

FACHTAGUNG

Wege aus der Einsamkeit

SYSTEMISCHE PERSPEKTIVEN

ZU EINSAMKEIT



IST
Institut für
Systemische
Therapie
●

Workshopinhalte &
Kurzbiografien
der Vortragenden

Workshops (13:30 - 15:15, parallel)

Die Dynamik von Einsamkeit in der Traumatherapie

Mag.a Evtimiya Radeva Kulnigg & Dr.in Astrid Just

Aus systemischer Sicht sind soziale Beziehungen in der Traumatherapie unverzichtbar. Ein traumatisches Ereignis kann am besten heilen, wenn wir mit anderen Menschen über unsere Wunden sprechen. Fehlt diese Möglichkeit, bleiben wir mit dem Trauma alleine, können es nicht teilen und werden einsam. Genau diese Einsamkeit verstärkt das Trauma und verhindert Beziehungsaufbau und Verbundenheit. Im Workshop befassen wir uns mit dieser Dynamik und den Möglichkeiten, das Trauma mit anderen Menschen zu teilen.

Einsam in virtuellen Welten

Roland Scherabon

Die allorts „leis-lärmende“ Digitalisierung durchdringt mit zunehmend stärker werdendem KI-Turbo mittlerweile alles und Jeden. Immer mehr Menschen ziehen sich auf der Welle der digitalen „Geborgenheit“ zurück und das auf Kosten der direkten Interaktion mit dem Gegenüber. Wie weit befeuert diese Entwicklung ein zunehmend kollektives Einsamkeitsgefühl? Wir schauen uns in diesem Workshop unterschiedliche Kontexte von Einsamkeitserfahrung „unter tausend Freund:innen“ an und besprechen Zugänge und Impulse für ein Mehr an analogen Kontrasten.

Einsamkeit von Eltern beeinträchtigter Kinder

Mag.a Ursula Schrammel

Gefühle von Einsamkeit begleiten Eltern von Kindern mit beeinträchtigter Entwicklung oft über viele Lebensphasen. Sie sind im familiären, beruflichen und gesellschaftlichen Umfeld mit großen Herausforderungen konfrontiert. In diesem Workshops beschäftigen wir uns mit der therapeutischen Elterngruppe als Platz, um Verbundenheit, gegenseitiges Verständnis, Zusammengehörigkeit zu erleben und miteinander Wege aus der Einsamkeit zu finden.

Workshops (15:30 - 17:15, parallel)

Neurodiversität und Einsamkeit

Dr.in Jennifer Kernreiter

Viele neurodiverse Menschen erleben in ihrem Alltag ein intensives Gefühl von Einsamkeit. Trotz oftmaliger Überforderung und Reizüberflutung in sozialen Situationen sehnen sie sich nach menschlichen Kontakten. Im Workshop entdecken wir gemeinsam mögliche Gründe für die Einsamkeit, Herausforderungen und Lösungsversuche bei neurodiversen Menschen.

Wenn Individualisierung zur Einsamkeitsfalle wird

Mag. Andreas Reiter

Als Therapeut:innen sind wir mit einem ständig wachsenden Leistungsdruck konfrontiert, dem unsere Klient:innen ausgesetzt sind. Erschöpfungszustände und Burnout-Symptomatiken sind unser täglicher Alltag. Gleichzeitig suggeriert die Ratgeberliteratur, dass der Ausweg in Achtsamkeitsübungen und Work-Life Balance liegt. Gesellschaftliche Probleme werden so verschleiert und auf die Individuen abgewälzt. Die daraus entstehenden Gefühle des Nicht-Genügens können zu sozialem Rückzug und Vereinzelung führen. Dieser Workshop wird untersuchen, wie wir dabei unterstützen können, Auswege aus der Individualisierungsfalle zu finden.

Wider die Einsamkeit. Was Gruppentherapie bewirken kann.

Dr.in Carmen C. Unterholzer & Mag.a Isabella Kösner

In unseren Gruppen begegnen wir häufig Menschen, die sich einsam fühlen, Zugehörigkeit vermissen, wenig Gelegenheit zum Austausch haben. Irvin Yaloms Forschungen zeigen, dass Gruppentherapie helfen kann, neue Formen von sozialer Verbundenheit zu erleben. Sie schenkt Hoffnung, weil Teilnehmende erfahren, dass sie mit ihren Herausforderungen nicht allein sind. In der Gruppe entsteht Raum für Austausch, Unterstützung und das Wachstum sozialer Kompetenzen - bis hin zu neuen Freundschaften. Im Workshop befassen wir uns damit, wie wir Zugehörigkeit und Hoffnung in Gruppen fördern können.

Kurzbiografien Vortragende (in alphabetischer Reihenfolge)

Dr.in Anna Durnová

Professorin für Politische Soziologie an der Universität Wien und Faculty Fellow am Yale University Center for Cultural Sociology. Sie leitete zahlreiche Projekte zu Demokratie und Emotionen und koordiniert aktuell das internationale Horizon-Europe-Projekt CIDAPE sowie das ERC Advanced Grant LONERS.

Dr.in Astrid Just

Systemische Psychotherapeutin am Institut für Systemische Therapie, Weiterbildung/Zertifizierung in der Sozialkapitalforschung, zertifizierte Traumapsychotherapeutin und EMDR-Therapeutin, Sozial- und Wirtschaftswissenschaftlerin, diplomierte Sozialarbeiterin, Lehrende und Vortragende an verschiedenen Fachhochschulen, Akademien und Rehabilitationszentren.

Dr.in Jennifer Kernreiter

Systemische Psychotherapeutin am Institut für Systemische Therapie, Doktoratsstudium (PhD) der angewandten medizinischen Wissenschaft (Medizinische Universität Wien), Master Psychologie mit Schwerpunkt in Beratung und Bachelor Psychologie (Webster Private University Vienna), Seminarleiterin und Referentin AKH Wien, Medizinische Universität Wien, nationale und internationale Kongresse.

Mag.a Isabella Kösner

Systemische Psychotherapeutin am Institut für Systemische Therapie, Leitung Fort- und Weiterbildungsakademie ÖAS (Österreichische Arbeitsgemeinschaft für systemische Therapie und systemische Studien, Wien), Beratungstätigkeit im Bildungsbereich (Schwerpunkt Mobbingprävention und Konfliktberatung), Lehramtsstudium Englisch und Spanisch (Universität Wien, Universität de València).

Mag.a Evtimiya Radeva Kulnigg

Systemische Psychotherapeutin am Institut für Systemische Therapie, Lehrtherapeutin für Systemische Therapie (ÖAS – Österreichische Arbeitsgemeinschaft für systemische Therapie und systemische Studien, Wien), Weiterbildungscurriculum für Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie, Gründerin des Instituts für Systemische Therapie West.

Mag. Andreas Reiter

Systemischer Psychotherapeut am Institut für Systemische Therapie, langjährige Erfahrung als selbstständiger Trainer, Seminarleiter und Supervisor, Geschäftsführender Gesellschafter bei t.b.m. – Training.Beratung.Moderation und Vorstandsmitglied von ASYS – Arbeitskreis für Systemische Sozialarbeit und Beratung. Studium der Philosophie an der Universität Wien.

Roland Scherabon

Systemischer Psychotherapeut am Institut für Systemische Therapie, zertifizierter Psychotherapeut für Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie, langjährige Führungskraft in internationalen Dienstleistungsunternehmen, mehrjährige Mitarbeit im Familien- und Beratungszentrum des Hilfswerk in Wiener Neustadt, mehrjährige Mitarbeit im therapeutischen Team des Kinderdorfs in Pötttsching, Zentrum für Kind & Familie, Lehr- und Seminartätigkeit in der psychosozialen Erwachsenenbildung.

Mag.a Ursula Schrammel

Systemische Psychotherapeutin am Institut für Systemische Therapie, Klinische und Gesundheitspsychologin, Weiterbildung in Säuglings-, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie, Weiterbildung in Traumatherapie, SAFE-Mentorin (Sichere Ausbildung für Eltern nach Brisch) und Marte Meo Practitioner.

Dr.in Carmen C. Unterholzer

Systemische Psychotherapeutin am Institut für Systemische Therapie, Lehrtherapeutin für Systemische Therapie (ÖAS – Österreichische Arbeitsgemeinschaft für systemische Therapie und systemische Studien, Wien), Weiterbildung in Poesie- und Bibliothherapie (Fritz-Perls-Institut, Düsseldorf), Hypnotherapie (nach Milton H. Erickson), Lehrtätigkeiten an den Universitäten Wien, Klagenfurt und Innsbruck, Autorin mehrerer Fachbücher.

Dr.in Bettina Wilms

Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie (Systemische Familientherapie und Verhaltenstherapie). Mehrjährige Chefarztstätigkeit am Südharz Klinikum Nordhausen, seit Februar 2016 Chefarztin der Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik im Carl-von-Basedow Klinikum Saalekreis am Standort Querfurt. Schwerpunkte: Psychiatrisch-psychotherapeutische Versorgung und berufliche Belastungssyndrome.