

Existenzanalytische Selbsterfahrung

für das psychotherapeutische Propädeutikum Ibk

25 Einheiten

*„Existenzanalyse ist eine phänomenologisch-personale Psychotherapie mit dem **Ziel**, der Person zu einem (geistig und emotional) **freien Erleben**, zu **authentischen Stellungnahmen** und zu **eigenverantwortlichem Umgang** mit sich und ihrer Welt zu verhelfen.“ (Längle A.)*

In der **Existenzanalyse** richten wir den Blick auf die **Bedingungen** für ein **wertfühlendes, selbstgestaltetes und menschenwürdiges Leben**. Somit arbeiten wir an den **personalen Voraussetzungen** für eine **sinnvolle Existenz**, wo diese durch seelische Krankheiten und Störungen verschüttet sind. (siehe auch www.gle.at)

Zentral ist hierbei in eine **Offenheit** und **Eigenaktivität** im **Erleben**, in den **Beziehungen** und im **Handeln** zu kommen.

Leiten werden uns in diesem Selbsterfahrungsseminar die **vier** von Alfred Längle auf Basis der Theorie von Viktor Frankl entwickelten **Grundmotivationen** sowie die Methode der **Personalen Existenzanalyse (PEA)**.

Weiters werden uns Techniken aus dem Bereich der **Achtsamkeit** in der persönlichen Erfahrung unterstützen.

Zeit: Freitag 17. Mai 2024 und Freitag 14. Juni 2024, jeweils von 9 - 19 Uhr

Ort: 6020 Innsbruck, Mozartstraße 6

Kosten: 290 Euro

Anmeldung: unter kontakt@markusfelder.at Tel: 0699-18855415

Rücktrittsregelung: Bis **31. April 2024** ist der Rücktritt ohne Kosten möglich. Nach diesem Zeitpunkt ist der volle Betrag zu bezahlen, außer es wird eine Ersatzperson genannt.

Leitung der Seminare: Dr. Markus Felder

■als Psychotherapeut (eingetragen 2007) und Psychologe (eingetragen 2001) in eigener Praxis tätig ■Existenzanalytiker ■Klinischer Psychologe, Gesundheitspsychologe, Notfallpsychologe, Arbeitspsychologe ■als Supervisor und Coach in der ÖBVP-Liste eingetragen ■Ausbildung in verschiedenen Achtsamkeitsmethoden (MBSR, MBCT, MSC, MBCL) ■Accredited Practitioner in EMDR ■Klinischer Hypnotherapeut (DGH) ■(Curriculare) Fortbildung in der Hakomi Methode (Erfahrungsbasierte achtsamkeitszentrierte Körpertherapiemethode)

Weiterführende Literaturempfehlungen:

Frankl V., ...trotzdem Ja zum Leben sagen: Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager, Penguin Verlag, 2018

Längle A., Lehrbuch der Existenzanalyse, Grundlagen, Facultas.wuv-Verlag, 2013

Längle A., Sinnvoll leben, Eine praktische Anleitung der Logotherapie, Residenz-Verlag, 2011