

Innenwelten

**„Aller guten Dinge sind Drei“ –
Achtsamkeit, Hypnosepsychotherapie und
das Spiel der inneren Anteile.**

Selbsterfahrungsseminar in
Hypnosepsychotherapie

Dieter Dengel & Tanja Liebl

06. - 07. November 2026

Steiermarkhof, Ekkehard-Hauer-Straße 33,
8052 Graz



Dieses Selbsterfahrungsseminar bietet zum einen die Gelegenheit, Hypnosepsychotherapie als psychotherapeutische Methode kennenzulernen und zum anderen einen achtsamen Ausflug in die eigene Innenwelt zu unternehmen, um sich so ein Stück weit mit dem dynamischen Wirken der eigenen Persönlichkeitsanteile vertraut zu machen.

In Selbsterfahrungsprozessen geht es oft um die Fragen: „Wer bin ich?“, „Wer will ich sein?“ und auch „Wie kann ich gut in Kontakt und in Beziehung mit mir und meinen Mitmenschen sein?“.

Achtsamkeit, Hypnosepsychotherapie und die Arbeit mit inneren Anteilen werden als Triade erfahrbar, die den Raum für die Begegnung mit sich selbst in unterschiedlichen Dimensionen eröffnet:

In der Achtsamkeit verankern wir uns in unserem Körper, um im Hier und Jetzt zu verweilen. Durch inneres Beobachten wird eine differenzierte Selbstwahrnehmung gefördert, die sowohl ein Verbunden-Sein mit dem Gegenüber als auch ein Bei-Sich-Selbst-Sein ermöglicht.

Weitere Informationen
auf www.tanjaliebl.at

Wir nutzen hypnotische Trance als Zustand der fokussierten Aufmerksamkeit, um in Innenwelten einzutauchen. Unter der Oberfläche des Alltagsbewusstseins entdecken wir unbewusste Ressourcen und möglicherweise auch Konfliktthemen, welche erforscht werden möchten.

In der Begegnung mit den eigenen inneren Anteilen eröffnen wir einen Dialograum, in dem die Vielfalt der eigenen Persönlichkeit sichtbar und das dynamische Zusammen- oder auch Entgegenwirken des "inneren Teams" spürbar wird. Die Gruppe bietet einen besonderen Raum, um eigene Anteile achtsam zu erforschen. So kann dann, früher oder später, die Antwort auf die Frage nach "Wer spricht da in mir, mit wem in Dir?" (in den verschiedensten Beziehungen) beantwortet werden.

Anrechenbarkeit

Dieses Seminar ist unter anderem für das psychotherapeutische Propädeutikum, im Rahmen der Ausbildungen Lebens- und Sozialberatung, Klinische Psychologie und Gesundheitspsychologie als Selbsterfahrung anrechenbar. Da die Anforderungen für die Anerkennung von Selbsterfahrung je nach Ausbildungsinstitut variieren können, empfehlen wir, vorab mit dem jeweiligen Institut Rücksprache zu halten.

Leitung

Dieter Dengel

Psychotherapeut für Psychoanalytisch-Psychodynamische Therapie/Hypnosepsychotherapie; Sozialarbeiter und Sozialpädagoge. Selbstständige Tätigkeit in freier Praxis in Graz mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. www.dieter-dengel.at

Tanja Liebl

Psychotherapeutin für Psychoanalytisch-Psychodynamische Therapie/Hypnosepsychotherapie und Hebamme. Selbstständige Tätigkeit in freier Praxis in Gleisdorf mit Erwachsenen mit Schwerpunkt auf peripartale psychische Krisen. www.tanjaliebl.at

Steiermarkhof, Ekkehard-Hauer-Straße 33, 8052 Graz

Datum: 06.-07. 11. 2026

Zeit: jeweils 9:00 – 17:00, inklusive Pausen

Maximale TN: 14

16 Einheiten á 45 Minuten.

Teilnahmegebühr: €490,-

Anmeldung

<https://tanjaliebl.typeform.com/to/Fxp2n80z>

[Informationen zu den Buchungs- und Stornobedingungen \(AGB\) unter \[www.tanjaliebl.at\]\(http://www.tanjaliebl.at\)](#)