

Ego States

Dozent:in
Selina Brunner
& Erwin
Lichtenegger

Datum: 4./5. September 2026
Zeit: 09.15 bis 12.30 / 13.45 bis 17.00 Uhr
Ort: ZSB Bern
Villettemattstrasse 15, 3007 Bern

Inhalt

Das Seminar richtet sich an Psychotherapeut:innen mit abgeschlossener Grundausbildung.

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

Das Ego State Modell ist auch in therapeutischen Beziehungsgestaltung hilfreich. Eigene Anteile, die in der Therapie aktiviert werden, können erkannt und reguliert werden.

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

Wir zeigen

- Wie das Teilemodell bei Patient: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 der Mitte- und Beobachtungsposition zur Stärkung des regulierenden Selbst
- Stabilisierende Techniken, wie die innere Helferübung, Aufbau von bewältigenden Ego States

www.egostates.ch

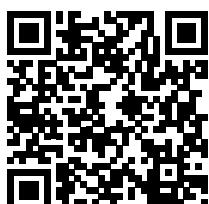
Dozent:in



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.
Das Seminar richtet sich an Psychotherapeut:innen mit abgeschlossener Grundausbildung.