

# **Doris Psenner**

**Psychotherapie Seminare Coaching**

www.dorispsenner.eu  
Erzherzog-Eugen-Str. 9  
6020 Innsbruck  
0650-2671973 [doris\\_psenner@yahoo.de](mailto:doris_psenner@yahoo.de)



## **Systemische und hypnosystemische Selbsterfahrung**

Im Workshop erleben Sie eine bunte Palette systemischer und hypnosystemischer Methoden. Wir nehmen uns Zeit für gutes Ankommen und nähern uns verschiedenen Lebensfragen auf eine behutsame, stärkende Weise. In kleinen Gruppen erleben Sie Genogrammarbeit, gefühlte Biographiearbeit, Externalisieren, szenisches Arbeiten, Nutzung von Magic Moments, Ziel- und Lösungsarbeit, Bedürfnisse sichtbar machen mit Bildern, u.a.m. Sie können so Sehnsüchte/Muster/Fehlendes erkennen und auch Ihre Kompetenzen als Zuhörer\_in und Berater\_in erweitern. Durch die achtsame Annäherung an die eigene(n) Geschichte(n), das Aufspüren und Spürbar-machen von Ressourcen, das Sichtbar-Machen von persönlichen Werten haben Sie die Möglichkeit, persönliche attraktive Schritte und/oder Ziele daraus ab zu leiten. Ergänzend fließen kurze theoretische Inputs ein. Geschichten aus der Praxis illustrieren mögliche Dynamiken, Entwicklungen und machen metaphorisch Lebensthemen verstehbarer. Ziel der Selbsterfahrung ist neben dem Kennen-lernen der Methode(n) und Reflexion des eigenen Lebens und sich selbst auch ein stärkender Blick auf sich selbst, gute freundschaftliche Selbstgespräche und dazugehörige Verkörperungen.

### **Termin:**

19.02.2026 von 16.00 bis 21.00 Uhr  
20.02.2026 von 09.00 bis 18.00 Uhr  
21.02.2026 von 09.00 bis 17.00 Uhr

### **25 Weiterbildungseinheiten**

**Kosten:** 310,-€

**Ort:** Haus der Begegnung, Rennweg, 6020 Innsbruck

## Anmeldeformular

# Doris Psenner

**Psychotherapie Seminare Coaching**

www.dorispsenner.eu  
Erzherzog-Eugen-Str. 9  
6020 Innsbruck  
0650-2671973, [doris\\_psenner@yahoo.de](mailto:doris_psenner@yahoo.de)

Über Ihr Interesse an dem Selbsterfahrungsseminar freue ich mich.

Bitte schicken Sie das ausgefüllte Formular via Mail an mich.

## Seminaranmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Seminar

### **„Systemische und hypnosystemische Selbsterfahrung“**

mit Mag.<sup>a</sup> Doris Psenner an. Ziel des Seminars ist die Annäherung und Reflexion persönlicher Themen anhand systemischer und hypnosystemischer Herangehensweisen. Ein bunter Mix aus vielen praktischen Übungen, auch in Kleingruppen, Diskussionen und kurze Theorieinputs sowie praktische Beispiele sollen die Ressourcen- und Lösungsorientierung der Ansätze erlebbar machen.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und eine Matte oder Decke mit.

Name: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Handynr.: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

Bitte überweisen Sie den Seminarbeitrag 330.-€ bis 31.12.2025 an folgendes Konto:

**IBAN:**  
**BIC:**

**AT12 1600 0001 1703 3252**  
**BTVAAT22**