

Regio 2025

Workshop 5:

Leben mit Zweifeln/Hadern und Akzeptanz – "leben mit mir"

Inhalt:

Psychische Krankheiten und Schicksalsschläge haben die Gemeinsamkeit, dass wir uns (ohnmächtig) mit einer Situation konfrontiert sehen, ohne daran etwas ändern zu können. Dies kann dazu führen, dass wir an dieser Ohnmacht viel Energie und Kraft verlieren; wir hadern.

In unserem Workshop wollen wir das Kontinuum zwischen Hadern und Akzeptanz mit unseren eigenen Erfahrungen füllen.

- Was ist Hadern und was Akzeptanz?
- Welche Haltungen sind hilfreich oder hinderlich auf dem Weg hin zur Akzeptanz?
- Wie kann das soziale Umfeld den Weg hin zur Akzeptanz unterstützen?

Wir suchen in dem Workshop Antworten auf diese durchaus komplexen und individuellen Fragen

Moderatoren: Frau Reißmann-Schleip, Herr Marquardt

Juli 2024