



Freude, Zufriedenheit und Zuversicht fördern

Viele unserer Klienten haben einen schlechten Zugang zu angenehmen Empfindungen wie Freude und Zufriedenheit. Oft nehmen die Förderung von Freude und anderen angenehmen Gefühlen in der psychosozialen Arbeit nicht den notwendigen Raum ein. Wir Fachpersonen sind mit Problemen und Herausforderungen konfrontiert und vielfach fehlt dann schlicht die Zeit, um Klienten auch noch dabei zu unterstützen, angenehme Gefühle zu haben.

Die Folge ist oft ein massives Ungleichgewicht von Herausforderungen und Schwierigkeiten auf der einen Seite und angenehmen Empfindungen auf der anderen Seite. Doch wir können ohne freudvolle Empfindungen längerfristig nicht leben. Zuversicht ist für die Entwicklung von Motivation und für Genesungsprozesse unverzichtbar. Ohne Freude kann es keine Lebenszufriedenheit geben.

In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit Möglichkeiten, freudvolle Empfindungen beim Klienten zu fördern, ohne dabei unangenehme Empfindungen auszublenden. Neben dem Aufbau von freudvollen Aktivitäten wird es darum gehen, wie Klienten unterstützt werden können, angenehme Empfindungen überhaupt zuzulassen. Wir werden Methoden wie die Freudenbiografie und das Dankbarkeits-tagebuch kennenlernen. Einzelne Methoden werden wir bei uns selber erproben und reflektieren, wie sie in den verschiedenen psychosozialen Settings eingesetzt werden können.

Zielgruppe:	Dieses Seminar richtet sich an alle Mitarbeitende psychosozialer Berufe.
Referent:	Andreas Knuf, Dipl.-Psych./Psychologischer Psychotherapeut, www.andreas-knuf.de
Termin:	24. – 25. Juli 2023 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.