MAG.ª SONJA HINTERMEIER, MSc
Praxis für Psychotherapie und Supervision

Klinische Psychologin | Psychotherapeutin (Psychodrama) | Supervisorin | Trainerin | Lehrtherapeutin der FS Psychodrama, ÖAGG

„WAS ICH DIR IMMER SCHON SAGEN WOLLTE"
- Empathetically honest statt radically honest!

Psychodramatisches Selbsterfahrungs-Wochenende

Magª. Sonja Hintermeier, MSc, Psychodrama-Lehr-Psychotherapeutin
& ColeiterInnen

Für: an psychotherapeutischer Selbsterfahrung und/oder Psychodrama interessierte Personen, AusbildungskandidatInnen des Propädeutikums, KlinGes, LSB o.ä.

Manche Menschen trauen sich nie oder nur äußerst selten auszusprechen, was sie wirklich denken, weil sie in erster Linie daran denken, welche Gefühle ihre Ehrlichkeit bei der anderen Person auslösen könnte. Besorgt, es könnten negative Reaktionen folgen, verzichten sie zugunsten vordergründiger Harmonie auf authentische Äußerungen der Selbstoffenbarung.
Andere wiederum üben in geradezu radikaler Form Ehrlichkeit aus und kümmern sich nicht um eventuelle Kränkungen beim Gegenüber und dadurch entstehende Disharmonien. Oft verfallen Menschen, die sich aus der Überangepasstheit „emanzipieren" möchten, erst mal in das zweite Muster. Was wie ein Fortschritt wirkt, ist aber eigentlich nur die Kehrseite der Medaille. In beiden Fällen bleibt etwas auf der Strecke: im ersten Fall die eigene Authentizität, im zweiten Fall die Empathie und das Bemühen um Beziehung.
Dabei muss es kein Widerspruch sein, sich selbst und das Gegenüber wichtig und ernst zu nehmen! Sich selbst mit den eigenen Bedürfnissen und Gefühlen zu aktualisieren und auch das Gegenüber in seinen Gefühlen und Bedürfnissen zu achten, ist möglich. Es erfordert aber Innenschau in die eigene Gefühlswelt und gleichzeitig Bereitschaft zur Einfühlung in das Gegenüber.

TeilnehmerInnen dieses Workshops werden eingeladen, Szenen ihres Lebens mitzubringen, in denen ihnen diese empathische Form der Selbstoffenbarung (noch) nicht gelingt. In psychodramatischen Rollenspielen werden wir diese Szenen nach ihren emotionalen Hintergründen beforschen und daran arbeiten, dass beide Perspektiven berücksichtigt werden können.

Termin:	Freitag, 02.04. bis Sonntag, 04.04.2027 (20AE)
Zeiten:	Freitag: 14.00–18.30, Samstag: 9.30-18.30, Sonntag: 09.30–13.00
Ort:	Seminarraum Salon Sechshaus, Sechshauser Straße 48/1.Stock/Top 2
Kosten:	Euro € 400.- (Ust.-befreit)
Anmeldung:	Mag.ª Sonja Hintermeier, MSc Email: praxis@sonjahintermeier.at