



43. Z.A.P.F.-Femme-Treffen

Termin: Montag, 11. April 2016

Ort: Zahnärzthehaus Stuttgart, Albstadtweg 9, 70567 S-Möhringen

Zeit: Beginn 19.30 Uhr c.t.
(Bewertet mit 3 Fortbildungspunkten)

Thema: Kränkungen im Alltag und am Arbeitsplatz

Referent: Dr. Bärbel Wardetzki, München

Kurzinhalt:

Was kränkt Sie besonders? Die Missachtung Ihres Partners / Ihrer Partnerin, das ausbleibende Lob des Chefs, dumme Bemerkungen, die lustig gemeint sind, aber verletzen? Was es auch sein mag, Kränkungen sind Reaktionen auf Ereignisse, durch die wir uns kritisiert, zurückgewiesen, abgelehnt und in unserem Selbstwertgefühl verletzt fühlen.

Daraus resultiert eine tiefe Verunsicherung unserer Person verbunden mit Gefühlen von Ohnmacht, Wut und Selbstzweifeln. In unserer Gekränktheit wenden wir uns trotzig von unserem Gegenüber ab und sinnen häufig auf Rache und Vergeltung. Am Ende steht meist der Abbruch der Beziehung. Vor allem bei selbstunsicheren Menschen reichen schon Kleinigkeiten wie eine hochgezogene Augenbraue oder ein kritischer Blick.

Kränkungen begegnen uns im Alltag ständig: in Arbeitsbeziehung ebenso wie in privaten Kontakten, in Institutionen und zwischen Gesellschaften. Kränkungen sind in den meisten Fällen Grund für Missverständnisse, Streits und sogar Kriege. Umso wichtiger ist es, konstruktive Lösungswege zu finden. Der beste Weg ist die Stärkung unseres Selbstwertgefühls, denn dann sind wir gut gegen Kränkungen gewappnet.

Vita:

Pädagogin M.A., Diplom-Psychologin, Praxis für Psychotherapie, Supervision und Coaching in München. Autorin zahlreicher Artikel und Bücher zu Essstörungen, Narzissmus und Kränkungen. Vortrags- und Seminarstätigkeit. Wichtigste Bücher: Weiblicher Narzissmus, Ohrfeige für die Seele, Eilte Liebe, Nimm's bitte nicht persönlich, Blender im Job.