Systemische Gruppenselbsterfahrung - aktuelle Termine 2024

16. & 17. Februar 2024 - "Ich bin viele"
19. & 20. April 2024 - "Frau-Sein: Eine Entdeckungsreise zum erotischen Potenzial"
30. & 31. August 2024 "Sich der Familie stellen ... und dem, was sonst noch kommt"

„Ich bin viele“
16. & 17. Februar 2024 - freier Plätze

Wenn wir in uns hineinhören, finden wir dort selten nur eine einzige „Stimme”, die sich zu Wort meldet. Meistens stoßen wir auf verschiedene innere Anteile, die sich selten einig sind und die alles daransetzen, auf unsere Kommunikation und unser Handeln Einfluss zu nehmen. Ein Miteinander und Gegeneinander finden wir demnach nicht nur zwischen Personen, sondern auch innerhalb des Menschen. Ein zerstrittener Haufen im Inneren kann überaus lästig und quälend sein und bis zur Verhaltenslähmung führen. Dennoch ist „innere Pluralität” letztlich auch wünschenswert, denn sie setzt Synergieeffekte frei. Gemeinsam erforschen wir zu bestimmten Fragestellungen, die Sie als Teilnehmer:in mitbringen, Ihr inneres Team.

Seminarzeiten: Freitag 10.00-17.00 Uhr und Samstag 09.00-16.00 Uhr, ingesamt 15AE anrechenbar
Veranstaltungsort: 1120 oder 1130 Wien, tbd

"Frau-Sein: Eine Entdeckungsreise zum erotischen Potenzial"
- sexualtherapeutische Selbsterfahrung für Frauen
19. & 20. April 2024 - freie Plätze

Über Erotik und Sexualität erschließen sich meist grundlegende Lebensthemen. Meiner Erfahrung nach geht es fast nie einfach um Sex, sondern vor allem um die Vorstellungen und Bedeutungen, die jeder Mensch vor dem Hintergrund seiner Geschichte damit verknüpft – persönliche Bedeutungen, Bedeutung in der aktuellen Lebensphase, Bedeutungen für das eigene Selbstwertgefühl, das Mann- oder Frausein, Bindung und Partnerschaft. Im Lauf eines Lebens oder einer Beziehung verändert sich die sexuelle Aktivität in ihrer Häufigkeit und Qualität – das beeinflusst auch die erotische Bedeutungswelt.

Die Selbsterfahrung kann ein erster Schritt sein, die eigene Sexualität möglichst unvoreingenommen zum Thema und zum Ausgangspunkt positiver Entwicklungen zu machen. Ziel der Gruppenselbsterfahrung ist es, Ihre eigenen erotischen Potenziale kennenzulernen, schätzen und nutzen zu können.

Seminarzeiten: Freitag 10.00-17.00 Uhr und Samstag 09.00-16.00 Uhr
Ort: Praxisgemeinschaft Hietzing, Hietzinger Hauptstraße 36, 1130 Wien

"Sich der Familie stellen ... und dem, was sonst noch kommt"
30. & 31. August 2024 (freie Plätze)

In der Herkunftsfamilie lernen wir durch Vorgelebtes und/oder Ausgesprochenes wie Überzeugungen, Regeln, Leitbilder und Glaubenssätze, Grenzen und Tabus und verinnerlichen diese Strukturen.

Unsere Position innerhalb der Familie, beispielsweise in der Geschwisterreihe, hat Auswirkungen auf unser Leben, genauso wie Schicksalsschläge oder Verluste innerhalb eines Familiensystems. Diese Modelle und Muster tragen wir in das Erwachsenenalter hinein. Sie sind einerseits förderlich und die Voraussetzung für eigenes Gestalten. Vielleicht sind diese Erfahrungen aber auch in Gestalt von Blockaden und Zwängen in uns wirksam. Vielleicht engen sie ein, weil sich in der Familie erworbene Denk- und Verhaltensweisen wiederholen, um einen „Sinn“, einen „Auftrag“, eben eine Funktion zu erfüllen.

Ziel der Gruppenselbsterfahrung ist es:

- Antworten zu suchen auf Fragen, die Sie als Kind (so) nicht stellen durften oder konnten
- die Strukturen Ihrer Herkunftsfamilie noch einmal anzusehen und ihnen nachzufühlen
- Zusammenhänge zu erkennen zwischen Ihrer aktuellen Lebenssituation und den Lernerfahrungen in ihrer Herkunftsfamilie
- sich von möglichen Verstrickungen zu distanzieren und aus ihnen zu lösen

Seminarzeiten: Freitag 10.00-17.00 Uhr und Samstag 09.00-16.00 Uhr
Veranstaltungsort: tbd, 1120 Wien oder 1130 Wien

Rahmenbedingungen

Präsenz-Veranstaltung
Das Seminar ist als Präsenzveranstaltung geplant und wir unter den zum Veranstaltungs-Zeitpunkt von der Bundesregierung und vom Seminarhaus vorgeschriebenen Sicherheitsmaßnahmen durchgeführt. Sollte das Seminar wegen eines erneuten Lock-Downs oder verschärften Sicherheitsmaßnahmen der Bundesregierung abgesagt werden müssen, erhalten Sie den Kursbeitrag retour oder können einen Ersatztermin (eventuell auch Online-Ersatztermin) buchen.

Zielgruppe
Dieses Selbsterfahrungsangebot ist für alle, die an Selbsterfahrung in einer Gruppe interessiert sind und sich auf einen spannenden persönlichen Prozess in einer Gruppe einlassen wollen.

Kosten
Der Preis für die Gruppen-Selbsterfahrung (15 AE)) beträgt € 320.- (MwSt frei)

Leitung
Mag. Claudia Bernt: Psychotherapeutin für systemische Einzel-, Paar- und Familientherapie, Traumatherapeutin & Sexualtherapeutin, Lehrtherapeutin mit partieller Lehrbefugnis

Anrechenbarkeit
Das Seminar ist anrechenbar im Sinne der Selbsterfahrung für das Propädeutikum und der Ausbildung zum klinischen Psychologen/zur klinischen Psychologin, als fachspezifische Vorerfahrung für die Ausbildung in Systemischer Familientherapie und als Selbsterfahrung für diverse Ausbildungen nach Rücksprache und Abklärung.

Anmeldung unter
0650/ 48 19 777
anmeldung@claudiabernt.at oder praxis@claudiabernt.at

Stornobedingungen

Nach einer verbindlichen Anmeldung kann das Seminar bis 28 Tage vor Beginn, unter Einbehaltung einer Bearbeitungsgebühr von €30 storniert werden. Danach ist der Gesamtbetrag fällig. Sollten Sie krankheitsbedingt ausfallen, kann der Betrag weder gutgeschrieben noch refundiert werden. Sie können jedoch nach Absprache mit mir eine Ersatz-Teilnehmer*in senden.

Weiter Infos

www.claudiabernt.at