

## Sensitivity Training Gruppendedynamisches Seminar

### Veranstalterin & Trainerin

Gwendolin Eckert

### Ort

Gasthof am Riedl  
Eisenstraße 38  
5321 Koppl bei Salzburg

### Termine

25.–30. April 2025  
21.–26. November 2025

### 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.