

# Systemische Gruppenselbsterfahrung

„Ich bin viele“

27.& 28. Jänner 2023

## Inhalte

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 daran setzen, 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.

## Zielgruppe

Dieses Seminar ist für alle offen, die an ihrer Weiterentwicklung interessiert sind und sich in einem geschützten, vertrauensvollen Umfeld mit ihren persönlichen Lebensthemen auseinandersetzen möchten.

## Methode

Eine Selbsterfahrungsgruppe ist eine Form der Gruppentherapie. In Zusammenarbeit zwischen Therapeutin und Teilnehmer\*innen ermöglicht das Erfahren „seiner selbst“ den persönlichen Erkenntnisgewinn und unterstützt die persönliche (Weiter-)Entwicklung. Die Gruppenselbsterfahrung dient sowohl der Reflexion über die Strukturen und Hintergründe der eigenen Person. Sie hilft dabei das eigene Fühlen, Denken und Verhalten besser verstehen, einbetten und gegebenenfalls auch verändern zu können. Als Ausbildungskandidatin erhalten Sie auch Information über systemische Aktionsmethoden und dem Erleben ihrer Anwendung und Wirkung.

Ich arbeite mit systemischen Methoden wie Reflecting Team, Genogrammarbeit, Timeline/Lebensstrahl, Imaginationenübungen, Familienskulptur, Körperübungen uvm.

## Leitende Psychotherapeutin

**Mag. Claudia Bernt, Psychotherapeutin** (systemische Familientherapie), Studium der Erziehungswissenschaft und Psychologie, Lehrtherapeutin für systemische Familientherapie mit partieller Lehrbefugnis

**Teilnehmer/-innenanzahl**

maximal 12 Personen – um persönlich auf alle Teilnehmerinnen eingehen zu können, lege ich auf eine kleine, überschaubare Gruppengröße sehr viel Wert!

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 (16EH) beträgt € 300.- (MwSt frei)

**Covid19 – Sicherheitsmaßnahmen**

Die Gruppenselbsterfahrung findet unter Einhalten der gesetzlich vorgeschriebenen Sicherheitsmaßnahmen statt. Sollte die GSE aufgrund von gesetzlichen Bestimmungen nicht durchgeführt werden können, erhalten Sie den Gesamtbetrag zurück.

**Ansonsten gelten folgende 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.

**Ort**

Wien – Seminarhaus Wien-West, Aichholzgasse 39, 1120 Wien

**Anrechenbarkeit**

Das Seminar ist anrechenbar im Sinne der Selbsterfahrung für das Propädeutikum, für die Ausbildung zum/zur klinischen PsychologIn und für die PSY I und II-Lehrgänge, sowie als fachspezifische Vorerfahrung für die Ausbildung in Systemischer Familientherapie und als Selbsterfahrung für diverse andere Ausbildungen nach Rücksprache und Abklärung.

**Termin**

Freitag, 22.01.2023 von 14.00-20.00 Uhr

Samstag, 23.01.2023 von 09.00-17.00 Uhr

**Anmeldung bis zum 01.01.2023 bei**

Mag.<sup>a</sup> Claudia Bernt unter [praxis@claudiabernt.at](mailto:praxis@claudiabernt.at) oder 0650/48 19 777