

 Psychotherapie

Therapeutisches Schreiben

Das therapeutische Schreiben ist eine sehr hilfreiche und vielseitig einsetzbare Form der Therapie, die es Patient/innen ermöglicht, den therapeutischen Prozess positiv zu beeinflussen.

Das therapeutische Schreiben wird erfolgreich eingesetzt bei der Traumarbeit (Zugang zum Unterbewusstsein wird hergestellt), zur Ichstärkung bzw. zur Stärkung der eigenen Ressourcen.

Bestens einsetzbar ist diese Therapiemethode, u.a. bei folgenden Krankheitsbildern:

1. Depressionen nach Trauer, Konflikten und Krisen,
2. zur Auflösung von dissoziativen Gefühlen (d.h. von zuvor abgewehrten Gefühlen), um Patient/innen wieder an die eigenen Emotionen heranzubringen, ohne dass es überfordert oder überrollt.

Ein weiterer Vorteil dieser Therapieform liegt nicht zuletzt darin, dass es keine Kontraindikationen gibt. Weitere positive Effekte sind die nachweisliche Stärkung der Hirnleistung, insbesondere des Gedächtnisses, das Wecken der eigenen Selbstheilungskräfte und Lösungskompetenzen sowie die Unterstützung, Aggressionen in sozial verträglicher Weise auszudrücken, was meist zu einer erhöhten Selbstwirksamkeit führt und das Selbstbewusstsein stärkt.

Da der Therapieerfolg stark abhängig ist von der Bewusstwerdung unterbewusster oder verdrängter Inhalte bzw. die Stärkung der eigenen Ressourcen und Selbstwirksamkeit die Grundlagen oder Voraussetzungen darstellen, um diese Gefühle erst einmal zulassen zu können, ist diese Therapiemethode von unschätzbarem Wert für den Heilerfolg von körperlichen und psychosomatischen Erkrankungen.

Das Seminarangebot eignet sich für Berater/innen, Therapeut/innen und Fachkräfte aus sozialen Berufen.

Termine

Sa, 28.11.2026
14:30–19:30 Uhr
So, 29.11.2026
14:30–19:30 Uhr

Preis

205,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Augsburg
Oberbürgermeister-Dreifuß-Str. 1
86153 Augsburg
Tel. 0821-349 95 56

Seminarnummer

SSE89281126

Anmeldemöglichkeiten

- ☑ Bei jeder Akademie
- ☑ Per Fax: 0261-952 52 33
- ☑ Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 10.08.2026

Dozentin

Sandra Fortner

Jg. 1966. Promovierte zum Dr. phil. in Geisteswissenschaften und ist seit 1994 nebenberufliche Dozentin in der Erwachsenenbildung. Frau Fortner schloss 2020 die Ausbildung zur Heilpraktikerin für Psychotherapie mit erfolgreicher amtsärztlicher Überprüfung ab. Fachfortbildungen in Schreibtherapie, Verhaltenstherapie, Hypnotherapie und Hypnobirthing (KGH) ergänzen ihr therapeutisches Profil. Derzeit erfolgt eine intensive Fachfortbildung in Hypnosystemischer Kommunikation. Ihre Tätigkeit als Assistenz in einer psychosozialen Einrichtung vertiefen ihr Fachwissen. Schwerpunkt der eigenen Praxistätigkeit ist die Geburtsvorbereitung mittels Hypnose und Verarbeitung von Geburtstraumata.