

# Skriptanalyse

(Persönliche Integration)



## Zielgruppe

Die Skriptanalyse erweitert Ihre persönliche Kompetenz und verhilft Ihnen damit zu einer wichtigen Schlüsselqualifikation. Das Seminar richtet sich vor allem an BeraterInnen, Führungskräfte (m/w), Manager (m/w) und Trainer (m/w). Es legt den Schwerpunkt auf die Integration vergangener Erfahrungen und die Nutzung (verborgener) Ressourcen.

## Thema

Jeder Mensch lebt nach seinem eigenen Skript – seinem Drehbuch. Dieses unbewusste Programm hat seine Wurzeln in der Kindheit. Lebensbotschaften aus der Herkunftsfamilie, die sich im Kindesalter stetig wiederholen, manifestieren sich zu langfristigen Verhaltensmustern. Nach den hier entstandenen Bildern gestalten wir alle späteren privaten und beruflichen Beziehungen. Besonders wenn wir von „unbewussten Aufträgen“ früherer Generationen beeinflusst sind, kommt es zu Mustern, die sich einschränkend oder gar destruktiv äußern können. In diesem PROFESSIO-Seminar geht es darum, die verinnerlichteten Familiensysteme, Denk-, Fühl- und Verhaltensprogramme wahrzunehmen sowie typische Auslösesituationen zu erkennen, damit wir diese beeinflussen und verändern können.

## Was erreichen Sie mit diesem Kompaktseminar?

Wer seine Muster im Denken, Fühlen und Handeln kennt, kann sein einengendes, festgelegtes Skriptverhalten ändern. Das eröffnet die Chance, das eigene Verhaltensrepertoire zu erweitern, es flexibler zu gestalten und damit das eigene Potenzial auszuschöpfen – eine wichtige Fähigkeit für alle, die mit Menschen zu tun haben, um sich und andere besser zu verstehen.

## Programm

Im Mittelpunkt dieses 4-tägigen Selbsterfahrungsseminars steht Ihre persönliche Thematik. Anhand verschiedener methodischer Zugänge erkunden Sie Stück für Stück das Bild Ihres eigenen Skripts. Dazu zählen u. a. bewährte Methoden, wie Aufstellung der Herkunftsfamilie, Satz-Bild-Übungen, biografische Rollenanalyse oder Lebenssatz-/ -Analyse.

Vor Ihrer Anmeldung bitten wir Sie, telefonisch mit Friederike von Tiedemann Kontakt aufzunehmen, um etwaige Fragen zu klären oder einfach nur „ein gutes Gefühl“ für das Seminar und unsere Lehrtrainerin zu bekommen. Das PROFESSIO Office koordiniert gerne einen Telefontermin für Sie.

## Lernziele

- Eigene Verhaltens-Fühl-Denkmuster erkennen und verändern
- Andere Lebensskripte kennenlernen und verstehen, wie Menschen „ticken“
- Das Geworden sein von sich und anderen begreifen und jetziges Verhalten tiefer verstehen.
- Angemessener als bisher handeln
- Gelassener im Umgang mit anderen und sich selbst werden
- Bisheriges Verhaltensrepertoire flexibilisieren und erweitern

# Skriptanalyse

(Persönliche Integration)



## Ablauf / Seminarfahrplan

- Vorstellungsrunde und Überblick über das Konzept
- Unterschiedliche methodische Zugänge zum Kennenlernen des eigenen Musters werden in einer dem Gruppenprozess angepassten Weise angewendet.
- Verwenden von erlebnisorientierten Methoden (Fantasiereisen, Bilder malen, Rollenanalysen, Lebenssatzanalyse, Ermutigungssatzfindung, Familienbilder, Prozessarbeit mit Personen, Teile-Arbeit und inneres Team).
- Morgenrunden und feste Tagesabschlussgruppen für die Integration der Erfahrungen
- Übungen im Plenum, in Untergruppen sowie Einzelarbeit wechseln sich ab
- Passend zu den Themen werden entsprechende Mini-Inputs gegeben, um neben dem Gruppenprozess auch die „Helikoptersicht“ immer wieder zu bekommen.
- Spezifische Körperübungen zum Reinkommen am Morgen und nach Pausen
- Spezifikation und Transfer von konkreten Fragestellungen und Situationen aus dem beruflichen und privaten Feld
- Einordnen der Bedeutung des Erlebten und Transfer am 4. Tag
- Empfehlungen für den Umgang mit den Erfahrungen und für eine mögliche professionelle Unterstützung nach dem Seminar

## Trainerin



Friederike von Tiedemann

Diplom-Psychologin. Weiterbildung in Gesprächs- und Verhaltenstherapie sowie systemischer Paartherapie. Zertifiziert für das I-E-Profil™. 10 Jahre als Neuropsychologin in einer Rehaklinik und in eigener Praxis, seit 1999 als Trainerin tätig. Schwerpunkte sind Persönlichkeitsentwicklung und Führung – speziell für Frauen.

Sie arbeitet als Psychotherapeutin, Supervisorin und Coach und ist seit 1996 für die Durchführung der Skriptseminare (Professionell-Persönliche Integration) bei Professio verantwortlich.

E-Mail: [f.v.tiedemann@professio.de](mailto:f.v.tiedemann@professio.de)

Die aktuellen Termine und Kosten für dieses Seminar finden Sie auf unserer Homepage: <https://www.professio.de/campus/persoenlichkeit-im-kontext/skriptanalyse-persoenliche-integration/>