



## **Gefühle kommen und bleiben - Impulse zum achtsamen Umgang mit Gefühlen**

Modul 2: Zertifikatslehrgang  
mit Dr. Klaus Blaser:  
Boundary Based Awareness  
Counseling and  
Coaching  
(Nur im Aufbau auf Modul 1  
buchbar)

Montag, 05.12.2022  
- Dienstag, 06.12.2022  
online

### **Teilnahmekosten**

Teilnahmegebühr für Mitarbeitende in evang. Kirche und  
Diakonie in Bayern: 160 €  
für andere Interessierte: 280 €

### **Seminarzeiten:**

Montag, 05.12.2022 von 09:00 bis 17:00 Uhr  
Dienstag, 06.12.2022 von 09:00 bis 17:00 Uhr

### **Tagungsstätte:**

ONLINE via ZOOM  
Abteigasse 7  
91556 online  
Tel 09872 509 145

### **Information und Organisation:**

Martina Dorsch  
0911 9354 415  
[dorsch@diakonie-bayern.de](mailto:dorsch@diakonie-bayern.de)

Foto von Anthony Delanoix auf Unsplash

Diakonisches Werk Bayern  
**Diakonie.Kolleg.**  
Pirckheimerstraße 6  
90408 Nürnberg  
Tel. 0911 93 54-411  
[www.diakonie-bayern.de](http://www.diakonie-bayern.de)  
[www.diakoniekolleg.de](http://www.diakoniekolleg.de)

**Diakonie.Kolleg.**

Ihr diakonisches Kompetenznetzwerk für Bildung & Beratung

Diakonisches Werk Bayern  
Diakonie.Kolleg.  
Postfach 12 03 20  
90332 Nürnberg

**Situation:**

Das mit den Gefühlen ist so eine Sache:

Man kann aktuelle Gefühle im Moment erleben, aber auch mit älteren Gefühlen, die ihre Auslöser in der Vergangenheit haben, gegenwärtig in Kontakt treten.

Wie können wir mit diesen eigenen, zum Teil auch unangenehmen Gefühlen im Jetzt umgehen? Was hat das mit unserer psychischen Ich-Grenze zu tun?

Durch Steuerung der Aufmerksamkeit auf bestimmte Emotionen und der Reflexion darüber bleiben wir keine Opfer unserer Gefühle, sondern werden ihnen gegenüber handlungsfähig.

So können wir auch entscheiden, welche Gefühle wir der Mitwelt zeigen möchten - und in welcher Form.

**Inhalt:**

Phänomenologische und interpersonelle Aspekte der Gefühle werden anhand von Theorieinputs verständlich und mittels praktischer Übungen erlebbar gemacht.

**Nutzen:**

Sie eignen sich über die eigene Erfahrung ein professionelles Werkzeug an. Gerade in der professionellen Arbeit mit Menschen wird man mit eigenen und fremden Gefühlen konfrontiert.

Diese können kognitiv oder mittels Mitfühlen oder Einfühlen wahrgenommen und jetzt auch bewusst eingeordnet werden. Dadurch wird ein professioneller Umgang mit Gefühlen erleichtert.

**Methoden:**

Einzelarbeit und Arbeit zu zweit, in Kleingruppen und im Plenum  
inhaltlicher Input  
Übungen, Reflexion

**Zielgruppe:**

Das Angebot richtet sich an Menschen, die im Sozial-, Therapie-, Beratungs- und Pädagogikbereich arbeiten.

**Teilnehmer\*innen:**

maximal 10 Personen

**Referent:****Dr. med. Klaus Blaser**

Facharzt für Psychiatrie  
und Psychotherapie,  
Begründer und Leiter des Centre for  
Applied Boundary Studies, Basel

**Anmeldung 22-P14 vom 05.12. - 06.12.22**

Gefühle kommen und bleiben - Impulse zum achtsamen Umgang mit Gefühlen

Online-Anmeldung: [www.diakoniekolleg.de](http://www.diakoniekolleg.de)

Name ..... Vorname .....

Funktion .....

Dienststelle/Einrichtung/Rechtsträger .....

Straße .....

PLZ, Ort .....

Telefon .....

Fax .....

E-Mail .....

E-Mail (privat) .....

Rechnung an:

Dienststelle

Privatadresse

Es gelten die AGB des Diakonie.Kolleg. Bayern:

[www.diakoniekolleg.de/agb](http://www.diakoniekolleg.de/agb)

(Datum, Unterschrift, Stempel)

Privatadresse für Rechnung: