

REFERENTINNEN / REFERENTEN

Verena Kast Prof. Dr. phil.; Psychotherapeutin, Dozentin und Lehranalytikerin des C. G.-Jung-Instituts in Zürich; Professorin an der Universität Zürich; Vorsitzende der Internationalen Gesellschaft für Tiefenpsychologie; V. Kast ist Autorin zahlreicher Bücher, jeweils in vielen Auflagen, u. a.: *Trotz allem ich. Gefühle des Selbstwertes und die Erfahrung von Identität* (2003); *Schlüssel zu den Lebensthemen. Konflikte anders sehen* (2004); *Vom Sinn der Angst* (2007); *Träume. Die geheimnisvolle Sprache des Unbewussten* (2006); *Konflikte anders sehen: Die eigenen Lebensthemen entdecken neu entdecken* (2007); *Der Weg zu sich selbst* (2009); *Was wirklich zählt, ist das gelebte Leben. Die Kraft des Lebensrückblicks* (2010); *Imagination. Zugänge zu inneren Ressourcen finden* (2012); *Seele braucht Zeit* (2013).

Andreas Kruse Prof. Dr. phil. Dr. h. c.; Studium der Psychologie, Philosophie und Musik; seit 1997 Professor und Direktor des Instituts für Gerontologie an der Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg; Vorsitzender der ‚Sechsten Altenberichtscommission der deutschen Bundesregierung‘. Andreas Kruse ist Autor und Herausgeber zahlreicher wissenschaftlicher Standardwerke und Sachbücher, zuletzt u. a.: *Das letzte Lebensjahr* (2007); *Zukunft Altern. Individuelle und gesellschaftliche Weichenstellungen* (2010); *Leben im Alter. Eigen- und Mitverantwortlichkeit in Gesellschaft, Kultur und Politik* (2010); *Potenziale im Altern. Chancen und Aufgaben für Individuum und Gesellschaft* (2010); *Lebensqualität bei Demenz* (2010); *Kreativität im Alter* (2011); *Die Grenzgänge des Johann Sebastian Bach. Psychologische Einblicke* (2013).

Ingrid Riedel Prof. Dr. Dr. Diplom-Psychologin; Psychotherapeutin in Konstanz, Dozentin und Lehranalytikerin am C. G. Jung-Institut in Zürich und Honorarprofessorin für Religionspsychologie an der Universität Frankfurt am Main; Autorin zahlreicher Bücher, jeweils in vielen Auflagen, u. a.: *Maltherapie: Eine Einführung auf der Basis der Analytischen Psychologie von C. G. Jung* (2008); *Die innere Freiheit des Alterns* (2009); *Träume – der Anfang von allem: Den inneren Wegweiser folgen – neue Lebensräume entdecken* (2010); *Mystik des Herzens: Meisterinnen innerer Freiheit* (2010); *Die gewandelte Frau: Vom Geheimnis der zweiten Lebenshälfte* (TB 2012); *Spieglein, Spieglein an der Wand – Märchen vom Neiden und Gönnen* (2012); *Spiritualität aus der Bibel* (2012); *Stark wie der Tod ist die Liebe. Das Hohelied* (2013); *Graureiher komm. Gedichte* (2014).

Astrid Schütz Prof. Dr. phil.; Studium der Psychologie, Pädagogik und Soziologie; zahlreiche Forschungsaufenthalte in den USA und Grossbritannien; ist Inhaberin des Lehrstuhls für Persönlichkeitspsychologie und Psychologische Diagnostik an der Universität Bamberg und Leiterin des Kompetenzzentrums für Angewandte Personalpsychologie; Astrid Schütz ist Autorin und Herausgeberin zahlreicher wissenschaftlicher Standardwerke und Sachbücher, u. a.: *Psychologie. Eine Einführung in ihre Grundlagen und Anwendungsfelder* (2014, mit S. Nizielski); *Lehrbuch der Persönlichkeitspsychologie* (2014, mit S. Nizielski); *Psychologie der Kommunikation* (2013, mit J. Röhner); *Stress im Arbeitskontext* (2010, mit L. Bartholdt); *Positives Denken: Vorteile, Risiken, Alternativen* (2007, mit L. Hoge); *Je selbstsicherer desto besser?* (2005); *Selbstwertgefühl. Zwischen Selbstakzeptanz und Arroganz* (2003); *Internet und Persönlichkeit* (2005, et al).

ORGANISATION UND ANMELDUNG

Teilnehmerkreis

Die Tagung ist öffentlich. Sie wendet sich an alle interessierten Frauen und Männer ebenso wie an Fachpersonen und AkteurInnen im Gesundheits-, Sozial- und Beratungsbereich sowie in der Seelsorge tätige Frauen und Männer: Ärztinnen und Ärzte, Psychotherapeutinnen und -therapeuten, SeelsorgerInnen und PsychologInnen, SozialarbeiterInnen und andere Fachpersonen.

Angesprochen sind aber auch Verantwortliche aus der Politik, Mitglieder von Berufs- und Fachverbänden, von Stiftungen und Behörden des Gesundheitswesens, Patientenorganisationen und weitere Interessierte.

Teilnahmegebühr

NEU exklusive der Pausenerfrischungen

Tagungsgebühr A..... CHF 190.–*

Tagungsgebühr B (kleines Budget) CHF 150.–*

Tagungsgebühr C (für Paare/Gruppen) CHF 150.–/Person*

* exklusive Pausenerfrischungen und Mittagessen/Lunch.

Wir empfehlen Ihnen für die Pausenverpflegung den Kiosk des Kunsthaus Restaurants im Foyer des Auditoriums. Beachten Sie bitte auch das Angebot ‚vegetarischer Stehlunch‘ während der Mittagspause zum Preis von CHF 15.–.

Anmeldung

Mittels Anmeldekarte per Post an das Tagungssekretariat oder via www.gesundheitundmedizin.ch. Nach Erhalt Ihrer Anmeldung senden wir Ihnen eine Anmeldebestätigung und die Rechnung über die Teilnahmegebühr zu. Wir bitten um frühzeitige Anmeldung. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt.

Zahlungsbedingungen

Die Rechnung ist innerhalb von 14 Tagen ab Rechnungsdatum fällig. Bei kurzfristiger Anmeldung ist die Teilnahmegebühr vor der Tagung zu überweisen; Tageskasse in Ausnahmen. Bei nachträglicher Verhinderung bitten wir Sie umgehend um Bericht. Bei einer Stornierung der Anmeldung ab dem 02. Mai 2014 sind 100% der Teilnahmegebühr zu entrichten.

Administration / Tagungssekretariat

Forum Gesundheit und Medizin
Postfach 425, CH-8706 Meilen ZH
Tel. 044 980 32 21
www.gesundheitundmedizin.ch
info@gesundheitundmedizin.ch

Veranstaltungsort

Auditorium / Grosser Vortragssaal des Kunsthauses Zürich, Heimplatz 1, 8001 Zürich. TeilnehmerInnen erhalten einen Lageplan des Tagungsortes und Informationen zur Anreise.

Öffentliche TagungSEI WAS DU BIST
GIB WAS DU HAST**Gefühle des Selbstwerts
und Erfahrungen der Identität
als Kern psychischer Gesundheit**

Illustration: Daniel Lienhard

**Freitag, 9. Mai 2014
09.00 – 17.00 Uhr
Kunsthaus Zürich
Grosser Vortragssaal**

DAS GEFÜHL FÜR DEN EIGENEN WERT

Das Gefühl für den eigenen Wert ist von wesentlicher Bedeutung für die seelische Gesundheit. Das Ausmass und die Qualität des Selbstwertgefühls bzw. der Selbstwertschätzung hat umfassende Auswirkungen auf das seelische Erleben des Menschen, seine Leistungsfähigkeit und sein Wohlbefinden, seine Fähigkeit, herzliche Beziehungen zu anderen einzugehen und sich für das eigene Leben verantwortlich zu fühlen. Auch beim Umgang mit Belastungen und Krisen, Verlust- und Krankheitserfahrungen wirkt hohe Selbstwertschätzung quasi als Puffer. Ein positives Selbstwerterleben stärkt die Fähigkeit, Belastungen eher als Herausforderungen zu begreifen.

Ein unzureichendes Selbstbewusstsein, mangelnde Selbstsicherheit und Selbstzweifel werden häufig als Hauptursachen für verschiedene Probleme ausgemacht. Das Gefühl und die Überzeugung, «nicht gut genug», «wertlos» und «zu wenig lebenswürdig» zu sein, schmälert in der Tat die Lebensfreude und das gute menschliche «Funktionieren», beeinträchtigt das eigene Leistungsniveau und beschädigt häufig soziale Beziehungen. Es kann deshalb nicht überraschen, dass die Ratgeberliteratur zum Thema Selbstwertgefühl kaum überschaubar ist; mit Ratschlägen, wie das Selbstwertgefühl aufzupäppeln ist. Die Persönlichkeitspsychologie hat allerdings längst erkannt, dass alle direkten Versuche das Selbstbewusstsein auf dem Niveau selbstbestätigender Formeln wie «Du bist toll, du bist stark, du bist liebenswert und etwas Besonderes!» zu stärken, fast nie funktionieren.

Wesentlich zum Aufbau eines gefestigten und guten Selbstwertgefühls und Selbstbewusstseins, tragen bei: Selbstakzeptanz, die Akzeptanz der eigenen Persönlichkeit; Selbstmitgefühl, ein freundlicher und grossherziger Umgang mit eigenen Schwächen und Fehlern ebenso wie mit denen anderer; die Integration des gesamten Spektrums der in uns schlummernden Gefühle und ein bewusster – sinnvoller und angemessener – Umgang mit erlebten Gefühlen. All dies stärkt die Fähigkeit, die eigenen Kompetenzen und Emotionen «in den Dienst» eines sinnvollen Ziels, einer Aufgabe zu stellen bzw. anderen Menschen freundlich und offen zu begegnen und ihnen in kritischen Lebenssituationen beizustehen.

Sich selbst zu vertrauen, sich selbst zu akzeptieren, sich selbst wertzuschätzen, all das sind Eigenschaften und Fähigkeiten, die bei kritischen Lebensereignissen, in Krisen- und Krankheitszeiten erschüttert werden. Das Gefühl für den eigenen Wert, das Selbstwertgefühl ist eine höchst labile Emotion, die eine sorgfältige Thematisierung erforderlich macht. Denn es geht

TAGUNGSPROGRAMM

09.00 **Selbstwertgefühl – eine höchst labile Emotion**
Begrüssung und Einführung
Matthias Mettner, Forum Gesundheit und Medizin

09.10 **Je selbstsicherer, desto besser?
Von der Bedeutung stabiler Selbstakzeptanz**
Vortrag aus Sicht der Persönlichkeitspsychologie von
Prof. Dr. phil. Astrid Schütz, Bamberg

10.10 **Selbstwertschätzung, Beziehungen und Leistung**
Unterschiede zwischen den Geschlechtern
Nachgefragt / Gespräch mit
Prof. Dr. phil. Astrid Schütz, Bamberg

10.40 Pause

11.10 **Gefühle des Selbstwerts und die Erfahrung von Identität**
Vortrag von
Prof. Dr. phil. Verena Kast, St. Gallen

12.10 **Quellen und Bedrohungen des Selbstwertgefühls**
Nachgefragt / Gespräch mit
Prof. Dr. phil. Verena Kast, St. Gallen

um den Kern psychischer Gesundheit; wozu wesentlich gehört, an den eigenen Wert und die eigene Würde zu glauben und den Wert anderer Menschen zu schätzen.

Wie sind Gefühle des Selbstwertes und Erfahrungen von Identität möglich; und damit Gefühle von Wachheit und Lebendigkeit sowie eine Offenheit gegenüber neuen Erfahrungen? Wie kann das Selbstwerterleben und Selbstwertgefühl in denkbar bestem Sinne gebildet, gestärkt werden; also ohne, dass die Selbstbewertung ins Problematische abdriftet, zur Selbstgefälligkeit, Selbstbeweihräucherung und Abwertung anderer gerät? Wodurch wird der Selbstwert bedroht? Worauf basiert die Selbstwertschätzung?

Wir laden Sie herzlich ein! Matthias Mettner

12.30 Mittagspause

13.45 **«Sei was du bist / gib was du hast»
Selbstwertgefühl, Selbstbewusstsein und Identität –
Von der Kultur der Seele im Alter**
Vortrag von
Prof. Dr. phil. Dr. theol. Ingrid Riedel, Konstanz

14.45 **Neue Lebensräume entdecken und gestalten –
Von der inneren Freiheit des Alterns**
Nachgefragt / Gespräch mit
Prof. Dr. phil. Dr. theol. Ingrid Riedel, Konstanz

15.05 Pause

15.35 **Immer wieder neu an den eigenen Wert
und die eigene Würde glauben –
Vom Kern psychischer Gesundheit**
Vortrag von
Prof. Dr. phil. Dr. h. c. Andreas Kruse, Heidelberg

16.40 **Gefühl des Selbstwerts in Krise und Krankheit**
Nachgefragt / Gespräch mit
Prof. Dr. phil. Dr. h. c. Andreas Kruse

17.00 Schluss der Tagung

ANMELDUNG

Tagung – Freitag, 9. Mai 2014

Sei was du bist | Gib was du hast

**Gefühle des Selbstwerts und Erfahrungen der Identität
als Kern psychischer Gesundheit**

Grosser Vortragssaal des Kunsthauses Zürich, 8001 Zürich

Name

Vorname

Strasse

PLZ / Ort

Tel. G

Tel. P

Beruf / Funktion

E-Mail

Rechnungsadresse*

*sofern abweichend von Korrespondenzadresse

Gewünschtes bitte ankreuzen :

Gebühren exklusive Pausenerfrischungen und Mittagessen / Lunch.

Teilnahmegebühr A / CHF 190.–

Teilnahmegebühr B / CHF 150.–

Teilnahmegebühr C / CHF 150.– / Person

Vorbestellung vegetarischer Stehlunch CHF 15.–

Senden Sie Tagungsprogramme auch an :

Hier abtrennen