

Ego States

Referent:in
Selina Brunner
& Erwin
Lichtenegger

Datum: 9./10. März 2026

Zeit: 09.15 bis 12.30 / 13.45 bis 17.00 Uhr

Ort: ZSB Bern

Villemattstrasse 15, 3007 Bern

Inhalt

Das Seminar richtet sich an Berater:innen und Fachpersonen aus psychosozialen Berufen (u.a. Pädagogik, Pflege, Psychomotorik, Sozialarbeit, Ergo-, Kunst- und Körpertherapie).

Im Kurs führen wir in die Grundlagen der Ego-State-Arbeit ein und zeigen, wie das Modell konkret in der Beratung angewendet werden kann.

Sehr hilfreich ist die Reflexion der eigenen Anteile, die durch die Zusammenarbeit mit Klient:innen aktiviert werden können, und die für die Beziehungsgestaltung in der Beratung wichtig ist.

Nach Demonstrationen durch die Dozent:innen werden die Techniken mit eigenen Themen in Kleingruppen geübt.

- Wie das Teilemodell bei Klient:innen eingeführt wird
- Wie die themenrelevanten Ego States/ Anteile gefunden werden
- Verbale, symbolische und szenische Technik (Rollenspiel)
- Dosierung von Intensität des Erlebens durch Technikwahl
- Systematischer Aufbau von Sitzungen über mehrere Schritte hinweg
- Einführung von Mitte- und Beobachtungsposition zur Stärkung des regulierenden Selbst
- Stabilisierende Techniken, z. B. innere Helferübung, Aufbau von bewältigenden Ego States

www.egostates.ch

Referent:in



Erwin Lichtenegger: Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie FMH, eigene Praxis in Winterthur. Langjährige Erfahrung in Psychotherapie, Supervision und Lehre mit Schwerpunkt Psychotraumatologie und Arbeit mit Ego States.



Selina Brunner: Eidg. anerkannte Psychotherapeutin mit eigener Praxis im ZSB Bern. Spezialisiert auf die Behandlung komplex traumatisierter Menschen und dissoziativer Störungen. Tätigkeit in Therapie, Supervision und Lehre.



Kosten: CHF 450

Für diese Fortbildung erhalten Sie 16 Credits.

Anmeldung unter diesem Link:

<https://www.zsb-bern.ch/bildungsangebot/ego-states/>

Hinweis: Anzahl Plätze ist auf 25 Teilnehmende beschränkt.