

KursID: ST21-22 F 123
Maßnahmen-NR: 419 236 2021
Ort: Frankfurt-Hauptwache, Roßmarkt 12, 60311 Frankfurt

Nr: UE´s: Grundlagen systemischer Beratung und Therapie Fr, 01.10.2021 (*)
 V01.1 10 Frankfurt-Sachsenhausen

Unterschiede des systemischen Weltbildes im Vergleich zu einer linear-kausal gedachten Sicht der Dinge kennenlernen / Sprache erzeugt Wirklichkeit / hohe sprachliche Sensibilität zur Vermeidung sprachlicher Gefängnisse / Vermittlung erster Grundbegriffe der Systemtheorie im Experiment / systemische + humanistische Haltungsaspekte werden gemeinsam erarbeitet / die Bedeutung der erkenntnistheoretischen Grundlagen des Konstruktivismus für die Beratung wird erörtert / Einnehmen und Nutzen eines Ressourcenfokus sowie der systemischen Haltungen

Nr: UE´s: Grundlagen systemischer Beratung und Therapie Fr, 05.11.2021 (*)
 V01.2 10 Frankfurt-Sachsenhausen

Unterschiede des systemischen Weltbildes im Vergleich zu einer linear-kausal gedachten Sicht der Dinge kennenlernen / Sprache erzeugt Wirklichkeit / hohe sprachliche Sensibilität zur Vermeidung sprachlicher Gefängnisse / Vermittlung erster Grundbegriffe der Systemtheorie im Experiment / systemische + humanistische Haltungsaspekte werden gemeinsam erarbeitet / die Bedeutung der erkenntnistheoretischen Grundlagen des Konstruktivismus für die Beratung wird erörtert / Einnehmen und Nutzen eines Ressourcenfokus sowie der systemischen Haltungen

Nr: UE´s: Systemische Auftragsklärung Sa, 04.12. - So, 05.12.2021
 V02 20 Frankfurt-Sachsenhausen

Unterschiede des systemischen Weltbildes im Vergleich zu einer linear-kausal gedachten Sicht der Dinge kennenlernen / Sprache erzeugt Wirklichkeit / hohe sprachliche Sensibilität zur Vermeidung sprachlicher Gefängnisse / Vermittlung erster Grundbegriffe der Systemtheorie im Experiment / systemische + humanistische Haltungsaspekte werden gemeinsam erarbeitet / die Bedeutung der erkenntnistheoretischen Grundlagen des Konstruktivismus für die Beratung wird erörtert / Einnehmen und Nutzen eines Ressourcenfokus sowie der systemischen Haltungen

Nr: UE´s: Systemische Fragetechniken und Hypothesenbildung Mo, 17.01. - Di, 18.01.2022
 V03 20 Frankfurt-Sachsenhausen

Joining: Abholen und Ankoppeln / nonverbale Aspekte im Beratungssetting – wie genau sieht eine Beratungssituation aus? / Kommunikationsformen nach Virginia Satir / Hypothesenbildung zum Klientensystem und Arbeitshypothesen zum BKS (Berater-Kunden-System): Unser Kompass für die Prozessnavigation / Prozessarchitektur: Systemische Schleife / Nutzen von Kontexten zum Beispiel für die Frageperspektiven und das Reframing / Kennenlernen der systemischen Fragetechniken und deren Kategorisierungen

Nr: UE´s: Systemische Methoden in Beratung und Therapie Mi, 16.02. - Do, 17.02.2022
 V04 20 Frankfurt-Sachsenhausen

Begriffe klären: Wozu brauchen wir Methoden? Wozu eher nicht? / Metaphern und Imaginationen / soziometrische Möglichkeiten: Sichtbarmachen, Positionieren, Bilanzieren, Entscheiden / systemische Interventionen mit Bildimpulsen / Systemblüte: Systeme erfassen / Das zeitgemäße Reflecting Team: Unterstützung und Feedback für die Prozessnavigation aus der Beobachtung 2. Ordnung / Erwartung, Anliegen, Auftrag, Contracting: Ein methodisches Vorgehen für die konkrete Auftragsklärung erlernen / Ein Symptom bekommt Persönlichkeit: Die Technik der Externalisierung / Skalierungen mit Bodenankern und systemischer Fragetechnik

Nr: UE´s: Analoge Methoden und Rituale in Beratung und Therapie Mi, 09.03. - Do, 10.03.2022
 V05 20 Frankfurt-Sachsenhausen

Arbeit mit Figurenkonstellationen / Externalisierung der Nähe-Distanz-Strukturen von Systemen sowie der zugewandten und abgewandten Strukturen mittels neutraler Stellfiguren / die Arbeit mit Mikrotieren zu intrapersonalen Anteilen / hypothetische und vergangene Figurenkonstellationen in unterschiedlichen Zeitdimensionen stellen und steuern lernen / Vertiefung des Denkens und Handelns im konstruktivistischen Sinne /

Nr: UE´s: Systemische Diagnostik mit Einführung in die Fr, 01.04. - Sa, 02.04.2022
 V06 20 Genogrammarbeit Frankfurt-Sachsenhausen

Diagnostische Methoden zur Untersuchung sozialer und familialer Beziehungen / Das soziale Atom von Jacob Moreno als Grundlage für eine systemische Anamnese / Unterschiedsbildung zwischen klinischer und systemischer Diagnostik / Systeme skizzieren: Zusammenhänge abbilden mit dem Soziogramm / Entwickeln von diagnostischen Perspektiven und geeigneten Fragen für die Anamnese / Arbeit mit dem Genogramm: Theorie und Übung mittels Fallvignetten

Nr: UE´s: Biografie und Motivation des Beraters und Therapeuten: Fr, 13.05. - So, 15.05.2022
 V07 30 Arbeit mit dem Herkunftsfamiliensystem (Selbsterfahrung I) Frankfurt-Sachsenhausen

Achtung: Das Mitbringen des eigenen Genogramms bildet die Voraussetzung für diese Arbeit / vertiefende Genogrammarbeit sowie die Arbeit am eigenen persönlichen Entwicklungsanliegen - Strukturaufstellungsarbeit steht im Mittelpunkt. Im Seminar wird das transgenerationale Lesen sowie die systemische Diagnostik des Genogramms in Kleingruppen eingeübt. Anschließend erfolgt pro TN eine Einzelarbeit mittels einer Strukturaufstellung.

Nr: UE´s: Systemische Beratung in unterschiedlichen Kontexten Fr, 10.06. - Sa, 11.06.2022
 V08 20 zwischen Kontrolle, sozial-pädagogischer Hilfe und Frankfurt-Sachsenhausen
 Entwicklung

Motivation und Compliance versus Widerstand im Zwangskontext/ Settinganalyse im Fremd-bestimmten Kontext / hilfreiche Haltungen im Umgang mit sogenanntem triangulierten Helfersystemen / Perspektivwechsel: Experiment zur Selbsterfahrung von Zwangskontexten / Nutzen von Fragetechnik im FBK (fremd bestimmten Kontext) / Prozessnavigation: Auftragsklärung im Zwangskontext / Yes-Set herstellen / Zeitkontext - Verläufe und Narrationen nutzen / Vorstellen und Üben der Methode Zeitlinienarbeit / Plausibilitätsbrücken bauen, um Partizipation sicherzustellen und Transparenz zu gewährleisten / die Arbeit der kleinen Schritte und das Brechen der Zeit

Nr: UE´s: Supervision Mo, 11.07. - Di, 12.07.2022
 V09 20 Frankfurt-Sachsenhausen

In der Supervision werden eigene Fälle gezeigt und supervidiert. Entweder durch zuvor angefertigte Videoaufnahmen - oder die Klientensysteme werden live mitgebracht und vom Supervisanden beraten/therapiert. Die Supervisanden fertigen zuvor ein Exzerpt an, das sie dem Supervisor vor der Supervision zusenden. In diesem Exzerpt geht es um die Falldarstellung sowie um Fragestellungen zu dem Fall.

Nr: UE´s: ONLINE: Familiäre Systeme, Lebenszyklen und Mo, 12.09. - Di, 13.09.2022
 V10 20 Entwicklungsphasen Frankfurt-Hauptwache,
 Roßmarkt 12

Familiäre Systeme unterliegen Lebenszyklen der einzelnen Systemmitglieder / vertiefendes Verständnis über die Bedarfe und Anliegen der unterschiedlichen Lebensphasen in der zyklischen und antizyklischen Wechselwirkung der Flieh- und Zugkräfte unter den Systemmitgliedern / Ordnungsübergänge begleiten und benennen lernen / rituelle Verankerung der geschafften Übergänge / die Arbeit in, während und mit Transitionsräumen / Arbeit an und mit der Veränderungskurve

Nr: UE´s: Lösungsorientierte Arbeit bei Konflikten in Mehr- Mo, 10.10. - Di, 11.10.2022
 V11 20 Personensystemen Frankfurt-Hauptwache,
 Roßmarkt 12

Das Arbeiten in Teams und Gruppen (Schule, Erwachsenenbildung, Kindergarten, Selbsthilfegruppen, etc.) erfordert ein vertiefendes Verständnis von Gruppenprozessen und deren Navigation. Der Kontext in dem die Einzelnen zum Gruppenmitglied werden muss Beachtung finden. Soziometrisches Arbeiten in den unterschiedlichen Kontexten / methodisches Vorgehen mit Vielen / zirkuläres Fragen in Teams und Gruppen / eigene Rolle in der Prozesssteuerung von Teams und Gruppen hinterfragen / das Mächtigkeitsverhältnis in Teams und Gruppen

Nr: UE´s: Supervision
V12 20

Mi, 16.11. - Do, 17.11.2022
Frankfurt-Rödelheim,
Radilostr. 43

In der Supervision werden eigene Fälle gezeigt und supervidiert. Entweder durch zuvor angefertigte Videoaufnahmen oder die Klientensysteme werden live mitgebracht und vom Supervisanden beraten / therapiert. Die Supervisanden fertigen zuvor ein Exzerpt an, dass sie dem Supervisor vor der Supervision zusenden. In diesem Exzerpt geht es um die Falldarstellung sowie um Fragestellungen zu dem Fall.

Nr: UE´s: Biografie und Motivation des Beraters und Therapeuten:
V13 30 Arbeit mit dem Herkunftsfamiliensystem (Selbsterfahrung
II)

Fr, 16.12. - So, 18.12.2022
Frankfurt-Rödelheim,
Radilostr. 43

Vertiefende Genogrammarbeit sowie die Arbeit am eigenen persönlichen Entwicklungsanliegen - Strukturaufstellungsarbeit (Selbsterfahrung II) / Einzelarbeit mittels einer Strukturaufstellung innerhalb der Weiterbildungsgruppe.

Nr: UE´s: Systemische Arbeit mit interkulturellen Systemen
V14 20

Mi, 25.01. - Do, 26.01.2023
Frankfurt-Hauptwache,
Roßmarkt 12

Die multiperspektivische Sichtweise einnehmen, um zu einer interkulturellen Haltung zu kommen. Die eigene Haltung im Umgang mit Diversity reflektieren / eigene unhinterfragte Wahrnehmungs-, Deutungs- und Verhaltensmuster reflektieren / Erhöhung der Ambiguitätstoleranz / Normen, Werte, Umgang mit eigenen Grenzen / Diversity Modell von Gardenswartz & Rowe / Typologien und Verläufe von Migration und Flucht / psychologische Migrationsphasen / Auseinandersetzung mit Kulturreflexivität

Nr: UE´s: Supervision
V15 20

Fr, 17.02. - Sa, 18.02.2023
Frankfurt-Hauptwache,
Roßmarkt 12

In der Supervision werden eigene Fälle gezeigt und supervidiert. Entweder durch zuvor angefertigte Videoaufnahmen oder die Klientensysteme werden live mitgebracht und vom Supervisanden beraten / therapiert. Die Supervisanden fertigen zuvor ein Exzerpt an, dass sie dem Supervisor vor der Supervision zusenden. In diesem Exzerpt geht es um die Falldarstellung sowie um Fragestellungen zu dem Fall.

Nr: UE´s: Biografie und Motivation des Beraters und Therapeuten:
V16 20 Arbeit mit dem Herkunftsfamiliensystem III (Selbsterfahrung
III)

Mo, 20.03. - Di, 21.03.2023
Frankfurt-Hauptwache,
Roßmarkt 12

Vertiefende Genogrammarbeit sowie die Arbeit am eigenen persönlichen Entwicklungsanliegen – Strukturaufstellungsarbeit / Einzelarbeit mittels einer Strukturaufstellung innerhalb der Weiterbildungsgruppe

Nr: UE´s: Supervision
V17 20

Mo, 24.04. - Di, 25.04.2023
Frankfurt-Hauptwache,
Roßmarkt 12

In der Supervision werden eigene Fälle gezeigt und supervidiert. Entweder durch zuvor angefertigte Videoaufnahmen oder die Klientensysteme werden live mitgebracht und vom Supervisanden beraten / therapiert. Die Supervisanden fertigen zuvor ein Exzerpt an, dass sie dem Supervisor vor der Supervision zusenden. In diesem Exzerpt geht es um die Falldarstellung sowie um Fragestellungen zu dem Fall.

Nr: UE´s: Systemische Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und Familien Mo, 05.06. - Di, 06.06.2023
V18 20 Frankfurt-Rödelheim,
Radilostr. 43

Verständnis von psychischen Entwicklungsprozessen bei Kindern und Jugendlichen / vom Selbst zum Ich / wozu brauchen Kinder und Jugendliche Beratungen? / Kinder und Jugendliche als Kunden (?) / Die Arbeit mit intermediären Objekten: Mein vertrauter Freund von damals / Ressourcenaktivierungsvarianten: VIP-Card, Eco-Mapping / Start-Zielpläne / Soziales Atom - Kindervariante / ressourcenorientierte Genogrammvariante für Jugendliche / zirkuläres Arbeiten zwischen Eltern und Jugendlichen in den unterschiedlichen Kontexten / Das Mit- und Einbringen von eigenen Fällen ist erwünscht

Nr: UE´s: Supervision
V19 20

Mi, 12.07. - Do, 13.07.2023
Frankfurt-Rödelheim,
Radilostr. 43

In der Supervision werden eigene Fälle gezeigt und supervidiert. Entweder durch zuvor angefertigte Videoaufnahmen oder die Klientensysteme werden live mitgebracht und vom Supervisanden beraten / therapiert. Die Supervisanden fertigen zuvor ein Exzerpt an, dass sie dem Supervisor vor der Supervision zusenden. In diesem Exzerpt geht es um die Falldarstellung sowie um Fragestellungen zu dem Fall.

Nr: UE´s: Systemische Beratung und Therapie bei Lebenskrisen
V20.1 20

Fr, 22.09. - Sa, 23.09.2023
Frankfurt-Rödelheim,
Radilostr. 43

Lebenskrisen wie bspw. Trennung, Tod, Erkrankungen über Trauer und Neuanfänge sowie andere Schicksalsschläge brauchen eine bestimmte beraterische Haltung sowie eine bestimmte Vorgehensweise. Theorie zu unterschiedlichen Formen von Krisen / die Arbeit mit dem Unaussprechbaren, dem scheinbar Unüberwindbaren wird erfahren / den beraterischen Raum öffnen, halten und aushalten / mitfühlendes Schweigen als Anker und Unterstützung / die Arbeit mit inneren und äußeren Grenzerfahrungen erkunden / die Arbeit im Raum der Dilemmata / Tetralemma / die eigenen Grenzen als Berater erkunden, erkennen und benennen

Nr:	UE´s:	Kompetenzentwicklung des Beraters (evtl. mit Abschlussprüfung)	So, 24.09.2023 Frankfurt-Rödelheim, Radilostr. 43
V20.2	10		

Die Aufgaben zur Kompetenzentwicklung werden zu einem früheren Zeitpunkt allparteilich vergeben und beinhalten eine kreative Aufgabenstellung zur Persönlichkeits- und Professionsentwicklung des Beraters.

Nr:	UE´s:	Beratung versus Therapie - Gemeinsamkeiten und Unterschiede in der Prozesssteuerung	Fr, 10.11. - Sa, 11.11.2023 Frankfurt-Rödelheim, Radilostr. 43
V21	20		

Das eigene Selbstverständnis als Berater und als Therapeut / innerhalb welcher Dimension arbeite ich aktuell / Theorieinput zur systemischen Therapie, gesetzliche Richtlinien für systemische Therapeuten / Differenzierungen der Handlungsansätze in Beratung und Therapie / Weiterentwicklung der eigenen Anspruchshaltung des lebenslangen Lernens / Unterschiedsbildung und Entwicklungsorientierung auf die Prozesssteuerung in therapeutischen Prozessen / Integration der DGSF-Ethikrichtlinien

Nr:	UE´s:	Einführung in den mentalisierungsbasierten Ansatz – MBA (Fonagy / Aasen)	Mo, 11.12. - Di, 12.12.2023 Frankfurt-Rödelheim, Radilostr. 43
V22	20		

Grundbegriffe des mentalisierungsbasierten Ansatzes / Resonanzgeschehen und Beobachtungsebenen in der Therapie / Mentalisierungsfoki: Was wird alles mentalisiert? / Mentalisierung unterm Eisberg / von Angesicht zu Angesicht: Mimik und Mikroexpressionen / Gesichter lesen lernen / Emotionsregulation durch Sprache für Gefühle finden (Gefühlsbarometer) mit Mimik & Körpersprache / Therapiearten / Mentalisierungsfähigkeit als Grundlage, um überhaupt therapeutisch arbeiten zu können/ das Familiensetting: Joining, Rollen, Auftragsklärung, Arbeitsweisen, Anliegen / mentalisierungsbasiertes Vorgehen im Familien- und oder Paarsystemen/ das Mitbringen von eigenen Fällen ist erwünscht

Nr:	UE´s:	Der Blickwinkel- und Erwartungswechsel in der eigenen Arbeit von/vom Berater*in zu/m Therapeut*in (Bio IV)“	Fr, 19.01. - So, 21.01.2024 Frankfurt-Rödelheim, Radilostr. 43
V23	30		

Die Unterschiedsbildung in der eigenen Haltung, Rolle und Verantwortung als Therapeut in der therapeutischen Prozesssteuerung erfahren und erspüren / intrapersonalen Konflikt- und Kommunikationsmustern auf die Spur kommen / fokussiertes Arbeiten am Kern- und/oder Teil-Genogramm durch die transgenerationale strukturelle Genogrammarbeit nach Minucchin / Skulpturierungsarbeit zur hypothetischen Zukunftskonstruktion in Futur II nach Satir / Vertiefung und Verflüssigung der Satir'schen Kommunikationsmuster, Transformation in einen Lösungsfokus / Prozesssteuerung in Kleingruppen am eigenen Genogramm üben

Nr: UE´s: Systemischer Umgang mit Krankheitsideen, -
V24 20 zuschreibungen und -diagnosen Mo, 26.02. - Di, 27.02.2024
Frankfurt-Hauptwache,
Roßmarkt 12

Unterschiedsbildung: Therapie und therapieren / systemische und salutogenetische Sichtweise versus kategoriale psychiatrische Diagnosen / Kennen der Welten: ICD-10-Logik / Dynamik sogenannter Störungsbilder / Depression, Angst, BPS, somatoforme Störungen, Essstörungen / Störungsdynamik und systemische Entstörung / Grenzen der systemischen Therapie und eigene Grenzen / Selbstfürsorge / Psychoedukation und Narrationen nutzen / auf der Suche nach dem ‚guten Grund‘: Metaphern und Reframings für Symptome und Störungsdynamiken / Traumafolgen und therapeutische Krisensituationen: Dissoziations-Stop und Re-Orientierung

Nr: UE´s: Systemische Paar- und Sexualtherapie Mo, 15.04. - Di, 16.04.2024
V25 20 Frankfurt-Rödelheim,
Radilostr. 43

Auftragsklärung in der Paar- und Sexualtherapie / Einführung in die verschiedenen Ansätze der Sexualtherapie / Paardynamiken erkennen und bearbeiten / Grundzüge der sexuellen Entwicklung / das eigene sexuelle Profil erstellen / systemische Haltungen in der Sexual- und Paartherapie / Genderperspektive in der Sexualberatung und Sexualtherapie

Nr: UE´s: Supervision 6 Sa, 09.03. - So, 10.03.2024
V26 20 Frankfurt-Rödelheim,
Radilostr. 43

In der Supervision werden eigene Fälle gezeigt und supervidiert. Entweder durch zuvor angefertigte Videoaufnahmen oder die Klientensysteme werden live mitgebracht und vom Supervisanden beraten / therapiert. Die Supervisanden fertigen zuvor ein Exzerpt an, dass sie dem Supervisor vor der Supervision zusenden. In diesem Exzerpt geht es um die Falldarstellung sowie um Fragestellungen zu dem Fall.

Nr: UE´s: Supervision 7 Mo, 10.06. - Di, 11.06.2024
V27.1 20 Frankfurt-Hauptwache,
Roßmarkt 12

In der Supervision werden eigene Fälle gezeigt und supervidiert. Entweder durch zuvor angefertigte Videoaufnahmen oder die Klientensysteme werden live mitgebracht und vom Supervisanden beraten / therapiert. Die Supervisanden fertigen zuvor ein Exzerpt an, dass sie dem Supervisor vor der Supervision zusenden. In diesem Exzerpt geht es um die Falldarstellung sowie um Fragestellungen zu dem Fall.

Nr: UE´s: Arbeit mit Mehr-Personensystemen mit Fokus auf mentalisierungsbasierten Interventionen Mi, 10.07. - Do, 11.07.2024
 V28 20 Frankfurt-Rödelheim, Radilostr. 43

Vertiefung der theoretischen Grundlagen des mentalisierungsbasierten Ansatzes / Psychodynamische Auswirkungen auf Kommunikation und Verhaltensweisen bei einer schwach ausgebildeten Selbst- und Fremdmentaliserungskompetenz / Ideen zu einer integrativen verfahrensübergreifenden Therapie für besonders komplexe oder herausfordernde Störungsdynamiken, die auf Bindungstraumata beruhen / adaptive und maladaptive Emotionsregulationstrategien und ihre Bedeutung für unsere Arbeitshypothesen und unsere Arbeitsweisen / Fragetechnik & Haltung für mentalisierungsbasiertes Arbeiten mit der BASK-Methode / kreative mentalisierungsbasierte Interventionen für Einzel- und Mehrpersonen-Settings / das MBA mit Fotografien aus unterschiedlichen Lebenszyklen

Nr: UE´s: Supervision 8 Fr, 13.09.2024
 V29.1 10 Frankfurt-Rödelheim, Radilostr. 43

In der Supervision werden eigene Fälle gezeigt und supervidiert. Entweder durch zuvor angefertigte Videoaufnahmen oder die Klientensysteme werden live mitgebracht und vom Supervisanden beraten / therapiert. Die Supervisanden fertigen zuvor ein Exzerpt an, dass sie dem Supervisor vor der Supervision zusenden. In diesem Exzerpt geht es um die Falldarstellung sowie um Fragestellungen zu dem Fall.

Nr: UE´s: Kompetenzentwicklung des Therapeuten mit Abschlussprüfung Sa, 14.09. - So, 15.09.2024
 V29.2 20 Frankfurt-Rödelheim, Radilostr. 43

Reflexion der persönlichen und professionellen Entwicklung als systemischer Therapeut. Die Aufgabenstellung für das Abschlusskolloquium werden einige Monate im Voraus allparteilich vergeben. Rückblick auf die Weiterbildung auf inhaltlicher, methodischer und sozialer Ebene.

Nr: UE´s: Intervision (Peergruppenarbeit) Z01 100

Intervisionen sind Treffen, in denen sich die Teilnehmer außerhalb der Module mit Inhalten der systemischen Weiterbildung oder verwandten Themen beschäftigen. Die Zeitpunkte der Intervisionen-Treffen werden von den Teilnehmern selbst organisiert. Inhaltlich können die Treffen für Diskussionen und Gespräche, sowie zum Üben und Erfahren der in der Weiterbildung vermittelten Methoden genutzt werden

Nr: UE´s: Online-Seminare (durchschnittlich wöchentlich 3 UE in 36 Monaten) mit spannenden Vorträgen und Workshops systemischer (Vor-)denker sowie bedeutenden Persönlichkeiten aus dem Kontext der lebens- und arbeitsweltlichen Beratung – Abruf zu beliebigem Zeitpunkt möglich Z02 450

Nr: UE´s: Vorstellung von zwei beraterisch/ therapeutischen
Z03 0 Arbeitssitzungen (Live, Video oder Audio) während der
Weiterbildung in Seminar oder Supervision

Nr: UE´s: berufliche Beratungs- bzw. Therapiepraxis unter
Z04 200 begleitender Supervision (bis 2 Jahre nach Ende der
letzten Präsenzveranstaltung) unter begleitender Lehr-
Supervision

(* alternativ frei wählbare Einstiegstermine)