



14. / 15.03.2025

„AKZEPTANZSTRATEGIEN: DIE ARBEIT MIT UNGELIEBTEN SELBSTANTEILEN“

Dipl.-Psych. Jan Spreemann | Mag.^a Alice Fechter-Lederle

Es gibt Phasen in der Therapie, in denen der Prozess stagniert und sich ein Gefühl der Schwere und Lähmung breitmacht. Oft ist dies ein Zeichen dafür, dass Patient:innen bestimmte Selbstanteile vermeiden und nicht haben wollen. Das aufbrausende Wutmonster oder das verletzte und bedürftige Kind werden in den "Keller gesperrt" und unter beträchtlichem Energieaufwand dort gehalten.

Ganz im Sinne der Dritten Welle der VT, werden mit Hilfe eines aktivierenden und

erlebnisorientierten Vorgehens eine zunächst tolerierende, dann wertschätzende Haltung gegenüber solchen Anteilen erarbeitet. Der/Die Patient:in lernt so, die Ressourcen der gesamten Persönlichkeit zum aktiven Problemlösen einzusetzen.

Nachdem unsere eigenen ungeliebten Anteile bei dieser Arbeit immer eine Rolle spielen, sollten die Teilnehmer:innen die Bereitschaft zur Selbsterfahrung mitbringen.

Dipl.-Psych. Jan Spreemann: Approbation als Psychologischer Psychotherapeut, Verhaltenstherapie für Erwachsene in Einzel- sowie Gruppentherapie, Dozent, Supervisor und Lehrtherapeut, Beteiligter Psychotherapeut am Psychotherapeutenverfahren der Deutschen gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV), Kooperationspartner des Beratungs- und Behandlungszentrums für Flüchtlinge und Folteropfer REFUGIO, Rettungsassistent

Mag.^a Alice Fechter-Lederle: Studium der Psychologie in Tübingen und Salzburg, Approbierte Psychologische Psychotherapeutin, Fokus auf Verhaltenstherapie für Erwachsene in Einzel- sowie Gruppentherapie, Soziales Jahr in einer Akutpsychiatrie, Absolvierung einer berufsbegleitenden Fort- und Weiterbildung in Integrativer Eltern-Säuglings-/Kleinkind-Beratung, Tätigkeit in forensisch-psychologischer Behandlung von ehemaligen Gewalt- und Sexualstraftäter*innen in einer psychotherapeutischen Fachambulanz, Weiterbildung zur systemischen Beratung und Psychotherapie

15 Einheiten | Euro 485,00 (für Mitglieder Euro 440,00) | LFI, Auf der Gugl 3, Linz

Link: [VPA - Akzeptanzstrategien: Die Arbeit mit ungeliebten Selbstanteilen](#)

VEREIN FÜR PSYCHOSOZIALE UND
PSYCHOTHERAPEUTISCHE AUS-, FORT- UND WEITERBILDUNG



09. / 10.05.2025

„ANGSTTAGUNG - GESICHTER DER ANGST“

Diverse Referentinnen und Referenten

In einer Zeit, in der Unsicherheiten und Herausforderungen größer werden bzw. allgegenwärtig sind, ist es wichtiger denn je, die unterschiedlichen Ausdrucksmöglichkeiten und Auswirkungen von Sorgen und Befürchtungen zu verstehen. So divers sich die verschiedenen Varianten von Ängsten in Form von Störungen zeigen können (Phobien, Panik, Generalisierte Angststörung, Zwänge etc.), so unterschiedlich ist auch der erforderliche Zugang in der Behandlung und Begleitung.

Ziel der Tagung ist es, ein Bewusstsein für die verschiedenen Gesichter der Angst zu schaffen sowie Wege zu zeigen, wie diese ernst genommen und ihnen zugleich souverän entgegen getreten werden kann.

Um Ihnen Blicke über den Tellerrand zu ermöglichen und somit ein breites Spektrum an diversen Perspektiven zu Ursache- und

Wirkungsanalysen zu bieten, haben wir Professionist:innen aus unterschiedlichen Therapie- und Behandlungsrichtungen eingeladen. Als Referent:innen der Hauptvorträge konnten wir Dr. Hans Morschitzky, Univ.-Prof.in PD. Dr.in Alexandra Schosser, PhD. MBA, Ronja Ernsting, Dipl.-Psych.in Ghita Benaguid, Dr.in Susanne Hedlund (Ph.D., USA) und Eva Barnewitz, MSc gewinnen. Auch darüber hinaus bereichern uns wundervolle Referent:innen mit ihren Workshops und Nebenvorträgen.

Ein besonderes Highlight ist die live Demonstration von Dipl.-Psych.in Ghita Benaguid, die auf der Bühne eine Behandlung mit hypnotherapeutischen Techniken (mit dem Schwerpunkt Einsatz von Mehrebenkommunikation und dem Utilisieren ideodynamischer Prozesse) zeigt, um zu demonstrieren, wie schnell und effizient neue Wege in der Angstbehandlung gegangen werden können.

16 Einheiten | LFI, Auf der Gugl 3, Linz oder Online

Link und Kosten: <https://angsttagung.at/index.php>

VEREIN FÜR PSYCHOSOZIALE UND
PSYCHOTHERAPEUTISCHE AUS-, FORT- UND WEITERBILDUNG



13. / 14.06.2025

„BRÜCKEN BAUEN IN GESPALTENEN WELTEN - HYPNOTHE- RAPIE BEI PERSÖNLICHKEITSSTÖRUNGEN“

Wolfgang Schnellinger

Psychodynamische Psychotherapieverfahren bieten theoretische und praktische Antworten in der Behandlung von schweren Persönlichkeitsstörungen. Wie können wir diese Konzepte in der Arbeit mit Hypnose integrieren und bei komplexen und schwierigen Therapieprozessen Hilfestellungen anbieten? Von

der Diagnostik, der Therapieplanung bis hin zur methodischen Umsetzung soll im Seminar praktisches Vorgehen vermittelt werden. Spezifische Komplikationen wie Suizidalität, Therapiezerstörung, Formen von Selbstverletzungen und das Auftreten zahlreicher Krisen werden beleuchtet.

Wolfgang Schnellinger: Psychotherapeut (HY), TFP-Therapeut, Therapieverantwortlicher am Kepler Universitätsklinikum Linz, Neuromed Campus, Abteilung für Psychosomatik, Schwerpunkt Ess-, Borderline- und komplexe Traumafolgestörungen, eigene Praxis Linz

15 Einheiten | Euro 395,00 (für Mitglieder Euro 350,00) | LFI, Auf der Gugl 3, Linz

Link: [VPA - Brücken bauen in gespaltenen Welten - Hypnotherapie bei Persönlichkeitsstörungen](#)

VEREIN FÜR PSYCHOSOZIALE UND
PSYCHOTHERAPEUTISCHE AUS-, FORT- UND WEITERBILDUNG



29.11.2025

„VON DER SCHWERE ZUR LEICHTIGKEIT - ACHTSAMKEITSBASIERTE INTERVENTIONEN FÜR DIE THERAPEUTISCH PSYCHOLOGISCHE ARBEIT“

MMag. Philipp Zimmermann

Leidende Menschen auf ihrem Weg zu begleiten, kann sinnstiftend und befriedigend, aber auch belastend und überfordernd sein. Besonders Klient:innen die in ihrem Leben traumatisierende Erfahrungen gemacht haben, neigen dazu Therapieangebote abzulehnen und sich gegenüber neu-er heilsamen Erfahrungen zu verschließen. Das kann bei Ihnen, aber auch den Begleiter:innen, zu einem Gefühl der Schwere und Ohnmacht führen. Ziel dieses Seminars ist es Methoden vorzustellen um immer wieder Freude und Leichtigkeit in unsere Arbeit zu bringen. Mehrere Aspekte achtsamkeitsbasierter Interventionen können hier sehr hilfreich sein. Zum einen die Kunst einen Freiraum zu schaffen, sodass wir mit unserem Erleben in Kontakt kommen können, ohne dabei von Emotionen überschwemmt zu werden. Diese Präsenz wird von Klient:innen oft als sehr unterstützend empfunden und macht die Arbeit für uns selbst leichter. Ebenfalls wertvoll ist es den Fokus der Aufmerksamkeit immer wieder bewusst auf das Hier und Jetzt zu richten. Das unterstützt, aus zum Teil bereits sehr oft erzählten leidvollen Geschichten über die Vergangenheit auszusteigen und in der Gegenwart Raum für Neues zu schaffen. An

dieser Stelle bieten körperorientierte "bottom-up" Methoden wie zum Beispiel Somatic Experiencing (Peter Levine) oder Focusing (Eugene Gendlin) eine wichtige Ergänzung zu "top-down" gesteuerten therapeutischen Interventionen. Ein weiteres sehr zentrales Element achtsamkeitsbasierter Interventionen dreht sich rund um den Begriff der Akzeptanz. Damit ist gemeint offen und neugierig gegenüber dem eigenen Erleben zu sein. Tritt anstelle von "Kämpfen gegen..." oder "Wegmachen von..." eine annehmende Haltung, dann kann sich eine gewisse Entspannung einstellen und bietet die Möglichkeit für Veränderung.

In diesem sehr praktisch orientierten Seminar sollen unterschiedliche achtsamkeitsbasierte Interventionen vorgestellt und geübt werden um so einen guten Transfer in die eigene Praxis zu unterstützen. Ergänzt werden sie durch Ausführungen zu therapeutischen Anwendungsfeldern wie dem Focusing (Eugene Gendlin), Somatic Experiencing (Peter Levine) und MBSR - Mindfulness Based Stress Reduction (Jon Kabat Zinn).

Sollte das Wetter es zulassen, werden wir Achtsamkeitsübungen auch im Freien machen.

MMag. Philipp Zimmermann: Klinischer- und Gesundheitspsychologe, Arbeitspsychologe Sanatorium Hera Wien, Psychologische Therapie, Supervision und Coaching in eigener Praxis, Trainer des International Focusing Institute New York, Trainer MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction), Somatic Experience (in Ausbildung), Meditations- und Referentenerfahrung seit 15 Jahren, Besondere Schwerpunkte: Achtsamkeit, Präsenz und Selbstfürsorge in der Beratung

8 Einheiten | Euro 275,00 (für Mitglieder Euro 230,00) | LFI, Auf der Gugl 3, Linz

Link: [VPA - Von der Schwere zur Leichtigkeit](#)

VEREIN FÜR PSYCHOSOZIALE UND
PSYCHOTHERAPEUTISCHE AUS-, FORT- UND WEITERBILDUNG