



# Selbsterfahrung

## PSYCHODRAMA PESSOTHERAPIE

### FORTLAUFENDE JAHRESGRUPPE

FÜR PROFESSIONELLE

mit Ingrid Sturm im Herzen von Zürich

INNERE KONFLIKTE LÖSEN UND HEILSAME ERFAHRUNGEN ERMÖGLICHEN

#### Selbsterfahrung Jahresgruppe

In einer psychodramatischen Aufstellungsarbeit kann die Protagonist\*in aktuelle Beziehungs- oder Konfliktsituationen mit Hilfe von Rollenspieler\*innen in verdichteter Form körperlich erfahren und zusätzlich aus der Metaperspektive wahrnehmen. Daraus können Lösungsbilder oder positive Zukunftsprojektionen entwickelt und ggf. im Probehandeln erlebt werden.

Bei einer Pessso-Strukturarbeit exploriert die Leiterin, zusammen mit der Protagonist\*in, welche biographischen Erfahrungsmuster und Bewältigungsstrategien dem aktuellen Ausgangskonflikt zugrunde liegen und welche Grundbedürfnisse in der Lebensgeschichte unbefriedigt geblieben sind. Diese können mit Hilfe von Gruppenmitgliedern, die Rollen von 'idealen Bezugspersonen' spielen, nachträglich passgenau befriedigt werden, so dass an die Stelle alter Mangelenerlebnisse, Verwicklungen und Traumata neu konstruierte positive 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.

#### FÜR WEN?

##### Teilnehmer\*innen

Für alle, die an vertiefter Selbsterfahrung interessiert sind und ggf. Elemente der körperorientierten Psychodrama- und Pesssoarbeit in die eigene Praxis integrieren möchten. Es ist nicht indiziert für Personen, bei denen akute Suchterkrankung oder psychotische Erkrankung vorliegen.



## LEITUNG

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

Psychotherapie (TP)  
Supervision  
Teamentwicklung  
Weiterbildung

INGRID STURM, Jahrgang 1958; in freier Praxis bin ich seit 1992 in Berlin, seit 1997 in Lörrach und Basel tätig, arbeite als Psychotherapeutin, auch mit 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.

## INFORMATION

### Termine

26./27. September 2025  
30./31. Januar | 11/12. September 2026  
29./30. Januar | 10./11. September 2027

### Seminarzeiten

Jeweils freitags und samstags von 9 bis 18 Uhr mit einer Mittagspause von jeweils 1, 5 Stunden

### Leitung

Dipl. Psych. Ingrid Sturm, Psychologische Psychotherapeutin, praxis-sturm.de  
Psychodrama-Weiterbildungsleiterin, Pesso-Therapeutin und Supervisorin

### Akkreditierungen

Organisiert vom PDH für Psycholog\*innen und Ärzt\*innen

Für jedes Seminar gibt es vom FSP 15 Einheiten, vom FMH 13 Credits und von der LPK Baden-Württemberg/Deutschland voraussichtlich 20 Fortbildungspunkte

### Ort

Kulturhaus Helferei beim Grossmünster, Kirchstrasse 13, 8001 Zürich

### Kosten

Pro Seminar der Jahresgruppe: CHF 500 und CHF 450 für pdh Mitglieder (2 Tage)

Wir werden euch vor dem Kurs die Rechnung schicken.

Die Anmeldung ist verbindlich. Bei einer Abmeldung später als 30 Tage vor Kursbeginn werden die gesamten Kosten verrechnet. Bei früheren Abmeldungen wird ein Unkostenbeitrag von CHF 30.- in Rechnung gestellt.

### Anmeldung Information

Einstieg auf Anfrage bei Ingrid Sturm  
info@praxis-sturm.de oder 0049-7621-13476

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eintreffens berücksichtigt.