



Annahme und Akzeptanz in der psychosozialen Arbeit

Uns allen fällt es immer wieder schwer, uns selbst, andere Menschen oder unsere Lebenssituation anzunehmen. Viele unserer Klienten kämpfen gegen die eigene Person und gegen ihre Lebenssituation. Im Extremfall wird sogar die Erkrankung verleugnet und die Behandlung verweigert. Doch wenn wir einen Teil der Realität ablehnen, ist unser Leiden vorprogrammiert. Studien zeigen sogar, dass psychische Symptome durch fehlende Annahme noch verstärkt werden können. Wogegen wir kämpfen, wird nicht schwächer, sondern stärker. Akzeptanz ist hingegen der Schlüssel zu Genesungsprozessen und zu einer höheren Lebenszufriedenheit.

Leider gibt es viele Missverständnisse in Bezug auf Annahme. Sie hat nichts mit Resignation zu tun, ganz im Gegenteil geht Akzeptanz oft mit einer besonderen Aktivität einher. Sie ist außerdem keine Entscheidung, die wir von unseren Klienten einfordern können, sondern vielmehr das Ergebnis eines innerpsychischen Prozesses.

Sie lernen in diesem Seminar:

- Klienten zu unterstützen, sich selbst, ihre Lebenssituation und ihre Erkrankung anzunehmen
- Förderung der Fähigkeit zur Annahme unangenehmer Empfindungen, wie etwa schmerzliche Gefühle oder körperliche Schmerzen
- Förderung der Fähigkeit zur Annahme angenehmer Empfindungen, wie etwa freudvolle Erfahrungen, Gelingen und Erfolg, Zuwendung und Mitgefühl durch andere
- den Zusammenhang zwischen Annahme und natürlichem Handeln kennen, um so anstrengungsloser arbeiten zu können

Zielgruppe:	Dieses Seminar richtet sich an alle interessierte Mitarbeitende in psychosozialen/sozialpsychiatrischen Arbeitsfeldern.
Referent:	Andreas Knuf, Dipl.-Psych./Psychologischer Psychotherapeut, www.andreas-knuf.de
Termin:	11. – 12. Juli 2024 9-17 Uhr
Ort:	Freiräume Konstanz Vor der Halde 5 D-78462 Konstanz
Kosten:	280 Euro
Anmeldung:	Erfolgt über die Shop-Funktion auf unserer Homepage.