

PSI Psychosomatische Integration - Lehrgang

Ein ganzheitlicher Ansatz zur emotionalen Entlastung

Die PSI-Methode ist ein körperorientiertes Verfahren zur gezielten Verarbeitung von belastenden Gefühlen, inneren Blockaden und Stressreaktionen. Sie verbindet Elemente aus

Klopftechniken, achtsamer Selbstwahrnehmung und bilateraler Stimulation, um innere Spannungen abzubauen und das Nervensystem in einen ausgeglichenen Zustand zu führen.

Im Zentrum steht die gleichzeitige Aktivierung von körperlichen und mentalen Ebenen – durch sanfte Reize, Bewegungen und fokussierte Aufmerksamkeit. So entsteht Raum, um emotionale Muster bewusst zu erkennen und nachhaltig zu verändern.

PSI eignet sich besonders gut zur Unterstützung bei Ängsten, psychosomatischen Beschwerden, innerer Unruhe oder nach belastenden Erfahrungen – sowohl im Coaching als auch im beraterischen Setting.

Zielgruppen:

- Dipl. psychosoziale Berater:innen (oder LSB in Ausbildung)
- oder Personen mit adäquater Ausbildung im sozialen, pädagogischen oder beraterischen Arbeitsfeld, bzw. entsprechender Berufserfahrung

Ziele des Lehrganges:

- Aufbau und Erweiterung der Beratungskompetenz durch die PSI Methode
- Aneignung von Fachwissen für die Einzelarbeit
- Entwicklung von Methoden- und Interventionskompetenz
- Selbsterfahrung und Selbstreflexion uvm.

Inhalte des Lehrgangs :

- **86 Std. Präsenzunterricht** in 6 Modulen:
 - jeweils Dienstag und Mittwoch, 09:00 – 18:00 Uhr
 - **10 Std. Grundlagen der PSI Methode**
 - **60 Std. PSI Methode**
 - **Psychosomatische Integration**
Wirkmechanismen zwischen Körper, Nervensystem und Emotion verstehen
 - Wie entstehen Gefühle körperlich?
 - Was bedeutet psychosomatische Blockade?
 - Glaubenssätze, innere Bilder und ihre Wirkungen

- **PSI-Tools in der Praxis**
 - Klopfreize, Augenbewegung, Summen, Zählen
 - Ablauf eines Anwendungsschritts – live oder angeleitet
- **Selbstanwendung & Begleitung im Beratungssetting**
 - Selbstregulation mit PSI für den Alltag
 - Einsatz in Coaching oder Beratung (ethische Aspekte)
- **10 Std. Supervision**
 - **Übungseinheiten & Fallbeispiele**
 - Partnerübungen und Selbstreflexion
 - Austausch über Erfahrungen & Transfer in die Praxis
- **6 Std. Lehrgangsabschluss**
 - Wiederholung, Reflexion, Diskussion, Behandlung offener Fragen
 - Abschlussprüfung anhand eines Praxisfalles

Zertifizierungsmodalitäten:

- Anwesenheit während der Präsenzmodule (90% Anwesenheitspflicht)
- Mündliche Abschlussprüfung anhand eines Praxisfalls

Termine Präsenzseminare:

ÜBERSICHT	THEMA	TRAINER:IN	TERMIN
Modul 1	Einführung in die Methode Ängste und Stressoren aller Art	Helmut Widhalm	26.+27.05.2026
Modul 2	Burnout, Zeitlinienarbeit	Isolde Bergmann	30.06.+01.07.2026
Modul 3	Zielerreichung, Unbewusste Widerstände mittels AR-Test auffinden	Tina Hofstätter	25.+26.08.2026
Modul 4	Krisen, multisensorische Integration mit allen Sinnen	Tina Hofstätter	29.+30.09.2026
Modul 5	Spezialseminar Schmerzen und Trauer	Isolde Bergmann	20.+21.10.2026
Modul 6	Unbew. Widerstände mittels Ideomotorik auffinden, Übung und Supervision	Helmut Widhalm	24.+25.11.2026

Änderungen im Ablauf vorbehalten!

Modalitäten am Seminarort:

- Seminarort: Sysmentalik Academy, 3261 Steinakirchen, Bergstraße 3
- Für Getränke und Pausenverpflegung ist gesorgt, exkl. Mittagessen und Übernachtung. (Empfehlungen für Übernachtungsmöglichkeiten finden Sie auf unserer Homepage im Menüpunkt Restaurants & Hotels)

Trainer:innen Team:



Helmut Widhalm, MSc

Institutsleiter
Psychosozialer
Berater / LSB
Supervisor
Mediator
Aufstellungsleiter
PSI Lehrtrainer



Mag. Tina Hofstätter

Psychosoziale
Beraterin / LSB
Juristin
Paarberaterin
System. Trainerin
PSI Lehrtrainerin



Isolde Bergmann

Psychosoziale
Beraterin / LSB
Dipl. Gesundheitscoach
PSI Lehrtrainerin

Zahlungsmodalitäten:

- Die Lehrgangsgebühr beträgt 1980,-€ exkl. MWST und 2376,-€ inkl. MWST
- Zahlbar in 3 Teilbeträgen, jeweils zu 792,-€ im Vorhinein:
- vor dem 1. Modul, vor dem 3. Modul und vor dem 5. Modul
- Storno: Bei Stornierungen akzeptieren wir nur die schriftliche Form, bis 21 Tage vor Beginn verrechnen wir 50% des Lehrgangspreises und danach 100% der Lehrgangspreises.
- Eine Änderung oder Absage des Lehrganges oder einzelner Module kann aus wichtigen Gründen seitens des Veranstalters durchgeführt werden.

Für nähere Informationen und konkrete Fragen kontaktieren Sie uns einfach. Wir freuen uns auf Sie.

www.sysmentalik.at