

Sensitivity Training Gruppendynamisches Seminar

Veranstalterin & Trainerin

Gwendolin Eckert

Ort

Gasthof am Riedl
Eisenstraße 38
5321 Koppl bei Salzburg

Termine

8.–13. April 2026
20.–25. November 2026

Kontakt

post@gwendolin-eckert.at
+43 650 369 8789
gwendolin-eckert.at

Mit »sensitivity« bezeichnet man die Fähigkeit, Kommunikationssignale entsprechend wahrzunehmen und eigene und fremde Verhaltensweisen subtil aufeinander abzustimmen. Das Sensitivity Training bietet einen geschützten Rahmen, um eigene Verhaltensmuster und deren Wirkung auf Andere zu erleben. Durch die gemeinsame Reflexion des aktuellen Verhaltens der Teilnehmer:innen in der Gruppe wird emotionales und rationales Lernen ermöglicht und die

Entwicklung des Einzelnen gefördert. Es handelt sich dabei um Erfahrungslernen und nicht um die Vermittlung theoretischen Wissens.

Die Teilnahme am »Sensitivity Training« ist für jeden interessierten Erwachsenen möglich. Die Seminare gelten auch als Ausbildungsveranstaltung des ÖAGG und sind als Selbsterfahrung im Rahmen des psychotherapeutischen Propädeutikums sowie diverser anderer Ausbildungen anrechenbar.

Lernziele

- ▶ Erhöhung der eigenen Konfliktfähigkeit, Frustrationstoleranz, Selbstsicherheit und Selbstständigkeit.
- ▶ Vergrößerung der Spontaneität und Rollenflexibilität.
- ▶ Bewusstwerden des eigenen (stereotypen) Verhaltens sowie von Beziehungsmustern und die Aufhellung von »blinden Flecken«.
- ▶ Entdecken und handelndes Aneignen neuer, wirksamer Verhaltensweisen, die das eigene Verhaltensrepertoire erweitern.