

## Wer bin ich? Woher komme ich? Wohin will ich?

(Stand: Januar 2023)

### **Fortlaufende Gruppenselbsterfahrung (psychodynamisch-interaktionell) zur Persönlichkeitsentwicklung**

#### Adressatenkreis:

Die seit November 2017 laufende Gruppe ist offen für alle an ihrer Persönlichkeitsentwicklung interessierten Personen, die sich besser kennen lernen, ihre inneren Muster und Beziehungsdynamiken verstehen und verändern möchten.

Psychotherapeuten/innen sowie Ärzte/innen in Weiterbildung können mit der Teilnahme ihre formalen Weiterbildungsanforderungen erfüllen. Gruppenteilnehmer sollten nicht persönlich miteinander bekannt sein.

#### Ziel und Methode:

Im vertraulichen und offenen Austausch in der Gruppe ist es möglich, sich und seine Geschichte, die eigenen Wünsche und Schwierigkeiten besser zu verstehen und neue Wege zu erarbeiten. Ziel ist es, Handlungsspielräume zu erweitern und damit innere und äußere Freiheitsgrade zu gewinnen. Durch bewusstere und flexiblere Umgangsmöglichkeiten mit Beziehungen und den Anforderungen des Lebens reduzieren sich Ängste und Leid und es gewinnen Lebensfreude, Gesundheit, Selbstwirksamkeit und Selbstvertrauen mehr Raum.

Dieser Prozess erfordert Geduld und Wohlwollen mit sich selbst und anderen. Grundlagen für die Arbeit sind die Gruppenanalyse nach S. H. Foulkes und die interaktionelle Gruppenarbeit nach Irvin Yalom.

**Wann:** 6x pro Jahr, jeweils Freitag 14.30 Uhr bis Samstag 17.00 Uhr (jeweils 7 Doppelstd. Gruppe)

**Beginn:** Mögliche Einstiege: nur im Juni oder Dezember, falls ein Platz frei wird

#### Voraussichtliche Termine:

<b>2023:</b>	03./04.02	31.03./01.04.	26./27.05.	28./29.07.	13./14.10.	01./02.12.
<b>2024:</b>	02./03.02	05./06.04.	07./08.06.	02./03.08.	04./05.10.	06./07.12.

**Wo:** Tagungshaus Erbacher Hof, Grebenstraße 24, 55116 Mainz (www.ebh-mainz.de)

#### Teilnahmebedingungen:

Die Gruppe wird als fortlaufende, halboffene Gruppe mit max. 12 Plätzen geführt. Teilnahmedauer ist mindestens ein Jahr (6 Blöcke). Wenn nicht gekündigt wird, verlängert sich die Teilnahme um jeweils 3 Blöcke. Vor der Zusage für einen Platz in der Gruppe ist ein persönliches Vorgespräch beim Leiter in Mainz notwendig (90.- €). Für nicht-wahrgenommene Wochenenden wird ein Ausfallhonorar vereinbart. Ein- und Ausstieg sind 2x jährlich möglich.

**Kosten pro Block:** Für Firmen/Institutionen: 480.- Euro; für Selbstzahler: 400.- Euro für PiAs: 370.- Euro

Die Kosten beinhalten Pausengetränke und Pausensnacks, ein Abendessen am Freitag und ein Mittagessen am Samstag. Übernachtungen können bei Bedarf individuell im Erbacher Hof dazu gebucht werden.

#### Für Ärzte und Psychotherapeuten:

Die Gruppenselbsterfahrung kann sowohl für die Selbsterfahrung im Rahmen der Ausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten als auch für die Facharztausbildung anerkannt werden. Einzelheiten müssen jeweils individuell besprochen werden. Für bereits approbierte Ärzte/Ärztinnen und Psychotherapeuten/innen können für die Teilnahme Fortbildungspunkte (LPK-RP) bescheinigt werden.

#### Gruppenleiter:

**Prof. Dr. Sebastian Murken** ist Psychologischer Psychotherapeut (TP), Gruppenlehranalytiker (D3G) und Gruppenanalytischer Supervisor und Organisationsberater (D3G, DGSv), zertifizierter Selbsterfahrungsleiter (LPK-RP), Religionspsychologe und Dozent. Er arbeitet in eigener Praxis in Mainz.

#### Information und Anmeldung zum Vorgespräch:

Prof. Dr. Sebastian Murken, Kurt-Schumacher-Str. 23, 55124 Mainz, sm@sebastian-murken.de, Tel. : 06131/9455394