Institut für Prozessarbeit

Psychotherapie Coaching & Beratung Konfliktarbeit

Dr. med. Erwin Lichtenegger: Ego States 2 - Selbstakzeptanz und Selbstfürsorge

Datum 13.05.2022 - 10:00 Uhr bis 14.05.2022 - 17:30 Uhr

Ort

Institut für Prozessarbeit
Schöntalstrasse 21
8004 Zürich
Schweiz

Leitung

Dr. med. Erwin Lichtenegger

Ego States 2 - Selbstakzeptanz und Selbstfürsorge durch Teilearbeit mit jüngeren Anteilen



Fehlendes Selbstmitgefühl und mangelnde Selbstfürsorge sind oft Ausdruck einer negativen Beziehung zu sich selbst. Die Arbeit mit Anteilen eignet sich gut, um bei unseren Klient*innen eine Entwicklung hin zu vermehrter Selbstakzeptanz zu unterstützen. Eine akzeptierende Beziehung zu sich selbst ist auch eine wichtige Voraussetzung zu befriedigenden äusseren Beziehungen. Dabei spielt die Erfüllung der (Bindungs-)Bedürfnisse von verletzlichen, jüngeren Ego States eine zentrale Rolle. Die innere Kindarbeit kann in Kleingruppen konkret

geübt werden. Dabei kommen auch bewährte imaginative Techniken zur Anwendung.

Zu Beginn einer Behandlung fragen wir uns oft um was es eigentlich geht. Das Teilemodell eignet sehr gut für die Erarbeitung eines Fallverständnis und möglicher Therapieschritte auch bei komplexen Problemstellungen. Wir werden dies anhand konkreter Fälle der Teilnehmer erarbeiten.

Zielpublikum sind Studierende der Prozessarbeit und interessierte Teilnehmer*innen aus therapeutisch-beraterischen und verwandten Feldern. Das Seminar Ego States 2 baut auf dem Seminar Ego States 1 auf.

Daten / Zeiten

Freitag, 13. & Samstag, 14. Mai 2022, 10:00 -17.30 Uhr

Ort

Institut für Prozessarbeit, wenn wegen Covid nicht möglich findet das Seminar online statt.

Kosten

CHF 600.00 / (Studierende und IPA-Vereinsmitglieder: CHF 480.00)

Seminarleitung 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.

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