

Innere Strukturen heilen

PESSO-WORKSHOP



**Auf der Insel Reichenau
vom Sonntag 14. bis Mittwoch 17. September 2025**

INGRID STURM

PESSO-WORKSHOP AUF DER INSEL REICHENAU

Vom Sonntag 14. bis Mittwoch 17. September 2025

In einem wunderschön direkt am Ufer des Bodensees gelegenen Tagungshaus auf der Insel Reichenau, in dem wir auch übernachten und gut essen können, nehmen wir uns eine Auszeit vom Alltag, um unseren Blick nach innen zu richten. Mit Abstand zu unseren beruflichen und privaten Verpflichtungen können wir uns in diesem Workshop in einer wertschätzenden und achtsamen Atmosphäre mit unseren eigenen Themen und Bedürfnissen beschäftigen. An vier Seminartagen arbeiten wir mit max. 10 Gruppenteilnehmenden insgesamt 24 Zeitstunden.

Jeden Morgen bietet die Seminarleitung eine Meditation an. Die körperorientierte PESSO-Therapie ermöglicht es uns, im Rahmen einer sog. 'Struktur', ein eigenes Thema in und mithilfe der Gruppe so zu bearbeiten, dass wir neue, heilsame Erfahrungen machen und eine neue Perspektive auf unser Ausgangsthema gewinnen können.

Am Nachmittag gibt es freie Zeit, um uns zu erholen. Wir können am hauseigenen Sandstrand die Seele baumeln lassen, Spaziergänge machen oder die Insel mit dem Fahrrad erkunden. Am Abend des vorletzten Seminartages gibt es die Möglichkeit, auswärts essen zu gehen, zusammen am Feuer zu sitzen oder zu tanzen.

LEITUNG

Dipl.-Psych. Ingrid Sturm
praxis-sturm.de

Psych. Psychotherapeutin (TP)
Pesso-Therapeutin
Psychodramatherapeutin



**«Deine Wunde ist
wahrscheinlich nicht
deine Schuld.
Doch ihre Heilung ist
Deine Verantwortung.»**

Zitat unbekannter Herkunft

INGRID STURM, Jahrgang 1958; in freier Praxis bin ich seit 1992 in Berlin, seit 1997 in Lörrach und Basel tätig, arbeite als Psychotherapeutin mit tiefenpsychologischen Methoden, Psychodrama und PESSO-Therapie mit Einzelnen, Paaren und Gruppen, begleite als Supervisorin Teams in unterschiedlichen Arbeitsfeldern und arbeite für verschiedene Weiterbildungsinstitute als Dozentin, Seminarleiterin und Lehrtherapeutin.

INNERE STRUKTUREN HEILEN

Unser Körper weiß oft viel mehr als unser Bewusstsein, was wir brauchen, was uns guttut oder schadet. Körperliche Reaktionen und Symptome können uns wertvolle Rückmeldungen darüber geben, welche Bedürfnisse in unserer Lebensgeschichte, die in unserem Körpergedächtnis gespeichert ist, nicht adäquat befriedigt werden konnten. In diesem Seminar arbeiten wir mit Techniken, die aus der PESSO-Therapie stammen. Jede*r Seminarteilnehmende hat ein eigenes Zeitfenster zur Verfügung. Ausgehend von einem aktuell belastenden Thema kann mit der Begleitung der Seminarleiterin exploriert werden, welche lebensgeschichtlichen Erfahrungsmuster und Bewältigungsstrategien unseren aktuellen Konflikten zugrunde liegen. Mithilfe von Rollenspieler*innen aus der Gruppe ist es möglich, individuell passgenaue, neue und lebensbejahende Vorstellungsbilder und Interaktionen zu gestalten. So können unsere Bedürfnisse 'nachgenährt' werden und an die Stelle alter Verletzungen und Traumata neu konstruierte Erinnerungen an eine Welt treten, wie sie hätte sein sollen. Indem diese neuen Erfahrungen körperlich erlebt und verankert werden, können sie auf einer tiefen strukturellen Ebene heilsam wirken.

AKKREDITIERUNG

38 Fortbildungspunkte

können auf Wunsch und gegen eine Gebühr von 30 € bei der LPK Baden-Württemberg beantragt werden.

KOSTEN UND STORNOBEDINGUNGEN

Teilnahmegebühr für den Workshop

Teilnahmegebühr für den Workshop
mit eigenem Pessa-Strukturplatz € 480
Stornobedingungen siehe Anmeldeblatt

UNTERKUNFT UND VERPFLEGUNG

Haus Insel Reichenau Markusstrasse 15, D-78479 Reichenau

3 Nächte Unterkunft im Tagungshaus
(erwünscht, aber nicht Bedingung):

im Einzelzimmer inkl. Frühstück € 225
im Doppelzimmer inkl. Frühstück € 192

Die Verpflegung im Tagungshaus ist verpflichtend.
Mittagessen - großes Buffet € 19.50
Abendessen - Vesperbuffet/Suppe € 14.00

Buchung der Übernachtung

Telefon 0049 7534 9955-0
reichenau@familienferien-freiburg.de

Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung werden im
Tagungshaus bei der Abreise bezahlt.

AN- UND ABREISE

Das Tagungshaus ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln er-
reichbar: Am Bahnhof Radolfzell oder am Bahnhof Singen
Umstieg in den Nahverkehrszug „Seehas“. Bis Bahnhof
„Reichenau (Baden)“ fahren. Von dort besteht eine
Busverbindung zur Insel Reichenau (Haltestelle: Schloss
Königsegg, ca. 5 Minuten Fußweg zum Tagungshaus).

Für Anreisende mit Pkw gibt es kostenfreie Parkplätze, die
zum Tagungshaus gehören.

ZEITLICHER RAHMEN

**Sonntag, 14. September 2025, 14 Uhr,
bis Mittwoch, 17. September 2025, 14 Uhr**

1. Tag

14 bis 18 Uhr
18 bis 19 Uhr
19 bis 21 Uhr

Dienstag

Seminar
Abendessen
Seminar Abendsitzung

2. und 3. Tag

7 bis 7.45 Uhr
ab 7.30. Uhr
8.30 bis 12 Uhr
12 bis 13 Uhr
anschl.
16 bis 18 Uhr
18 bis 19 Uhr
MO 19 bis 21 Uhr
Di ab 18 Uhr

Mittwoch und Donnerstag

Angebot zur Meditation
Frühstück
Seminar
Mittagessen
Zeit zur freien Verfügung
Seminar
Abendessen
Seminar Abendsitzung
freier Abend

4. Tag

7 bis 7.45 Uhr
ab 7. 30 Uhr
8.30 bis 12 Uhr
12 bis 13 Uhr
13 bis 14 Uhr

Freitag

Angebot zur Meditation
Frühstück
Seminar
Mittagessen
Abschluss

ANMELDUNG

Psychologische Praxis
Ingrid Sturm
Frohnbergstr. 18
D-79539 Lörrach

+49 7621 13476
info@praxis-sturm.de

praxis-sturm.de

Seminar

14. bis 17.9. 2025

Insel Reichenau

INGRID STURM

innere Strukturen heilen

PESSO WORKSHOP

ANMELDEFORMULAR

**Pessoworkshop 14. bis 17. September 2025
Insel Reichenau**

**Anmeldeformular bitte mit Unterschrift
versehen zurückschicken**

gerne eingescannt als Anhang per mail an
info@praxis-sturm.de

oder per Post an
Psychologische Praxis
Ingrid Sturm
Frohnbergstr. 18
D-79539 Lörrach

Personalien

| | |
|-----------------|----------------------|
| Name | <input type="text"/> |
| Geburtsdatum | <input type="text"/> |
| Privatanschrift | <input type="text"/> |
| | <input type="text"/> |
| Telefon | <input type="text"/> |
| Mobil | <input type="text"/> |
| Email | <input type="text"/> |
| Beruf | <input type="text"/> |

Vorerfahrungen

Selbsterfahrung/Psychotherapie ja nein

Fortbildungszertifikat

Ich wünsche ein kostenpflichtiges
Fortbildungszertifikat der LPK (€ 30) ja

Unterkunft und Verpflegung

Ich werde im Tagungshaus wohnen:

in einem EZ (€ 75/Nacht inkl. Frühstück) ja nein

in einem DZ (€ 64/Nacht inkl. Frühstück) ja nein

zusammen mit

Die Verpflegung im Tagungshaus ist für alle Seminarteilnehmenden verpflichtend - siehe Infos zu Unterkunft und Verpflegung.

Ich bin Vegetarier*in ja nein

Unverträglichkeit ja nein

welche?

Für den Pessoworkshop vom 14. – 17. 9. 2025 melde ich mich verbindlich an.

Die Anzahlung von € 100 werde ich innerhalb der nächsten 14 Tage auf das Konto von Ingrid Sturm überweisen:

IBAN DE 32 6835 0048 0101 106680.

Die Restzahlung von € 380 wird mit Rechnungsstellung 14 Tage vor Seminarbeginn fällig.

Mit dem Eingang des Anmeldeformulars bei der Veranstalterin (Ingrid Sturm) und der Anzahlung wird die Anmeldung rechtsverbindlich.

Mit den Stornobedingungen bzgl. der Seminargebühren bei der Veranstalterin erkläre ich mich einverstanden: Falls der Workshop von Seiten der Veranstalterin abgesagt werden muss, werden alle erfolgten Zahlungen rückerstattet. Bei Absage des Seminars von Seiten des/der Teilnehmer*in bis zu 30 Tagen vor Seminarbeginn wird eine Ausfallgebühr von € 100 erhoben. Bei 30 bis 7 Tagen vor Seminarbeginn beträgt die Ausfallgebühr € 200, bei weniger als 7 Tagen muss die volle Seminargebühr bezahlt werden.

Zu beachten: Bei Übernachtung im Tagungshaus gelten dafür die Stornobedingungen des Hauses Insel Reichenau.

Ich nehme an dem Selbsterfahrungsseminar in eigener Verantwortung teil und erkläre hiermit, dass ich aktuell an keiner Sucht- oder psychotischen Erkrankung leide.

Ich erkläre mich damit einverstanden, dass zum Zweck der Organisation von Anreise und Unterkunft meine Kontaktdaten (Emailadresse, Herkunftsort und Telefonnummern) vor Seminarbeginn mittels einer Liste allen Seminarteilnehmenden und dem Hotelbetreiber zur Verfügung gestellt werden.

Ort, Datum

Unterschrift