

Ein Wochenende

Fr, 15.03.2024

Sa, 16.03.2024

Dauer

Freitag von 15:00 bis 19:00

Samstag von 09:00 bis 13:00

Leitung

Mag.^a Claudia Altmann, Klinische und Gesundheitspsychologin, Arbeitspsychologin, Sportpsychologin, Psychotherapeutin. Langjährige Erfahrung in der Betreuung und Begleitung von Menschen mit psychischen Erkrankungen

Teilnahme kostenlos!

Ort

Angehörigenzentrum HPE
Brigittenauer Lände 50-54/1/5
1120 Wien

Anmeldung

www.hpe.at/anmeldung
Anmeldeschluss: 08.03.2024
T. 01/526 42 02

Der Verein HPE-Österreich ist der gemeinnützige, überparteiliche Zusammenschluss der Vereine von Angehörigen und Freunden psychisch Erkrankter. HPE ist in allen Bundesländern aktiv und stellt sich als Hauptaufgabe, die Lebensqualität der Angehörigen psychisch Erkrankter zu verbessern. Viele Angehörige und Freunde psychisch Erkrankter stellen ihre freie Zeit in den Dienst der HPE und arbeiten ehrenamtlich im Rahmen der Selbsthilfe und der Interessensvertretung der Angehörigen.

 Sozialministeriumservice

SEMINAR FÜR ANGEHÖRIGE

Wie sag ich's bloß?

Kommunikation mit einem psychisch erkrankten Familienmitglied



15. und 16.03.2024
Teilnahme kostenlos

Wie sag ich's bloß?

Besonderheiten in der Kommunikation mit einem psychisch erkrankten Familienmitglied

Kommunikation spielt in jeder Beziehung eine wesentliche Rolle, in der Familie, in der Arbeit, im sozialen Umfeld.

Unter dem Einfluss von psychischen Erkrankungen kann die Kommunikation sowohl für Betroffene als auch für Angehörige besonders schwierig werden

Das Seminar ist als eine Einführung für gelungene Kommunikation gedacht.

Für Ihre persönlichen Fragen, Diskussionen, Erfahrungs- und Meinungsaustausch ist aber genügend Raum vorgesehen.

Angehörige möchten verstehen und helfen, aber auch verstanden werden und eigene Bedürfnisse leben dürfen.

Die richtigen Worte sind dabei oft schwer zu finden und es stellen sich häufig Fragen wie:

Was sag´ ich bloß?

Wie sage ich es am besten?

Was darf ich überhaupt sagen?

Und: Wie setze ich Grenzen?

Gespräche über das Zusammenleben, über Therapien oder (berufliche) Rehabilitation können auch Spannungen zu Tage bringen. Eine gelingende Kommunikation reduziert die Belastung von Angehörigen als auch die der betroffenen Familienmitglieder und ist Basis eines förderlichen Miteinanders.

Dieses Seminar vermittelt anhand von kurzen theoretischen Inputs und praktischen Übungen wesentliche Grundregeln für eine gelingende Kommunikation. Im Mittelpunkt stehen die spezifischen Merkmale psychischer Erkrankungen, sodass ein gegenseitiges Verstehen möglich wird.

Eine verbindliche Anmeldung ist erforderlich!

www.hpe.at/anmeldung
01/526 42 02

Alle Seminarteilnehmer*innen sind herzlich zur Teilnahme an den von HPE angebotenen Selbsthilfegruppen eingeladen!

