

**Online-Gruppensupervisionen für LSB und LSB i.A.u.S. 1. Halbjahr 2026**  
**am Vormittag**  
**Zeit: 8.30-12.30 (5 EH) € 80,- (incl. USt.)**

**Anmeldung:** Ingrid Brandlmayr MSc [ingrid.brandlmayr@liwest.at](mailto:ingrid.brandlmayr@liwest.at)  
 0664/5209505

**Jänner**

**Donnerstag, 8. Jänner: Selbstakzeptanz & Körperbild**

Stabile Selbstakzeptanz, Varianten der Selbstwertschätzung, Selbst-auf- und abwertung, Interaktionsmuster auf Paarebene, Selbstdarstellungsstile, Varianten hoher Selbstwertschätzung, Umgang mit Belastungen, Rückkoppelung des Verhaltens auf Selbstkonzept und Selbstwertgefühl, Geschlechtsunterschiede, Chancen und Probleme, Studie, Körperbild, Entwicklung des Körperbildes, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Donnerstag, 15. Jänner: Themen zu Liebe und Partnerschaft**

Grundlegendes zum Thema Liebe und Partnerschaft, Arten der Liebe, Entstehung, Vorteile, Bestandteile der Liebe, Paarungssysteme, Blick in die Geschichte, Beratungsanlässe, Gesetze zu Partnerschaft und Lebensgemeinschaft, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Donnerstag, 22. Jänner: Co-Abhängigkeit & Suchtverhalten**

Ursachen der Co-Abhängigkeit, Ist Co-Abhängigkeit erkennbar? Schritte in die Abhängigkeit – Sucht, Besonderheiten der Co-Abhängigkeit, Reaktionen co-abhängiger Menschen, Teufelskreis suchtkrank – co-abhängig, Phasen und Folgen der Co-Abhängigkeit, 1. Schritt aus Co-Abhängigkeit, Beratungsprozess, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Donnerstag, 29. Jänner: Generationenkonflikt als Beratungsthema**

Generationsbeziehung - Generationsdifferenz – Generationskonflikt, Begründungen des Generationsvertrages, Generationsgerechtigkeit als Sinndimensionen eines Generationsvertrages, die historischen Kündigungen des Generationsvertrages, der Bindungs- und Ablöseprozess, das Los- und das Gehenlassen, Altersdiskriminierung, Kindesdiskriminierung, Kontaktabbruch als individuelle Störung des Generationenvertrages, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Februar**

**Donnerstag, 5. Februar: Themen Gewalt und Gewaltprävention in der psychosoz. Beratung**

Differenzierung Aggression – Gewalt, Formen der Gewalt, Ursachen, Gewaltspirale, Veränderungsblindheit, Auswirkungen häuslicher Gewalt, Stufen der Opferwerdung, gesetzliche Grundlagen, mögliche Interventionen, Gewaltprävention, Risikomarker, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Donnerstag, 12. Februar: Hochsensibilität**

Ursprung des Begriffs und Definition, Wahrnehmung der Hochsensibilität, Eigenschaften, Kompetenzen hochsensibler Menschen, Vor- und Nachteile, Unterschiede Männer – Frauen, Kinder, Abgrenzung Hochsensibilität zu Trauma und anderen Empfindlichkeiten, Verletzlichkeit, Außersinnliche, nicht alltägliche Wahrnehmung, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Donnerstag, 19. Februar: Beratung bei Mobbing**

Definition Mobbing, das Mobbingssystem, Phasenmodell im Mobbingprozess, was nicht Mobbing ist, mögliche Ursachen in der Persönlichkeit, begünstigende Faktoren, Mobbingfolgen, Pflichten des Arbeitgebers + Schule, „Cyber-Mobbing“, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Donnerstag, 26. Februar: Psychosoziale Beratung bei Minderwertigkeitsgefühlen und Komplexen**  
 Grundlagen, Entstehung des Minderwertigkeitsgefühls, körperliche vs. psychische Minderwertigkeit, Männer – Frauen, Formen der Kompensation, Vorteile und Ausreden, Konzept der Komplexe, Auswirkungen auf Beziehungen, Lösungswege, Ziel der Beratung  
 Wandlung der Komplexe, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

### März

**Donnerstag, 5. März: Resilienz –die Fähigkeit der wirklich Erfolgreichen**

Grundhaltungen, Fähigkeiten und Einflussfaktoren einer stabilen Haltung im Leben, Bedeutung, Forschung, Entwicklung Resilienz, Resilienzkonzept, Einflussfaktoren, Persönlichkeitsfaktoren, Resilienzfaktoren, -entwicklung, Ziel der psychosoz. Beratung, Stufenmodell Resilienz, fördernde Bewältigungsstrategien, Planung der psychosoz. Beratung, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Donnerstag, 12. März: Umgang mit schwierigen KlientInnen und Widerstand in der Beratung**

Einführung Persönlichkeitskunde, Querulanten, Nörgler und Besserwisser, Beziehungen gestalten, Vertrauen und Machtausübung in Beziehungen, Widerstand, Warnsignale frühzeitig erkennen, Konfliktpsychologie, Wut, psychologische Brandbeschleuniger, Konfliktprophylaxe, Änderung von Verhaltensmustern, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Donnerstag, 19. März: Beratung von Eltern**

Die Eltern-Kind-Beziehung, Entwicklungsstufen nach Erik H. Erickson, 5 Säulen der Neuen Autorität, unterstützende elterliche Haltung, Elterngespräch in der Schule, Hort, Kindergarten, schulpsychologische Beratung, Beratung vor einvernehmlicher Scheidung, Elternberatung nach §95 Beratung während der Phasen im Trennungs-, Scheidungsprozess, Familien-, Eltern- oder Erziehungsberatung, Notruf-Nummern, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Donnerstag, 26. März: Rituale in der Beratung**

Definition Ritual, Historische Wurzeln, Bedeutung und Funktion, Risiken, Bestandteile eines Rituals, Nutzen und Wirkung, Gehirnforschung, Arten, Ritualdesign, Schritte zur Einführung von Rituale, Durchführung und Symbolik, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

### April

**Donnerstag, 9. April: Psychosoz. Beratung bei depressiven Verstimmungen**

Definition, Anzahl erkrankter Personen weltweit, Symptome, Unterschied Männer-Frauen, Kinder, ältere Menschen, Symptome larvierte Depression, Risikofaktoren, Ursache für deprimatives Syndrom, Schweregrad, Klassifikation nach ICD-10, Schritte für psychische Gesundheit, Prävention, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Donnerstag, 16. April: Beratung bei Liebeskummer**

Definition Liebeskummer, Unterschied Liebeskummer und Trauer, Ursache, Gefühle, Fähigkeiten, Studien, Biologie, Phasen des Liebeskummers, Unterschiede im Umgang bei Männern und Frauen, Symptome, Dauer, Phasenmodell Liebeskummer, psychosoziale Beratung-Abgrenzung zur Psychotherapie, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Donnerstag, 23. April: Machtkämpfe und Streit in Beziehungen**

Dynamik und Entwicklungen von Partnerschaften, Schwellensituationen, Macht in Beziehungen und Strukturen, Macht und Kontrolle, toxischer Kreislauf, Funktionsprinzipien von Paarbeziehungen, Grundthemen in Partnerschaften, Merkmale funktionaler Partnerschaften, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Donnerstag, 30. April: Nachholende Innere Kind Arbeit**

Grundlagen, Ist-Zustand – Soll-Zustand, Schuldfähigkeit und Menschenwürde, Aufgaben des inneren Kindes, innere Eltern, Reparenting, Eigenverantwortung statt Opferrolle, Frieden schließen, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

### Mai

#### **Donnerstag, 7. Mai: Aufstellungsarbeit in der psychosoz. Beratung**

Entwicklung der Methode, Wirkungsweise, Ziele, Rahmenbedingungen, Arten und Setting, Durchführung einer Aufstellung, Grundprinzipien, Interventionsformen; Was wird aufgestellt, Lernschritte, Grenzen, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

#### **Donnerstag, 21. Mai: Missbrauch, Misshandlung, Vernachlässigung**

Formen der Misshandlung von Kindern - Definitionen, Erklärungsansätze, Langzeitfolgen von psychisch traumatisierender und emotional deprivierender Entwicklungsbedingungen in Kindheit - Jugend, Risiko-, Schutzfaktoren, Resilienz bei Misshandlung und Vernachlässigung, Langzeitfolgen von Trennung und Scheidung, Krankheitsbilder, Gesetze, Vorgehen bei Hinweisen auf Kindeswohlgefährdung, Checkliste, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

#### **Donnerstag, 28. Mai: Outdoorberatung**

Natur und Emotionen, Wirkung der Natur auf Psyche und Körper, Zielgruppen und Themen für psychosoz. Beratung in der Natur, Studien, mögliche Themen, grundsätzliche Informationen für die Outdoorberatung, rechtliche Aspekte, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

### Juni

#### **Donnerstag, 11. Juni: Psychodynamische Kurzzeitberatung**

Ursprünge, das gegenseitige Regulierungsmodell, Emotionen verstehen und erkennen, das dreieinige Gehirn, die neuronale Verschaltung der Emotionen, emotionale Verarbeitung, Evidenz für Interventionen, Umgang mit Abwehrmechanismen, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

#### **Donnerstag, 18. Juni: Elemente der positiven Psychologie in der Beratung**

Neurobiologische Grundlagen des Wohlbefindens, neuronale Grundlage positiver Emotionen, Therapieansätze, die Wohlbefinden und menschliche Stärken fokussieren, Beratung und Salutogenese, durch psychosoziale Beratung Freude, Vergnügen und Glück fördern, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

#### **Donnerstag, 25. Juni: Psychosoz. Beratung bei Perfektionismus & Workaholismus**

Definition, Workaholic, Anzeichen für Workaholismus, Ursache und Entwicklung; Sind Workaholics Leistungsträger? Perfektionismus, hinderlicher – förderlicher Perfektionismus, Anzeichen von Perfektionismus, Krankheitssymptome, der Perfektionismus Teufelskreis, Tipps für KollegInnen von Workaholics, Balance, Ziele der psychosoz. Beratung, Beziehung BeraterIn und KlientIn, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

Einzelsupervision und Einzelselbsterfahrung nach Terminvereinbarung online oder Gesundheitspraxis Linz.

Freue mich!

Ausbildungsberechtigt im Rahmen der Ausbildung „Lebens- und Sozialberatung – psychologische Beratung“ nach BGBI II Nr. 112/2006 §4 (4) 1, zur Ausübung der Einzel- und Gruppen-Supervision und nach §4 (3) 1 zur Ausübung der Einzel- und Gruppen-Selbsterfahrung.

Eingetragen im ExpertInnenpool Supervision der WKO.