

# »Wir sitzen alle im gleichen Boot« laufende Gruppe für Männer



psychotherapeutisch geleitete Selbsterfahrungsgruppe mit Prozessreflexion

**Was treibt mich in meinem Leben an, was hält mich auf? Was beschränkt meiner Möglichkeiten zur Veränderung? Wer und wie bin ich als Mann, Vater, Sohn, Partner, Liebhaber? Wie sehe ich mich im Kontakt mit anderen? Was gelingt? Was fällt mir schwer? Was bringt mich auf 180? Und was dann?**

Wir sind zur Überzeugung gelangt, dass die Beschäftigung mit tiefergehenden Themen in der Gruppe ein besonderes Potential für persönliche Entwicklung bietet. Problematische Gefühle zur Sprache zu bringen braucht Mut und Vertrauen. Diesem Vertrauen wollen wir Zeit zum Wachsen geben – in einer Gruppe mit vertrauten Männern. Die Gruppe besteht seit Herbst 2015.

## Leitung

Dipl.-Ing. Mag. Gerhard Bruckner, personenzentrierter Psychotherapeut & Gruppenpsychotherapeut

» [www.kopfhoch.at](http://www.kopfhoch.at) · 0650 328 78 87 · [gerhard@wir-maenner.at](mailto:gerhard@wir-maenner.at)

Oliver Hänel, BA phil., personenzentrierter Psychotherapie in Ausbildung unter Supervision

» [human-centered.net](http://human-centered.net) · 0681 203 32 129 · [oliver@wir-maenner.at](mailto:oliver@wir-maenner.at)

## Ort

Ort: »Gesundheitszentrum Nusswald«, Nusswaldgasse 19/8, 1190 Wien

<https://www.human-centered.net/praxis-kontakt/> – öffentlich erreichbar mit: 10A, 39A, 37, 38, S45

Wir laden ein, den Fokus auf unser »Sein« in der Gruppe zu legen. Wir wollen versuchen, gemeinsam ein »schöpferisches Umfeld« zu gestalten; ein Ambiente, das konstruktive Einsicht und Veränderung begünstigt (nach Wood, 1988). Wir laden ein, sich im Hier und Jetzt auszuprobieren, den Umgang mit Feedback zu üben und mit unterschiedlichen Perspektiven auf das Geschehen in der Gruppe zu blicken. Die letzten 20 Minuten jeder Einheit haben wir als Prozess-Reflexion vorgesehen.

Die Gruppengröße wird 8-15 Teilnehmer sein.

## Termine

mittwochs, 19 – 21 Uhr, 14tägig::

### Wintersemester 2020/21

09.09., 23.09., 07.10., 21.10., 04.11., 18.11., 02.12.,  
16.12., 13.01.2021, 27.01., Ersatztermin: 20.01.

Semesterbeitrag: 290 € (bei Zahlung bis 01.08.),  
danach 320 €

### Sommersemester 2021

10.02., 24.02., 10.03., 24.03., 07.04., 21.04., 05.05.,  
19.05., 02.06., 16.06., Ersatztermin: 30.06.

Semesterbeitrag: 290 € (bei Zahlung bis 15.01.),  
danach 320 €

Die Ersatztermine gelten bei Absage eines Termins  
seitens der Leitung nach Absprache mit der Gruppe.  
Jeder Termin findet ab 3 Teilnehmern statt.

## Einstieg & Anmeldung

Der Einstieg ist nach einem Vorgespräch zu Semesterbeginn möglich, danach ist die Gruppe bis Semesterende geschlossen. Ein Platz in der Gruppe ist erst nach erfolgter Zahlung zugesichert.

Anmeldung formlos an:

[gerhard@wir-maenner.at](mailto:gerhard@wir-maenner.at)

## Ausstieg

Es handelt sich um eine laufende Gruppe, d.h. eine Anmeldung für jedes Semester oder Jahr ist nicht notwendig. Erfolgt keine Abmeldung, behält der Teilnehmer den Platz automatisch weiter. Ein Ausstieg ist zum Ende jedes Semesters möglich – nach rechtzeitiger Ankündigung (zum vorletzten Gruppentermin im jeweiligen Semester). In begründeten Fällen kann eine davon abweichende Vereinbarung getroffen werden.

## Zahlung

IBAN: AT36 2011 1000 3507 5007

lautend auf »Gerhard Bruckner«

Verwendungszweck: LMG

---

## Weiterführende Literatur

- Rogers, Carl R. (1961) On Becoming a Person
- Schmid, Peter F. (1996) Personzentrierte Gruppenpsychotherapie in der Praxis. Junfermann
- Wood, John K. (1988) Menschliches Dasein als Miteinander. Edition Humanistische Psychologie

## Links

- [Encountergruppen nach Carl Rogers](#) (ein kurzer Artikel von Bettina Reinisch)
- [T-Groups](#) (Wikipedia, englisch)
- [A Journey into Self - Full Original - Carl Rogers - 1968](#) (Youtube, englisch)
- Peter F. Schmid: [Encounter group \(T group\)](#), Springer, 2017 (Artikel, englisch)



Unterstützung in herausfordernden Lebenssituationen – von Mann zu Mann  
Psychotherapie · Gruppentrainings · Krisenintervention