



## **DIE 5 STÜTZEN MEINER IDENTITÄT**

IDENTITÄTSMODELL AUS DER GESTALTPÄDAGOGIK VON H. PETZOLD

Fr, 1. und Sa, 2. März 2024

Feldkirch

1

"Die 5 Stützen der Identität" ist das Identitätsmodell aus der Gestaltpädagogik, von H. Petzold und H. Heidl. Die Stützen: Leib / Soziales Netz / Arbeit und Leistung / Materielles / Werte – stehen in Wechselwirkung zueinander. Sie werden als tragende oder gefährdete Stützen reflektiert, lösungs- und ressourcenorientiert bearbeitet. Die fünf Stützen sind nicht immer gleich stark ausgeprägt. Die Tragfähigkeit und ihre Wichtigkeit werden je nach Lebenssituation individuell wahrgenommen. Unter Identität versteht man die Einzigartigkeit eines Lebewesens, insbesondere eines Menschen.

Identität ist die einzigartige Persönlichkeitsstruktur eines Menschen, das „wer bin ich, auf wen beziehe ich mich, wer bezieht sich auf mich, worüber definiere ich mich und was macht mich aus“. Identität ist ein lebenslanger Prozess. Identität entwickelt und verändert sich im Lebensverlauf (Identitätsentwicklung und Identitätskrisen).

Dieses Modell dient BeraterInnen, Coaches, SupervisorInnen, PädagogInnen als Tool zur individuellen und ganzheitlichen Diagnose der aktuellen Lebenssituation der betreuten/begleiteten/supervidierten Person. Die Methode kann zudem im Selbstmanagement, in der Burnout-Prophylaxe und im StressCoaching als Reflexion bzw. Diagnosemodell bei Erwachsenen, Jugendlichen, Kindern eingesetzt werden.

Im Zentrum dieses Seminars stehen anregende und erlebnisorientierte Übungen zu den "5 Stützen meiner Identität". Dadurch bietet sich Ihnen die Möglichkeit, Ihre aktuelle Lebenssituation zu reflektieren und die Erfahrungen und Erkenntnisse für sich zu nutzen. Gleichzeitig bekommen Sie einen Einblick in gestaltSystemisches Arbeiten.



## DEIN NUTZEN

- Die Das Modell der 5 Stützen meiner Identität
- praktisch angewandt und theoretisch unterlegt
- Informationen für den Einsatz in Ihrer Zielgruppe
- Erstes Kennenlernen der gestaltpädagogischen Arbeitsweise und Methodik
- Arbeitsunterlagen

## DIE INHALTE

- Achtsamkeit und Selbstreflexion: Eigene Bedürfnisse und Gefühle wahrnehmen und verstehen
- Praktische Selbstfürsorgestrategien: Beobachtung, Entspannung und Selbstregulation
- Stressbewältigung: Verstehen, wie Stress entsteht, Strategien zur Bewältigung von Stress und zur Förderung der Resilienz

## ZIELGRUPPE

Sozial -PädagogInnen, BeraterInnen, SupervisorInnen, Coaches, PädagogInnen und Menschen, die andere Menschen begleiten und/oder beraten und dies gerne mit kreativen Medien machen

## ANRECHENBARKEIT

Dieses Seminar gilt als Einstiegsseminar für den Lehrgang GestaltSystemisch beraten & begleiten und/oder als Spezialseminar zur Erlangung eines GestaltSystemischen Diploms.

## SEMINARZEITEN

Fr, 1. – Sa, 2. März 2024  
18 Einheiten  
jeweils von 09.00 – 18.00 Uhr

## DEINE INVESTITION

450 Euro brutto

## SEMINARORT

Feldkirch

## TRAINERINNEN

### **Maria Magdalena Kühne, MA**

Pädagogin, Erziehungs- und Bildungswissenschaftlerin, Lebens- und Sozialberaterin, diplomierte systemische Coach, Konfliktcoach, Trainerin, tätig in der Nachgehenden sozialpädagogischen Arbeit  
[www.gestaltssystemisch.at](http://www.gestaltssystemisch.at) | [mmk@gestaltssystemisch.at](mailto:mmk@gestaltssystemisch.at)

### **Katrin Herburger**

Lebens- und Sozialberaterin, Gestaltpädagogik Beraterin, diplomierte systemische Coach, Trainerin, Bankangestellte (seit 20 Jahren) mit Schwerpunkt Marketingmanagement - in Karenz



www.gestaltssystemisch.at | kh@gestaltssystemisch.at |  
+43 (0)650 2710 274

VERANSTALTERINNEN UND  
ANMELDUNG

**Akademie für GestaltSystemisches Arbeiten -  
Netzwerk**

[www.gestaltssystemisch.at](http://www.gestaltssystemisch.at)

Telefon oder Mail an Katrin Herburger:

+43 650 27 10274 | [kh@gestaltssystemisch.at](mailto:kh@gestaltssystemisch.at)