

## Umgang mit Gefühlen in der Arbeit mit psychisch kranken Menschen (Hybrid-Fortbildung)

---

Psychisch erkrankte Menschen werden oft von starken Gefühlen überflutet (z.B. bei Borderline oder akuter Psychose) oder haben gar keinen Zugang zu ihren Gefühlen (wie bei Depressionen). Nicht nur in Krisensituationen, sondern auch in der Krankheitsverarbeitung und im Recoveryprozess ist der Umgang mit leidvollen Gefühlen und die Aktivierung angenehmer Gefühle zentral.

Wie können wir Klient\*innen helfen, gut mit Gefühlen wie Angst, Trauer, Verzweiflung, unkontrollierter Wut oder starker Scham umzugehen? Und wie kommen Helfende mit ihren eigenen Gefühlen wie Ohnmacht, Ekel oder Ärger zurecht? Das Seminar bietet konkrete Handlungsstrategien für den Alltag.

### Ziele:

- Klient\*innen helfen, eigene Gefühle wahrzunehmen und diese auf eine heilsame Art zu regulieren
- Schwierige Gefühle von Klient\*innen mittragen, ohne selbst davon überflutet zu werden
- Ihre eigenen Gefühle besser wahrnehmen und regulieren

### Inhalt:

- Einführung in emotionsfokussierte Alltagsbegleitung
  - Grundinformationen zu Gefühlen: Funktion, Entstehung, Hintergründe von Gefühlen
  - Unterscheidung überregulierte vs. unterregulierte Klient\*innen
  - Achtsamkeitsorientierter Umgang mit Gefühlen
- 

**Zielgruppe:** Dieses Seminar richtet sich an alle Mitarbeitende in psychosozialen Berufen.

**Referent:** Andreas Knuf, Dipl.-Psych./Psychologischer Psychotherapeut  
[www.andreas-knuf.de](http://www.andreas-knuf.de)

**Termine und Ort:** 3 Termine, jeweils von 9 - 12.15 Uhr über Zoom:  
20. November | 04. Dezember | 18. Dezember 2025

Zusätzliche Selbstlerneinheiten (4x45 Minuten)  
zwischen den o.g. Terminen über [www.MINDEMY.de](http://www.MINDEMY.de).

Insgesamt 16 Unterrichtseinheiten. Mehr über Hybrid-Fortbildungen erfahren Sie über den QR-Code.



**Kosten:** 300 Euro

**Anmeldung:** Erfolgt über die Shop-Funktion  
auf unserer Homepage.