacht. Das Seminar hat mit dir - trotz der Anstrengung - viel Spaß gemacht. (M.M., Lippe)

Ich habe Dich und Deine Arbeit in den Kursen in sehr guter Erinnerung, kann auch immer noch auf Erlerntes zurückgreifen... Ich kann zusammenfassend sagen, dass die Gesundheitstraining-Seminare bei Dir mir ein Medium nahe gebracht haben, welches ich in vielfältigen Bezügen nutze und das als fester Bestandteil zu meiner psychotherapeutischen Arbeit gehört. Zusätzlich war Deine Haltung des Respekts und der Gelassenheit mir ein wichtiges Vorbild. (Dr. med. I.D., Kronshagen)

Dich und Deine Seminare habe ich immer noch in bester Erinnerung, Hervorheben kann ich die sichere Arbeitsatmosphäre, Deine wertschätzende und kritische Unterstützung sowie Dein Einfühlungsvermögen in die heterogenen Gruppen. (Dipl.- Soz.päd. F.K., Leer)

Ich bin nach wie vor davon überzeugt, daß das BGT für Gesunde wie für Kranke von unschätzbarem Wert ist. Du bist für mich der ideale Trainer, weil Du ganzheitlich arbeitest, und es immer ein Erlebnis ist mit Dir ein Seminar zu haben. Ganz großen Dank. (M.B., Niederkrüchten)

Das BGT habe ich zunächst als Patientin kennen gelernt und fand sowohl die anregenden Gesprächsthemen als auch die kreativen Erarbeitungsweisen sehr bereichernd. Durch die Vorstellungsübungen bekam die Stärkung der Selbstheilungskräfte eine wirksame Gewissheit. Da mich diese Form psychoonkologischer Hilfe zur Selbsthilfe zutiefst überzeugt hat, führte ich später im Rahmen meiner beruflichen Arbeit selbst BGT-Seminare durch.

Vorbereitend dazu nahm ich an einer Fortbildung von Herrn Beitel teil. Theoretisch kompetent, und mit großem Erfahrungshintergrund sehr praxisorientiert zugleich, war das die beste Starthilfe. Das detailliert ausgearbeitete Grundkonzept mit weiterführenden Anregungen ist von hoher Qualität und gibt als Arbeitsmaterial gute Begleitung bei der eigenen Arbeit. Sowohl inhaltlich als auch methodisch legt es eine ganz am konkreten Teilnehmer orientierte Arbeit nahe. Es wäre segensreich, wenn das BGT mehr Anwendung im Gesundheitsbereich finden würde. Sowohl in der Vorsorge als auch in der Nachsorge eine Ressource, auf die nicht verzichtet werden sollte. (Dipl.- Päd. E.F., Overath)

Das BGT ist für mich von Anfang an ein wichtiger Baustein in meiner Beratungstätigkeit. Mit dieser Methode gelingt es immer, neue Perspektiven zu gewinnen, nach Schock, Wut und erster Hilflosigkeit. Da ich die Patientinnen von der Diagnosestellung, OP und sich oft anschließender Therapien an begleite, kommt gerade das BGT mit Themen wie Kränkung, Abwehrsystem, aber dann besonders auch Lebensenergie und Lebensplanung immer wieder zum Einsatz. Teilweise arbeite ich mit den Grundzügen schon im stationären Bereich, biete aber auch regelmäßige Trainings direkt im Familienzentrum, das dem Krankenhaus angegliedert ist, an. Deine Art der Ausbildung hat mich ein ganzes Stück weitergebracht, mir neue Sichtweisen vermittelt. In der Woche " Grundseminar " habe ich mich sehr wohlgefühlt. Deine herzliche und verständnisvolle Art hat das Arbeiten sehr angenehm gemacht und allen einen offenen Umgang miteinander ermöglicht. (H.W., Rosendahl)

Mir hat der Grundkurs sehr gut gefallen. Deine ruhige feinfühlig Vorgehensweise und kompetente Anleitung hat uns alle befähigt, unseren Teil zu dem Kurs beizutragen. Wichtig erschienen mir auch die praktischen Übungsphasen, die durch konstruktive Kritik begleitet wurden und jeder für sich viele Anregungen mitnehmen konnte. Da wir die ersten Themen "durcharbeiteten" erhielten wir für unser Leben wichtige Hinweise, der Aspekt der Selbsterfahrung durfte einen großen Raum einnehmen, musste es aber nicht.

Sehr viel Spaß und Freude hatten wir bei Spiel, Tanz und Singen. Lachen und Lustigsein gehörten zum Kurs. Ach Erhard, langsam kommen viele Erinnerungen wieder. Es war sehr nett, die Woche mit Dir und den anderen Teilnehmern. Mir gefällt das Konzept noch immer sehr gut und ich arbeite damit oft in Einzelsitzungen in der Krebsberatungsstelle. Es ist für die KlientInnen sehr aufschlussreich und wohltuend. (Dipl.- Soz.päd., F.K., Osnabrück)

Ich habe Dich und das einwöchige Ausbildungsseminar im BGT in sehr guter Erinnerung. Begriffe wie Dichte, Intensität, Tiefe, Kreativität, aber auch Frohsinn und Leichtigkeit fallen mir spontan dazu ein, dazu Kompetenz und eine gute Erdung. Ich habe mich bei Dir gut aufgehoben gefühlt und fühle mich dem BGT sehr verbunden. (A.B., Dipl.- Soz.päd., Marsberg)

Das von Erhard Beitel vor mehr als 20 Jahren mitentwickelte Modell des Bochumer Gesundheitstrainings halte ich für eine äußerst weittragende und überzeugende Methode. Umfassend in der Thematik, reich an wirkungsvollen Impulsen, überschaubar und nachvollziehbar, ist das BGT aus meiner Erfahrung heraus eine fundierte und unverzichtbare Methode zur Anregung der Selbstheilungskräfte, ohne die eine Heilung nicht möglich ist.

Ich habe Herrn Beitel als einen sehr erfahrenen, kreativen und liebevollen Vermittler seiner Methode erlebt und ich denke mit Freude und Dankbarkeit an die Zeit des Trainings zurück. Meine Empfehlung für ihn persönlich im Zusammenhang des BGT gebe ich gerne an Interessierte weiter in der Überzeugung, dass sich mit der wachsenden Zahl der ausgebildeten Trainer diese Methode in Zukunft einen noch größeren Raum erobern wird. (Heilpr. P.K., Buchenbach)

Vor über 20 Jahren hatte ich an der Universität Bochum bei Herrn Dipl. Psych. Erhard Beitel das Bochumer Gesundheitstraining kennen gelernt. In meinen Seminaren und in der Beratung von Krebs und AIDS-Kranken konnte ich feststellen, dass damit die Lebensqualität der schwerkranken Menschen entscheidend verbessert, teilweise das Leben auch verlängert werden konnte. Da nicht nur das Immunsystem gestärkt, sondern auch das vergangene und zukünftige Leben reflektiert und oft geändert wird, halte ich das BGT in seiner inzwischen erweiterten Form für einen äußerst hilfreichen Ansatz. (Prof. Dr. W.B., Mainz)

Ich lernte das BGT bei einem Vortrag von Hr. Dipl.Psych. Erhard Beitel in Linz kennen. Mir gefielen schon damals die vielen existentiellen Themen des Trainings und der gut strukturierte Aufbau. „Lust auf mehr“ machte mir vor allem die humorvolle und herzliche Art des Referenten, auch sein Mut, in der Arbeit mit einer doch sehr großen Gruppe Bewegungselemente einzubauen, was das ganze sehr lebendig werden ließ. Im Grund- und später im Aufbaukurs lernte ich nicht nur die pädagogischen und psychologischen Ideen hinter dem Training kennen, sondern auch ein große Fülle sehr praxisnaher Methoden für die Durchführung. Ich habe von diesen beiden Wochen nicht nur fachlich sondern auch menschlich sehr profitiert! In meiner eigenen beruflichen Arbeit setze ich gerne und mit viel positiven Rückmeldungen einzelne Themen des Trainings ein: sowohl mit KrebspatientenInnen als auch mit Menschen aus psychosozialen Berufen. Ich erlebe das BGT mit seinem ganzheitlichen Ansatz und seiner Methodenvielfalt als Bereicherung! (E.K.,Mag. Klin.Psych., Bad Schallerbach, Österreich)

nochmals Danke für das Uns-Teilhaben-Lassen an dem, was Du ins Leben gerufen hast und auch für die Art und Weise, wie Du uns das vermittelt hast (A. H., Dipl.- Psych., Hessisch-Oldendorf)

Sofort nach unserem Seminar konnte ich das erste Seminar mit an Brustkrebs erkrankten Frauen in unserer Klinik, der Asklepios Klinik in Germersheim anbieten. 3 Kurse mit jeweils acht Themen sind inzwischen sehr erfolgreich gelaufen. Ich arbeite sehr gern und intensiv mit diesem Training und erlebe immer wieder wie unglaublich hilfreich dieses Angebot für die Patientinnen ist. Das Bochumer Gesundheitstraining ist inzwischen ein fester und unverzichtbarer Bestandteil des psychoonkologischen Begleit-Angebotes unserer Klinik geworden (B. R., Dipl.- Soz.päd., Weingarten)

Mit Abstand: Die beste Fortbildung, die ich je in meiner beruflichen Laufbahn erleben durfte, war Dein Bochumer Gesundheitstraining. Ich habe von Dir als Person und als Gruppenleiter enorm viel lernen können. Immer fließt Dein vermitteltes Wissen in meine tägliche Arbeit ein. Dafür danke ich Dir wirklich sehr!!!!!!! (T. C., Dr. phil., Dipl.-Soz.päd., Balingen)