Institut für Prozessarbeit

Psychotherapie Coaching & Beratung Konfliktarbeit

Ego States - Teilearbeit in Therapie und Beratung

Datum 03.07.2021 - 10:00 Uhr bis 04.07.2021 - 17:30 Uhr

Ort

Institut für Prozessarbeit
Schöntalstrasse 21, 1. Stock
8004 Zürich
Anreise Tram 9 oder 14 (ab HB Richtung Triemli) bis Haltestelle Zürich Werd oder S2, S24, S8 bis Bahnhof Wiedikon. Der Hauseingang Schöntalstrasse 21 befindet sich linkerhand der Liegenschaft Schöntalstrasse 19

Leitung

Dr. med. Erwin Lichtenegger

Ego States - Teilearbeit in Therapie und Beratung mit Dr. med. Erwin Lichtenegger

Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie sowie Traumatherapeut DeGPT. Er arbeitet als Supervisor, Dozent und Psychotherapeut in Winterthur. Zusammen mit Dominik Schönborn leitet er das Fortbildungsinstitut egostates.ch, wo er ein Curriculum zur psychotherapeutischen Arbeit mit Persönlichkeitsanteilen anbietet.

Konditionen

CHF 480.00 für Studierende und IPA-Vereinsmitglieder
CHF 600.00 für Externe

Informationen

info@reinihauser.net

Die Arbeit mit Persönlichkeitsanteilen eignet sich für ein breites Spektrum von Themen in unserer Praxis. Sie regt Entwicklungsprozesse an und fördert einen lebendigen, kreativen und

befriedigenden Prozess in Therapie und Beratung. Der Fokus liegt dabei auf der Stärkung von Selbstregulation und Integrationsfunktionen. Eine ressourcenorientierte Sichtweise hilft die Dynamik der Anteile im inneren System, wie auch deren Interaktionen in äusseren Beziehungen zu verstehen.

Die Vermittlung des Modells mit Grundverständnis, Haltung und Anwendungsindikationen ermöglicht einen effizienten Einstieg in die Arbeit mit Anteilen. Die Einführung einer Position der Mitte sowie der Beobachtungsposition verhelfen zu Orientierung in der Innenwelt und Strukturierung komplexer Prozesse. Es wird aufgezeigt, wie Techniken auf Klient*innen optimal abgestimmt und in der Intensität des Erlebens dosiert werden können. So können für einen positives Verlauf wichtige individuelle Faktoren wie etwa die Persönlichkeitsstruktur berücksichtigt werden. Es gibt viele Überschneidungen von Teilearbeit und Prozessarbeit, die sich in der Praxis sehr gut ergänzen können. Demonstrationen und Kleingruppenarbeit ergänzen die Theorievermittlung.

Zielpublikum sind Studierende der Prozessarbeit und interessierte Teilnehmer*innen aus therapeutisch-beraterischen und verwandten Feldern.

Interview mit Dr. med. Erwin Lichtenegger

Was sind Ego States?

Ego States sind Persönlichkeitsanteile oder Seiten von uns, die sich immer wieder im Alltag zeigen und dann unser Erleben, Handeln und unsere Beziehungsmuster bestimmen. Sie haben sich im Laufe unseres Lebens entwickelt und sind meist geprägt von bedeutenden Beziehungserfahrungen. Es gibt ein grosses Spektrum von Ego States: bewältigende, fürsorgliche, emotionale, kindliche, kritische und viele weitere. Sie bilden ein inneres System von Anteilen, die untereinander und mit uns in einem dynamischen Austausch sind. Sie begründen unsere innere Vielfalt.

Was lernen die Teilnehmer*innen im Seminar?

Im Seminar lernen die Teilnehmer*innen das Ego States Modell kennen und auf die Arbeit mit Klient*innen anzuwenden. Es wird gezeigt, wie mit dem Modell auch in komplexen Situationen erfasst werden kann, um was es geht. Die konkrete Anwendung steht dabei im Mittelpunkt: wie kann die Teilearbeit individuell angepasst eingeführt werden? Wann kann mit welchen Anteilen gearbeitet werden? Welches technische Vorgehen ist passend? Wie kann dabei erlebnisorientiert und für die Klient*innen sicher gearbeitet werden?

Was findest Du attraktiv am Thema?

Mir gefällt besonders, dass durch die Arbeit mit Anteilen eine kreative Arbeitsatmosphäre entsteht. Sie mobilisiert bei Klient*innen wie auch bei uns Ressourcen. Das macht ganz einfach Freude. Die wertschätzende und sorgfältige Grundhaltung bei der Anwendung des Ansatzes führt zu vermehrtem Interesse an inneren Prozessen, stärkt die Selbstakzeptanz und regt lang andauernde Entwicklungsprozesse an. Das Modell ist flexibel und kann den individuellen Arbeitsstil von Therapeut*innen und Berater*innen optimal ergänzen.

Text: Dr. med. Erwin Lichtenegger

© Copyrights 2026 by Institut Prozessarbeit. https://www.institut-prozessarbeit.ch