



Doris Psenner

Psychotherapie Seminare Coaching

www.dorispenner.eu

Erzherzog-Eugen-Str. 9

6020 Innsbruck

0650-2671973

doris_penner@yahoo.de

Termin : 13.-15.03.2025

Donnerstag, 13.03. (17-21 Uhr)

Freitag, 14.03. (8.30-18.30 Uhr)

Samstag, 15.03.2025 (08.30-16.00 Uhr)

25 Weiterbildungseinheiten

Kosten:

360,-€ (min. 10, maximal 14 Teilnehmer*innen)

Ort:

Innsbruck, Praxis Psenner, Erzherzog-Eugen-Str. 9, 6020 Innsbruck

Seminarbeschreibung:

Hypnotherapeutisch betrachtet erleben wir unterschiedliche Ich-Zustände, die sich im Laufe unseres Lebens in Bezogenheit zu anderen oder Kontexten entwickelt haben und zeigen. Im Pendeln zwischen Bezogenheit und Individuation kann es zu internalen und interaktionellen Ambivalenzen kommen, zu Kränkungen und Unklarheiten. Dabei wird gefühlte Wirklichkeit erzeugt, die oft verhindert, dass neue Impulse in eingefahrene Muster kommen.

Im Workshop sollen Verstehensprozesse gefördert werden, Werte reflektiert, die Gestaltungsfreude gestärkt werden, sowie bewusste und unbewusste Möglichkeiten angeregt werden, sich auf die eigene Art lustvoll in unterschiedliche Kontexte ein zu bringen und die eigenen Kompetenzen in die Welt zu tragen.

Inhalte und Methoden:

Beobachterposition aufbauen – Arbeit mit Seiten
Hypnotherapeutische Herangehensweisen zu ambivalenten Erlebniszuständen oder neg. erlebten Zuständen, z. B. Kränkungen
Bedürfnisse erkennen und Ressourcenzustände aufspüren und herstellen -
Nachnähen und aussöhnen – Baby, Kleinkind, Schulkind, Jugendliche, ...
Bezogenheit herstellen, Wertekonflikte bearbeiten, meine Kompetenzen in die Welt tragen
Individuation: Wer bin ich? Wie? In Bezogenheit zu?
Nähe und Distanz, Assoziation und Dissoziation

Ziele:

Reflexion und Spüren von hypnotherapeutischen und systemischen Herangehensweisen
Therapeutisches Verständnis für bedürfnisorientierte Entwicklung, Utilisation und die Einbeziehung des Körpers
Anregung von bewusster und unwillkürlicher ziieldienlicher Selbstorganisation.

Anmeldung:

Bitte schriftlich per Mail mit Angabe von Name, Titel, Adresse, Handynummer (doris_psenner@yahoo.de)
Bitte bequeme Kleidung und Matte und/oder Decke mitbringen
Eine Abmeldung vom Seminar ist nach dem 01.02.2025 dann möglich, wenn der Platz von jemand anderen übernommen wird.
Bitte überweisen Sie den Seminarbeitrag von 360.-€ bis 15.12.2024 an folgendes Konto: IBAN: AT12 1600 0001 1703 3252

