

Systemische Gruppenselbsterfahrung

„Sich der Familie stellen - und dem was sonst noch kommt“

21.& 22. Jänner 2022

Inhalte

Wer bin ich? Woher komme ich? Wohin will ich? Diese Frage leiten uns durch einen spannenden gruppentherapeutischen Prozess.

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

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, Imaginationsübungen, 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 10 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 (15EH) 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 – genauer Veranstaltungsort wird noch bekannt gegeben

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, 21.01.2022 von 14.00-20.00 Uhr (7EH)

Samstag, 22.01.2022 von 09.00-17.00 Uhr (8EH)

Anmeldung bis zum 31.12.2020 bei

Mag.^a Claudia Bernt unter praxis@claudiabernt.at oder 0650/48 19 777