

**Online Gruppensupervisionen für LSB und LSB i.A.u.S. 2026**  
**am Abend**  
**Zeit: 17.00 – 21.00 (5 EH) € 80,- incl. Ust.**

**Jänner**

**Dienstag, 13. Jänner: 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

**Dienstag, 20. Jänner: 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

**Dienstag, 27. Jänner: Kunst- und Gestaltungselemente in der psychosozialen Beratung**

Ziele und Ausdrucksformen künstlerischer Beratung, Neurowissenschaft der Kreativität, Wirkfaktoren, Kreativität als Element der Gestaltberatung, Wirksamkeit der Kunst- und Gestaltungselemente für Lebenskunst und Entwicklung, Einsatzbereiche, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Februar**

**Dienstag, 3. Februar: Heraus aus der Komplex- oder Opferrolle**

Grundlagen, Kontrollverlust, Gefühle der Hilflosigkeit, Scham und Schuld, Sichtweise des Opfers, Grundhaltungen, Opfererleben, Konzept der Komplexe; Das Drama-Dreieck und der Weg heraus, Umgang mit Ängsten, Bewältigung der Opferhaltung, Entwicklung der Selbstwirksamkeit, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Dienstag, 10. Februar: Abbau von Blockaden/Lernblockaden und Prüfungsangst in der Beratung**

Lernen – Definition, aus neurobiologischer Sicht, aus kognitivistischer Perspektive, aus sozial-konstruktivistischer Sicht, Gehirnforschung: Vorgänge bei Stress oder Angst, Stressoren, Stressverarbeitung, Erscheinungsformen und Auswirkungen von Lernblockaden, psychologische Interventionsebenen und logische Lerntypen, Ursachen, Prävention und Intervention bei Lernschwierigkeiten, Bewältigungsstrategien, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Dienstag, 17. Februar: Abgrenzung – Individuation für persönl. Erfolg und Salutogenese**

Individuation: Definition, Ziel, Entwicklungsstufen nach Erik H. Erickson, psychosoziale Entwicklung nach Robert R. Havighurst, Bereiche der Selbstfindung; Was bedeutet Grenzen setzen? Was passiert, wenn keine Grenzen gesetzt werden? Bedürfniskreis, Abgrenzung, gesunde vs. Unter – Überabgrenzung, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Dienstag, 24. Februar: Ablösungsprobleme als Thema in der psychosoz. Beratung**

Was sind Ablösungsprozesse, wann beginnt er, Ablösephasen und Abschiedsphasen, Stufen der Entwicklung des Selbst, Störungen im Ablösungsprozess, Ablösung von Kindern – für Eltern, Typen nicht erwachsener Männer, voll funktionstüchtige Persönlichkeit, Graves Stufenmodell, Wege der Ablösung für Männer/ für Frauen, Methodenkoffer, Interventionen und Auftragsklärung in der Beratung, Fallsupervisionen

## März

### **Dienstag, 3. März: Themen von Aggression, Gewalt und Gewaltprävention in der Beratung**

Differenzierung Aggression – Gewalt, Formen der Gewalt, Gewaltspirale, Auswirkungen häuslicher Gewalt, gesetzliche Grundlagen, mögliche Interventionen, Gewaltprävention, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

### **Dienstag, 10. März: Beratung bei depressiven Verstimmungen**

Grundlagen, Symptome, Statistik, Unterschied Männer-Frauen, Kinder, ältere Menschen, larvierte Depression, Risikofaktoren, Ursache für depressives Syndrom, Schweregrade, Grenze psychosoz. Beratung-Psychotherapie, Schritte für psychische Gesundheit, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

### **Dienstag, 17. März: Innere Konflikte und Entscheidungsfindung als Themen in der Beratung**

Definition: Was ist ein Innerer Konflikt? Symptome, Ursachen, Verhaltenspsychologische Sichtweise, entscheidungstheoretischer Konfliktbegriff, Emotionsskala, Bewältigungsstrategien, Hilfen zur Entscheidungsfindung, unbewusste innere Konflikte – Tiefenpsychologie Freud, Jung, Frankl, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

### **Dienstag, 24. März: Beratungsthema Motivation steigern**

Grundlagen der Motivationsforschungen, bewusste und unbewusste Motive, Bedürfnisse, Lebensmotive, Gründe unterschiedlicher Motivation, Gehirnforschung, Motivationsarten, Motivationssteigerung, Motivationsverstärker, Forschung, Motivation & Volition, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

### **Dienstag, 31. März: Lösungsorientierte psychosoz. Beratung**

Grundlagen lösungsorientierter Beratung, Grundprinzipien, Unterschied Problem- und Lösungsorientierung, Grundannahmen der Lösungsorientierten Beratung, geschichtlicher Hintergrund, Verhalten von Klient:innen, Erstgespräch, Essentials, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

## April

### **Dienstag, 14. April: Konfliktberatung**

Grundlagen, Konflikt-Ursachen, Konfliktescalationsstufen, Grundstrategien im Konflikt, Grundmuster Konfliktlösung, Unterscheidung nach Streitgegenständen, Konflikttypen oder –arten, erste Schlüsselinterventionen, Gehirnforschung, positive Sicht auf Konflikte, Voraussetzung & Grundlagen, Rollenbild Berater\_in, Phasen im Beratungs-Prozess, Konflikt-Aussprache, Verhandlungsklima, Verhalten, Konfliktbearbeitung, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

### **Dienstag, 21. April: 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

### **Dienstag, 28. April: Leistungsdruck als Beratungsthema**

Leistungsdruck - Definition, Leistungsdruck und Überarbeitung systemisch betrachtet, wie aus Leistungserwartung Leistungsdruck werden kann, wann wird es gefährlich? Versteckte Imperativkonflikte, Schuldgefühle als Blockade, Entstehung von Haltungen in Lern- und Leistungskontexten, Bewertung im Kontext, Wechselwirkungen mit anderen Bereichen, Methodenkoffer für die Beratung, Fallsupervisionen

**Mai****Dienstag, 5. Mai: Themen von Macht und Streit in Partnerschaften**

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

**Dienstag, 12. Mai: Hypnotsystemische Beratungselemente**

Grundlagen, Unterschied zwischen Hypnose – Hypnotherapie & systemische Therapie, die Geist-Körper-Verbindung, Einsatzgebiete, das Teile-Modell, Altersregressionstechniken Altersprogressionstechniken, Visualisieren, Imaginieren oder Veränderungen vorgeben, Unterschiede bei der Beratung mit Kindern, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Dienstag, 19. Mai: Themen Neid & Missgunst in der Beratung**

Definition, Bewertung in Religionen, Gefühl Neid und Ausprägungen, Bedeutung von Neid in Psychologie, Soziologie, Verhaltensforschung und Psychiatrie, Abgrenzung zu Eifersucht, produktive Nutzung des Neidgeföhls, Neiderreger und Neider: Interaktion, Ausdruck, Reaktion, Sinn des Neidgeföhls, Ziele in der Beratung, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Dienstag, 26. Mai: Einsatz psychotherapeutischer Methoden in der psychosozialen Beratung**

Definition, Differenzierung Psychotherapie – psychosoziale Beratung, Ziele: Therapie-Beratung, mögliche Themen, Hauptrichtungen der Psychotherapie, Methodenkatalog, Impulse für die Arbeitsweise, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Juni****Dienstag, 2. Juni: Eifersucht**

Ursprung, Definition, Auslöser und Folgen, psychodynamische Dreierbeziehung, emotionale Zustände bei Eifersucht, emotionale Reaktionen, Studien, Fehlentwicklungen, Pathologien, Tipps für Angehörige, Prävention, Überwindung der Eifersucht, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Dienstag, 9. Juni: Beratung in der Arbeitswelt**

Grundlagen, Beratung von Führungskräften, einzelner Personen, Teamberatung, Arbeitsgruppen, Krisenberatung, Organisationsberatung, Kooperation und Netzwerken, Fall- oder Case-Management, Qualitätsmanagement, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Dienstag, 16. Juni: Biografiearbeit in der Lebensberatung**

Definitionen und Trends der Biografiearbeit, biografische Reflexionen und deren Effekte, ethische Haltungen, männliche und weibliche Biografiearbeit, mögliche Themen, biografisch fragen, Nichtgesagtes erforschen, Praxisfelder und Altersgruppen, Rahmenbedingungen, Abgrenzung Biografiearbeit und Therapie, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Dienstag, 23. Juni: Bindungsängste erkennen und bewältigen**

Bindungstheorie, Bindungsangst, Gemeinsamkeiten Bindungsängstlicher, Abwehrstrategien, Phasen einer Beziehung mit beziehungsängstlichen Menschen, Psychologische Ursachen, Arten, Bindungsangst und Narzissmus, Bindungsängste bei Frauen und Männern, Bindungsangst und Aggression, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Dienstag, 30. Juni: Veränderungsarbeit durch Sprache in der Beratung**

Grundlagen, Gedankenmuster hinterfragen, das Milton-Modell & das Meta-Modell der Sprache, Struktur von Glaubenssätzen und der Realität, Kriterienhierarchie, Formel für Verhaltensänderung, das Konflikt-Integrations-Modell, in Trance versetzen, die wichtigsten Muster, Methodenkoffer, Fallsupervisionen

**Anmeldung:** 0664/5209505, [Ingrid.brandlmayr@liwest.at](mailto:Ingrid.brandlmayr@liwest.at)  
[www.gesundheitspraxis-linz.at](http://www.gesundheitspraxis-linz.at)

Einzelsupervision und Einzelselbsterfahrung nach Terminvereinbarung.  
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. Auch für Ausbildung nach neuer Verordnung.

Eingetragen im ExpertInnenpool Supervision der WKO.