

# Zwei Seminare zur therapeutischen Arbeit mit dem Genre der OH Karten

mit Moritz Egetmeyer und Manfred Sigwart

**OH Karten Seminar basic / intensiv**

**FR/SA 23. + 24. Mai 2025**

**OH Karten Supervision**

**SO 25. Mai 2025**

**OH Haus, Buchenbach / Himmelreich bei Freiburg**

Diese Seminare werden wir wieder zu zweit leiten. Unsere Freundschaft währt über 50 Jahre und hat sich auch in der gemeinsamen Gruppenarbeit bewährt. Manfred Sigwart war Oberarzt in der Psychosomatischen Abteilung der Habichtswald-Klinik in Kassel, bevor er noch 10 weitere Jahre in eigener Praxis als Gruppen- und Einzeltherapeut tätig war. Seine langjährige Erfahrung in Psychodrama geht hier eine fruchtbare Verbindung mit OH ein.

Die Serie der OH Karten hat sich von einem künstlerischen Avantgardestück zu einem weltweit genutzten Werkzeug entwickelt. Die Liste der Berufe, die mit ihnen arbeiten und von ihnen profitieren, ist lang und umfasst Lehr- und Heilberufe jeglicher Couleur. Im therapeutischen Milieu ist OH zum Freund und Helfer in unzähligen Sitzungen geworden - es werden hiermit auf undogmatische und respektvolle Weise persönliche Themen und innere Bilder zu Tage gefördert. Selbst Privatpersonen, mit einer großen Palette unterschiedlichster Interessen, haben sich diese Karten zu eigen gemacht.

Die wichtigsten Merkmale dieser Arbeitsmethode sind die Entwicklung von Intuition, Kreativität, Selbstkenntnis sowie deren offene und bewertungsfreie Darstellung. Von Künstlern gemalte Bilder in Kartenformat ermöglichen einen unmittelbaren Zugang zu eigenen inneren Bildern. Dadurch hat sich OH etabliert als Tür- und Fensteröffner in unsere innere Welt. Ein persönliches Anliegen, das vielleicht noch unbewußt ist, zeigt sich in Form einer Assoziation. Eine weiterführende Arbeit - ganz gleich mit welcher Methode - wird ermöglicht und vereinfacht. Inzwischen ist aus ursprünglich *einem* Kartentitel ein ganzes Genre entstanden, welches Kinder, Jugendliche und Erwachsene gleichermaßen anspricht.

Eine besondere Eigenschaft ist es, dass diese Werkzeuge sich an die Benutzer anpassen und nicht umgekehrt. Es gibt keinen dogmatischen Zwang, etwas zu erfüllen, sondern nur die spielerische Einladung, sich selbst und anderen zu begegnen. Der Kreativität der Benutzer\*innen ist keine Grenze gesetzt. Ein starres Regelwerk gibt es nicht. Die Mechanik ist variabel und offen für eigene Ansätze. Nur die Ethik - die OH Etikette - ist zu beachten.

Ich selbst studierte humanistische Psychologie in Vancouver/Kanada und durchlebte gleichzeitig eine eklektische/vielseitige Ausbildung als Psychotherapeut. Dort begegnete ich den OH Karten zum ersten Mal. In ihnen fand ich ein Werkzeug, das meinem Berufswunsch entsprach, Menschen in Behandlung *authentische* Wege in ihrer persönlichen Entwicklung zu ermöglichen. Erfahrung in Gestalttherapie (Esalen) und Mythologie (mit Joseph Campbell) fließen hier zusammen.

Nach meiner Rückkehr nach Deutschland begann ich die OH-Karten zu verlegen und das Genre der assoziativen Karten zu entwickeln. Ihr Maler Ely Raman war froh, jemanden gefunden zu haben, der sie veröffentlichte und in die Welt trug. Inzwischen ist das Genre auf 19 Titel gewachsen. Die OH Karten sind in 29 Sprachen übersetzt. Eine Vielzahl von Anwendungsideen fließen in dieses Seminar ein.

Seit dieses Kartengenre von Geisteswissenschaftlern entdeckt wurde - als ein Phänomen, welches Menschen zum kreativen und erkenntnisreichen Austausch zusammenbringt - erarbeiteten wir ein Konzept für das OH Institut. Hier werden Idee und Methode, die den assoziativen, metaphorischen Karten zugrundeliegen, beschrieben und erforscht. In

internationalen Beiträgen wird das OH Genre akademisch aufbereitet. Sie finden dort spannende Lektüre und Anregungen.

Das Seminar **OH basic/intensiv** dient dazu, das Prinzip der OH Karten Serie aus der Nähe kennenzulernen und mit ihnen Arbeitsideen zu erlernen. Den Teilnehmern werden die Grundlagen dieser Methode und ihre Ethik vermittelt. Der Einsatz der OH Methode in Beratung, Coaching und Therapie - wie in Psychodrama, sowie für die eigene Selbsterfahrung stehen im Mittelpunkt.

**Termin 1: Freitag 23.5. von 15 - 19 u. Samstag 24.5.2025 von 9 - 17 Uhr**

Kosten: 180,- €  
160,- € bei Anmeldung vor dem 15.3.2025  
Teilnehmer: min 8, max 20 Personen

Das Seminar **OH Supervision** folgt einem eigenen Format: jede teilnehmende Person ist einmalig Klient und einmalig Therapeut vor der Gruppe an diesem Tag. Jede Sitzung dauert ca 30 min, anschließend gibt es Feedback und Fragen dazu. Da ich dieses Format schon oft im Ausland angewendet habe, ist dies erstmals auch hier angeboten. Voraussetzung ist die Kenntnis der OH Karten.

**Termin 2: Sonntag 25.5.2025 von 9 - 17 Uhr**

Kosten: 160,- €  
150,- € bei Anmeldung vor dem 15.3.2025  
Teilnehmer: min 8, max 10 Personen

(an den Workshoptagen können Sie Karten mit 10% Rabatt erwerben)

Ort: OH Haus  
D - 79256 Buchenbach / Himmelreich, Gewerbestr. 14  
(zu erreichen 5 min zu Fuß vom Bahnhof Himmelreich, 15 min Fahrt von Freiburg/Brsg, Übernachtungsmöglichkeiten finden Sie in [www.dreisamtal.de](http://www.dreisamtal.de))

Verpflegung: da sich das OH Haus in grüner Landschaft befindet, gibt es nur 4 Restaurants in näherer Umgebung. Gerne können Sie auch ein Vesper mitbringen, es gibt eine Küche im OH Haus.

Bestätigung: Alle Teilnehmer erhalten eine Teilnahmebestätigung des OH-Publishing

Anmeldung: Moritz Egetmeyer, Tel 07661-6362, [info@OH-Cards.com](mailto:info@OH-Cards.com)

Nach Ihrer verbindlichen, schriftlichen Anmeldung zum Workshop erhalten Sie eine Buchungsbestätigung. Eine Anzahlung von 50 € ist hiernach erforderlich. Damit ist Ihre Teilnahme gesichert. Die Restsumme ist bis zum 20.4.2025 fällig.

Im Falle Ihrer Stornierung aus nichtmedizinischen Gründen ist die Anzahlung ab dem 3. Tag vor dem Seminar nicht mehr rückerstattbar.

Bei mangelnder Teilnehmerzahl oder anderen wichtigen Gründen wie Krankheit, kann der Veranstalter auch kurzfristig absagen. Die Teilnahmegebühren werden dann komplett zurückerstattet. Mit Ihrer Anmeldung bestätigen Sie diese Bedingungen.

Wir, Moritz Egetmeyer und Manfred Sigwart, freuen uns darauf, Sie im OH Haus begrüßen zu dürfen.

Liste (unvollständig) der Berufe und Bereiche, in denen Menschen mit Karten aus der OH Reihe in 28 Sprachen und vielen Ländern erfolgreich arbeiten:

Altenpflege, Ärzte, Beratungsstellen, Design, Drogenberatung, Ergotherapie, Erwachsenenbildung, Gefangenenbetreuung, Jugendarbeit, Journalismus, Heilpraktiker, Kindergarten, Kinesiologie, Kommunikationstraining, Kunsttherapie, Lehrer, Logopädie, Pädagogen, Pfarrer, Psychotherapeuten (Einzel, Gruppen, Familien...), Märchenerzähler, Naturheilkunde, Organisationsentwicklung, Schauspieler, Schreibwerkstätten, Seelsorger, Seminarleiter, Sonderschule, Songwriter, Sozialarbeit, Suchtprophylaxe, Supervision, Tanz, Teamtrainer, Theater, Traumaarbeit, Trauerbegleitung, Unternehmensberatung....

[www.OH-Cards.com](http://www.OH-Cards.com)

[www.OH-Cards-Institute.org](http://www.OH-Cards-Institute.org)