

Datum

Samstag, 22. März 2025

Zeit

9:00 – 17:00 Uhr

Teilnahme kostenlos!

Leitung

Mag. Birgit Dorninger-Bergner Klinische-
und Gesundheitspsychologin, syst.
Familientherapeutin

Ort

Angehörigenzentrum HPE
Brigittenauer Lände 50-54/1/5
1200 Wien

Anmeldung

www.hpe.at/anmeldung
T 01/526 42 02
Anmeldeschluss: 14.03.2025

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.



Gefördert vom
Fonds Soziales Wien,
aus Mitteln der Stadt Wien.

SEMINAR FÜR ANGEHÖRIGE

Empowerment



22.03.2025
Teilnahme kostenlos



Programm

Diese Themen werden uns durch den
Seminartag begleiten:

Stärken finden, Selbstständigkeit fördern-

Empowerment für und durch Angehörige

Seminar und Erfahrungsaustausch für Angehörige und Freunde, die mit Menschen mit einer psychischen Erkrankung in Beziehung stehen.

Eine psychische Erkrankung bringt sowohl für die Betroffenen selbst als auch für die Angehörigen Unsicherheit, Ängste, das Gefühl des Ohnmächtig-Seins und Angst vor Stigmatisierung.

Empowerment meint den Prozess, der eigene Stärken und Ressourcen (und die des anderen) wieder spürbar macht und dem Gefühl von Hilflosigkeit positive Erfahrungen von Handlungsfähigkeit entgegensetzt.

Das Seminar ist als eine Einführung in die wichtigsten theoretischen Ansätze gedacht.

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



Empowerment

Welche Haltung steckt hinter diesem Begriff Empowerment, und was kann das für Angehörige von Menschen mit psychischer Erkrankung bedeuten?

Fähigkeiten entdecken

Auf welche Fähigkeiten und Ressourcen kann ich in meinem Leben zurückgreifen? Über welche Ressourcen verfügt – vielleicht noch unentdeckt und nicht genutzt – der Betroffene?

Selbstbefähigung fördern

Wie kann ich als Angehöriger Selbstständigkeit und Selbsthilfe des erkrankten Familienmitglieds fördern?

Vorurteile und Stigma

Mit welchen Vorurteilen gegenüber psychisch Kranken und ihren Familien bin ich aufgewachsen, und wie behindern diese Gedanken sowohl mich als auch den Betroffenen?

Eine verbindliche Anmeldung ist erforderlich!

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

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