



Ideen | Neue Aspekte | Psychologie

Mag. Herwig Thelen

Themenschwerpunkte

- Neue Autorität
- Affekt-Mentoring
- Begegnung mit Menschen in psychischer Ausnahmeverfassung
- Motivierende Gesprächsführung
- Paare in der Krise
- Jesper Juul Familien-Beratung

Mein Angebot

- Vorträge
- Seminare
- Teambuilding
- Klausuren
- Führungskoaching
- Supervisionen
- Selbsterfahrung





2022 bis laufend	Gast-Lehrauftrag am ISI Zürich
2021 bis laufend	Gast-Lehrauftrag Universität Klagenfurt
2021	Erweiterung der Praxis mit Juliette Eröd zum Zentrum für Grinberg Anwendungen
2019	Coautor und Mitherausgeber des Buches „Neue Autorität – Das Handbuch“ V&R
2015	Eröffnung der Praxis für Familienpsychologie in der Schönaugasse 8, 8010 Graz
2011	Leitung der Akademie für Kind, Jugend und Familie in Graz

2011	Mitautor des Buches „5x5 der Elternschule“ (Handlungsratgeber)
2007 bis 2010	Freier Mitarbeiter des Instituts für Kind, Jugend und Familie, Graz
2006 bis 2007	Ausbildung zum Klinischen- und Gesundheitspsychologen
2005 bis 2010	Leitender Mitarbeiter der Steirischen Fach-stelle für Suchtprävention VIVID
2005	Abschluss in Psychologie an der Karl-Franzens-Universität Graz
1988 bis 2005	Künstlerische Tätigkeit als Komponist und Bühnenautor



Neue Autorität, wo sie eigentlich nicht geht

Wie kann Neue Autorität in schwierigen Settings gelingen?

Das bekannte Elterncoaching-Tool stellt eine kostbare Basis für professionelles (sozial)pädagogisches Handeln dar. Dennoch scheinen unsichere Bindungs- und Trauma-Erfahrungen Grenzen in der Anwendung darzustellen. Unter Miteinbeziehen der neuesten neurobiologischen Erkenntnisse, wird das Konzept tiefgreifend erweitert und für traumapädagogische und bindungsgeleitete Settings angereichert.



Erkenntnisperlen:

- Sie frischen Ihr Basiswissen zur Neuen Autorität auf
- Sie lernen Traumastates von Erschöpfungskrisen zu unterscheiden
- Sie lernen, die psychischen Defensivstrategien im Alltag zu erkennen
- Sie lernen, gewaltlosen Widerstand gegen die Manifestation einer psychischen Störung zu leisten
- Sie erfahren deutliche Erleichterung in der Arbeit mit „schwierigen“ Verhaltensweisen

McGonagall trinkt Kaffee mit Obi-Wan Kenobi

Wie finde ich meine Rolle im Hilfesystem?

Helfer*innen müssen weder Superlösungen hervorzaubern noch tatenlos zusehen. Sie sollten jedoch ihre Rolle besonders klar definieren und dabei möglichst alle Einladungen ins „Drama“ dankend ablehnen. Die in der Antike entwickelte und aus Blockbuster-Filmen geläufige Klassische Dramaturgie gibt uns Klarheit und Anleitung darüber, wie wir diverse „Heldinnen“ und „Helden“ auf ihrer Reise ein wesentliches Stück begleiten und dabei ausgesprochen hilfreich sein können. Das gilt nicht nur für eine gute Story, sondern gleichermaßen für das echte Leben.



Erkenntnisperlen:

- Sie erarbeiten spielerisch wesentliche Aspekte der Selbsterfahrung
- Sie lernen die Grundlagen der Klassischen Dramaturgie und deren Archetypen kennen
- Sie erarbeiten die Grundlagen der Mentoring-Haltung
- Sie erkennen, wann sie sich selbst und ihre Hilfe für zu wichtig oder für zu unwirksam halten
- Sie erfahren deutliche Erleichterung bei Betreuungsanfängen, Leerläufen und Abschlüssen

Kinder, die Systeme sprengen

Niemand gewinnt, wenn wir sie verlieren

Unsere Schulen und Einrichtungen sind für Kinder, die gelernt haben zu funktionieren. Dass jedoch genau die Verweigerung dieses Funktionierens ein wichtiges Schutzmuster der Seele sein kann, ist für so genannte „Systemsprenger“ und ihre Begleiter*innen leidvoller Alltag. Die psychische Selbstverteidigung zielt dabei unbewusst aber treffgenau auf unsere Schwächen. Die eigene Psychodynamik besser zu verstehen und sich mit Introjekt-Rollen zu befassen sind unverzichtbare Anforderungen, um diesen Kindern gerecht zu werden. In diesem Seminar legen Sie den Grundstein dafür, eine robuste Verantwortungsbeziehung aufzubauen und gleichzeitig die Bindung auf ruhiger Flamme zu halten.



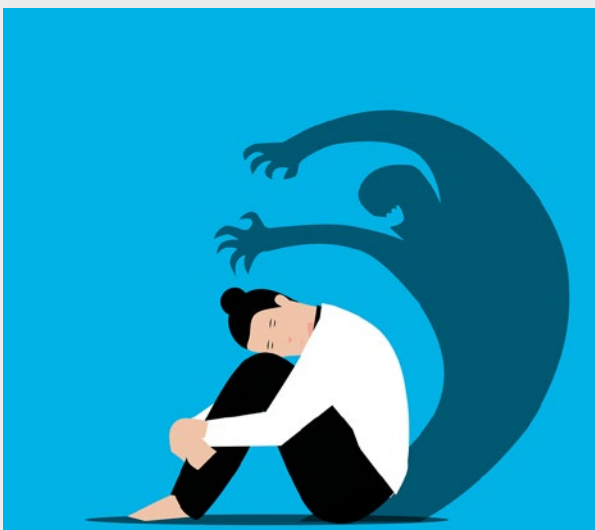
Erkenntnisperlen:

- Sie erlangen ein Grundverständnis des menschlichen Stresssystems
- Sie lernen psychische Schutzmechanismen an einfachen Beispielen kennen
- Sie erfahren mehr über ihre affektive Beschaffenheit und deren Bedeutung für Traumastates
- Sie lernen verschiedene (Trauma)Krisen von psychischer Schutzdynamik zu unterscheiden
- Sie erlernen erste hilfreiche Techniken und Haltungen für die Begegnung mit „systemsprengendem“ Verhalten

Keine Angst vor der Angst

Wie wir trotz oder wegen unserer Angst vorankommen

Angst ist ein Begriff mit vielen Bedeutungen. Sich im Dschungel zwischen Stress, schneller Überlebenssicherung, sozialer Scheu und sorgenvoller Zukunftsbewältigung auszukennen, erfordert schon einen genauen Blick auf diese sehr unterschiedlichen Phänomene. Betroffene nennen all das Angst und fühlen sich ihr ausgeliefert. Im Seminar erarbeiten wir, wie wir diesen verschiedenen Angstanteilen bei uns selbst und bei anderen besser begegnen können. Wie kann Kohärenz hergestellt werden und, warum sollte man das nicht um jeden Preis tun.



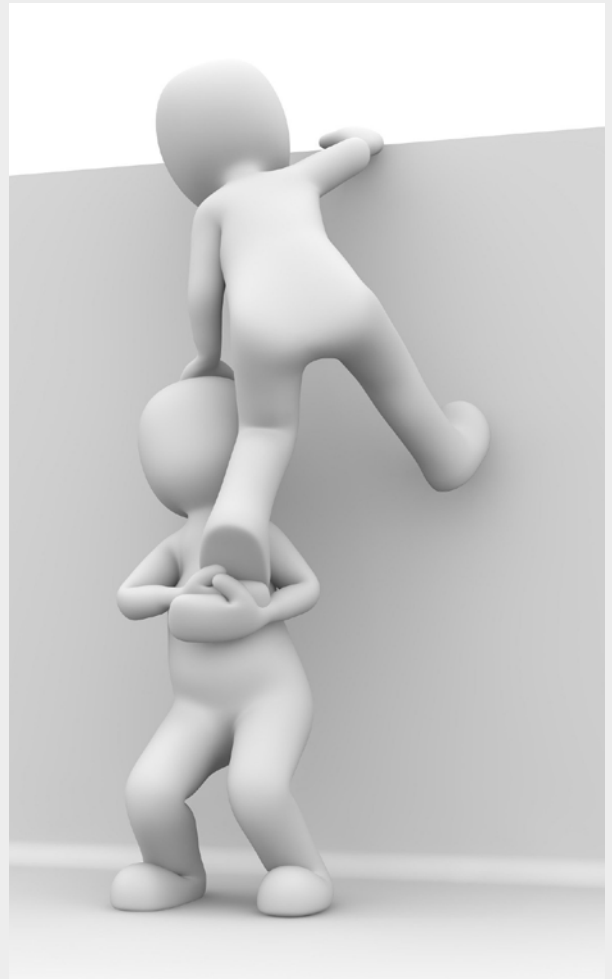
Erkenntnisperlen:

- Sie erlangen ein Grundverständnis für die verschiedenen Aspekte der Angst
- Sie lernen Stress und Affekte von sorgenvollen Gedanken zu unterscheiden
- Sie erfahren mehr über die Bedeutung von Angst für unsere psychische Abwehr und für das Durchsetzen unserer Interessen. Auch wie sich davor besser schützen.
- Sie lernen verschiedene Angstbewältigungsstrategien kennen und in erste Anwendung zu bringen

Motivierende Gesprächsführung

Wie schaffen wir bessere Bedingungen für Veränderung

Tu endlich, was ich will - nicht nur Geheimdienste wünschen sich ein Zaubermittel, um das zu erreichen. Das ist zum Glück unmöglich, da wir autonome selbstbestimmte Wesen sind. Dennoch kann man durch einfache Haltungen veränderungsfreundliche Bedingungen schaffen, die meinem Gegenüber wieder mehr Zugang zu seinen/ihren Veränderungskraften ermöglichen. Die Techniken des Motivational Interviewing nach Miller und Rollnick werden dabei mit aktuellen Erkenntnissen aus der Motivationsforschung angereichert.



Erkenntnisperlen:

- Sie erlangen ein Grundverständnis darüber, was Menschen motiviert
- Sie lernen die Haltung, Prinzipien und Techniken der Motivierenden Gesprächsführung kennen.
- Sie erfahren mehr darüber, warum jemand ein Problem hat, aber keinen Rat annehmen kann.
- Sie lernen tatsächliche Ambivalenz und Veränderungssprache zu erkennen und hervorzubringen

Wer bin ich unter Druck?

Wie kann ich mich als zuverlässige und stabile Persönlichkeit erleben

In vielen beruflichen und privaten Konflikten erleben wir immer wieder, wie bei uns „die Sicherung geht“. Wir werden impulsiv, unterwürfig oder wir ergreifen die Flucht. Das Stresssystem übernimmt das Kommando. Dabei wissen wir genau, wie wir uns hätten verhalten sollen – aber leider erst im Nachhinein. Wie können wir unser Stress- und Affektsystem besser kennen lernen und unter Kontrolle bringen? Das erfahren Sie anhand von Beispielen und Übungen in diesem Workshop.



Erkenntnisperlen:

- Sie erlangen ein Grundverständnis über Krise und Deeskalation
- Sie lernen das Toleranzfenster der Erregung und die Affektiven Grundbahnen kennen.
- Sie können ein emotionales Profil ihrer „Trigger“-Affekte Erstellen.
- Sie erlernen den Umgang mit eigenen und fremden Extrememotionen

Eltern-Sein in turbulenten Zeiten

Wie kann ich Beziehungsstress von meinen Kindern fernhalten?

Für Eltern ist vieles neu: die Rollenverteilung, die Isolation, die Konsum- oder Medienorientierung aller Familienmitglieder. Wenn Mütter versuchen, „ihren Mann zu stehen“, oder Väter „pünktlich nachhause zur Familie“ wollen, bekommen sie abschätzige Blicke von allen Seiten. Erziehungsthemen drängen sich in die Paarbeziehung, und bald ist der Ofen aus - Liebende werden zu Feinden, und die Trennung wird zum Kampf, oft auch um die Kinder. Wie können wir unsere Ego-Inseln verlassen und uns immer wieder absichtslos und neu aufeinander einlassen? Antworten gibt es in diesem Seminar.



Erkenntnisperlen:

- Sie erlangen ein Grundverständnis über die Herausforderungen moderner Familien
- Sie lernen die zentralen Bedürfnisse von Kindern bei elterlichen Konflikten kennen.
- Sie trainieren, Konfliktpartnern sowohl mit Hirn als auch mit Herz zu begegnen.
- Sie erlernen den Umgang mit destruktiv kommunizierenden Familienmitgliedern



1. Neue Autorität – Das Handbuch – Konzeptionelle Grundlagen, aktuelle Arbeitsfelder und neue Anwendungsgebiete – Bruno Körner, Martin Lemme, Stefan Ofner, Tobias von der Recke, Claudia Seefeld und Herwig Thelen

Seit Entstehen des Konzeptes Ende der 1990er-Jahre hat die Neue Autorität in unterschiedlichen Tätigkeitsfeldern ihre Anwendung gefunden. Das Herausgebernnetzwerk NeNA (Netzwerk Neue Autorität) stellt das bewährte Konzept erstmals deutlich in die Aufmerksamkeit des pädagogischen, therapeutischen, führungsbezogenen und auch gesamtgesellschaftlichen Kontextes...

ISBN 978-3-525-40490-4 Preisklasse: ca. 53€



2. Ängstliche Kinder unterstützen – Die elterliche Ankerfunktion –

Haim Omer und Eli Lebowitz

When children develop an anxiety disorder, the best solution is to provide ongoing help within the familial context. How that can best be implemented may be seen in this articulate and impressive book.

ISBN 978-3-525-40218-4

Preisklasse ca. 25€



3. Verkörperter Schrecken – Traumaspuren in Gehirn, Geist und Körper und wie man sie heilen kann - Bessel van der Kolk

Dieses Buch erschließt ein faszinierendes neuartiges Verständnis der Ursachen und Folgen von Traumata und schenkt jedem, der die zerstörerische Wirkung eines solchen Erlebnisses kennengelernt hat, Hoffnung und Klarheit.

ISBN 978-3-944476-13-1

Preisklasse: ca. 40€

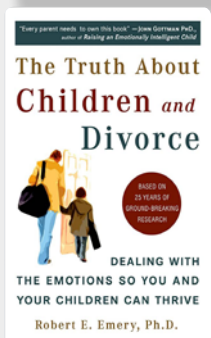


4. Trauma und Körper – Ein sensumotorisch orientierter psychotherapeutischer Ansatz – Pat Ogden, Kekuni Minton und Clare Pain

„Aus einer Vielzahl von Gründen wird der Körper bei der Redekur übergangen.“ Mit diesem einleitenden Satz kündigen die Autoren dieses Buches die Erweiterung der traditionellen Redetherapie an.

ISBN 978-3-87387-717-7

Preisklasse: ca. 55€



5. The truth about children and divorce – Dealing with the emotions so you and your children can thrive – Robert E. Emery

Nationally recognized expert Robert Emery applies his twenty-five years of experience as a researcher, therapist, and mediator to offer parents a new road map to divorce.

ISBN 978-0-452-28716-7

Preisklasse: ca. 25€

Auszug meiner Referenzen



ISI Zürich



INA Linz



Universität Klagenfurt



MedUni Graz



SOS Kinderdorf



Diakonie de La Tour



Caritas



Jugend am Werk



Lebenshilfe



Alpha Nova

Praxis Thelen

+43 664 14 22 879
herwig@thelen.at
www.thelen.at

Preise



- Honorarsatz: € 1.100 – zzgl. FK und MwSt pro Seminartag

