



Gottesackergasse 6  
D-85072 Eichstätt  
Tel. 0 84 21 / 90 06 28  
Fax: 0 84 21 / 9 00 37 47  
Mobil: 01 60 / 4 63 00 78  
Email: [Sybille.Peter@t-online.de](mailto:Sybille.Peter@t-online.de)  
BSNR: 646906800  
LANR: 758843068

Praxis Stimpfle • Gottesackergasse 6 • 85072 Eichstätt

Eichstätt, 10.02.2016

Einladung zum Seminar

## „ Wer bin ich und wenn ja, wie viele?“

Wie wert-schätzend, acht-sam und liebe-voll mit unseren vielen inter-ess-anten Seiten und Bedürfnissen in einer endlichen Welt umgehen?

Einführung in Arbeiten mit hypno-systemischen Konzepten

Leitung: Peter Stimpfle, Dipl.-Psych., Psychotherapeut

### **Inhalte und Ziele des Seminars:**

Wer kennt das nicht, sich vernünftigerweise vorzunehmen und sich zu sagen, ICH möchte mein Verhalten ändern (z. B. weniger rauchen), um dann irgendwie festzustellen, ES geht einfach (noch) nicht. Es entsteht der Eindruck zweier voneinander völlig unabhängiger Teile, die in einem streiten und in verschiedene Richtungen streben und man selbst schaut diesem Treiben irritiert, vielleicht sogar hilflos (selbst-)verzweifelt oder sogar resigniert, zu. Nach dem hypo-systemischen Modell, das von Gunther Schmidt konzipiert wurde, ist die Frage, wer wir sind ohnehin nicht zu beantworten, denn wir sind Viele, nämlich unterschiedliche (Teil-)Identitäten, Bestrebungen, Wünschen, Bedürfnissen, Seinsweisen, ... Und eigentlich oft sogar (mindestens) zwei gleichzeitig – ein Widerspruch in sich selbst sozusagen. Diese inneren Teile unserer Psyche organisieren unsere emotionalen Grundbedürfnisse und scheinen durch die Art wie sie das tun, sich manchmal sogar gegenseitig zu behindern. Das kann sehr verwirrend sein und Stress machen. Dem systemischen Therapieansatz kommt das Verdienst zu, die Bedeutung der Art zwischenmenschliche Beziehung und Kommunikation in den Fokus gerückt zu haben, wodurch eine Fokussierung auf das sog. „Symptom“ (die „Störung“) im Sinne einer Aufmerksamkeitseinengung aufgebrochen wurde und dadurch der Kontext eines Verhaltens mehr in den Blickwinkel kommt. Im hypnotherapeutischen Ansatz, der durch den amerikanischen Psychiater Milton H. Erickson entwickelt wurde, werden jene unbewusst steuernden internalen Prozesse des Erlebens thematisiert, welche die weitaus größte Mehrheit unseres Verhaltens steuern (man nimmt an bis zu 99%). Damit wird das Unbewusste als eigenständiger Wirkfaktor in Therapie und Beratung eingeführt. Burkhard Peter spricht in diesem Zusammenhang vom Unbewussten als dem therapeutischen Tertium, als eigenständiger Wirkgröße in der Therapie. Im Gegensatz zu den meisten eher kognitiv angelegten Therapieformen sieht die Hypnotherapie nach Erickson in unbewussten unwillkürlichen intuitiven Prozessen einen eigenständigen selbsttätigen dynamischen Wirkfaktor, der unser Erleben und Verhalten steuert. Wenn man dies ernst nimmt, werden die oft so intensiv bearbeiteten Inhalte eines Problems zweitrangig und dann geht es auch nicht mehr primär darum, was gerade zu tun ist oder was richtig oder falsch ist. Vielmehr geht es darum diese unbewussten ES-(geschieht)-Prozesse so auszurichten, dass die betroffene Person wieder handlungsfähig wird. Dies bedeutet, dass weder der Therapeut noch der Patient/Klient

etwas MACHEN oder WOLLEN, sondern dass etwas VON SELBER GESCHIEHT, quasi geboren, gesät, sich entfaltet, entwickelt, eröffnet. Es geht dann weniger darum etwas zu machen, etwas zu wissen, etwas zu kontrollieren, zu planen, sondern Vertrauen in die eigenen Prozesse zu entwickeln und neugierig zu sein, wohin diese einen führen. In einer Welt von Burnout kann dies sehr wohltuend sein, mehr wieder der Intuition zu trauen, anstatt immer MACHEN zu müssen. Das Seminarangebot ist ein Angebot für Interessierte, welche die Prinzipien dieser Arbeit mit inneren Anteilen kennenlernen möchte. Dazu gehört die Bereitschaft, nach innen zu gehen, den „Kopf rauszuhalten“, neugierig zu sein was aus einem selbst kommt, zu lernen auf die leisen inneren Stimmen, Bilder und Gefühle zu achten. Es geht darum sich vom gewohnten Denkmustern frei zu machen, sich etwas vorzustellen (was jeder kann) und damit erst einmal wieder die innere Gestaltungsfähigkeit zurückzugewinnen. Das Seminar ist eine Einführung, um die grundlegenden Prinzipien dieser Arbeitsweise praktisch kennenzulernen, um diese Methodik bei der Arbeit mit Menschen in Bedrängnis als zusätzliche Möglichkeit, als Ergänzung bisheriger Kompetenzen, nutzbar zu machen.

**Datum:** Samstag 16. April 2016,

**Seminarzeit:** 9.00 – 17.00 Uhr, insgesamt 8 Unterrichtseinheiten (UE).

**Seminarort:** Praxis für Psychotherapie Stimpfle, 85072 Eichstätt, Gottesackergerasse 6

**Anmeldung:** schriftliche Anmeldung per Email oder Fax an:

Mail: [sybille.peter@t-online.de](mailto:sybille.peter@t-online.de)

Fax: 08421/9003747

**Seminarkosten:** 125,-- Euro / Person

### **Anmeldeblatt zum Seminar:**

## **"Wer bin ich und wenn ja, wie viele?"**

**Samstag, 16. April 2016, Eichstätt**

Name.....Beruf.....

PLZ/Ort/Straße.....

Tel.:.....Datum.....

den Seminarbeitrag von 125 €

° habe ich auf das Konto Nr.: IBAN DE 03 7509 0300 0107 623801, BIC GENODEF1M05 bei der Ligabank Eichstätt überwiesen.

Unterschrift