

Bis hierher und nicht weiter

Der Balanceakt zwischen notwendiger Nähe und professioneller Distanz

Psychisch erkrankte Menschen bringen einen Rucksack an Schicksalen und Lebensgeschichten mit, die berühren und vielleicht sogar betroffen machen. Genau hier lauert die Distanzfalle in der Beziehung zwischen Klientin bzw. Klient und Betreuerin respektive Betreuer. Zu viel Nähe, aber auch übermäßige Distanz kann für das Betreuungsverhältnis problematische Folgen haben. Und auch die eigene innere Balance gerät ins Wanken, wenn das Verhältnis von Nähe und Distanz gestört ist. Umso wichtiger ist es deshalb, nicht nur für andere da zu sein, sondern gleichzeitig für sich selbst zu sorgen.

Inhalt:

- Eigene und fremde Grenzen wahrnehmen
- Verschiedene Ebenen der Abgrenzung
- Wann und warum fällt es mir schwer, mich gut abzugrenzen?
- Wie kann ich ein „Nein“ freundlich formulieren?
- Was mache ich, wenn meine Grenzen überschritten werden?
- Wie kann ich mich kommunikativ und emotional abgrenzen?

Methoden:

Impulsreferate, Einzelarbeit, Gruppenarbeit, Reflexion, praktisches Trainieren anhand von Fallbeispielen der Teilnehmenden

Referentin:

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Lisa Neubauer

Diplom- und Doktoratsstudium Erziehungswissenschaft; seit 2002 in selbstständiger Praxis als diplomierte Trainerin und Lehrbeauftragte, eingetragene Mediatorin, Coach und Lebensberaterin tätig

Termin:

4. November 2020

Uhrzeit:

09:00 bis 17:00 Uhr

Veranstaltungsort:

Liebenauer Hauptstraße 141
8041 Graz

Teilnahmekosten:

€ 150,- (inkl. 10 % Ust.)

Anmeldeschluss:

21. Oktober 2020