

## Grenzen setzen - Grenzen akzeptieren (OPK-Akkred. beantragt)

### Seminar-Tag für alle, die durch ihre Klienten zu diesem Thema gefordert sind

Mit dem Psychodrama steht uns eine kraftvolle Methode zur Verfügung um unser Seminarthema zu bearbeiten. Anzustreben ist, dass unser Klientel und auch wir selbst den beruflichen und privaten Bereich als eine Einheit sehen.

Wir werden im „Hier und Jetzt“ arbeiten, und einerseits feststellen, dass sich „biographische Fenster“ öffnen, die wir benutzen werden, um unser Verhalten im Heute zu verstehen. Andererseits bedingen Macht- und Abhängigkeitsverhältnisse im Hier und Jetzt Situationen bei denen ein Blick in die Vergangenheit eher hinderlich ist.

Mir ist wichtig zu vermitteln, dass Grenzen setzen, voraussetzt, dass ich akzeptiere, dass mein Gegenüber ebenfalls Grenzen setzen will, oder mich verführen will, seine Grenzen zu überschreiten, mit freundlichem oder unfreundlichem Hintergrund. Aber auch der Konflikt, den ich mit mir selbst habe, wenn ich Grenzen setze und aushalten muss, dass ich Grenzen gesetzt oder gesetzt bekommen habe, sollte bekannt sein. Ob es hier eine Lösung, oder gar ein Patentrezept gibt, wage ich zu bezweifeln. Aber es gibt die Möglichkeit engagiertes, aktives Handeln zu lernen und zu leben und vom passiven Betroffen-Sein Abstand zu nehmen.



#### Carl Woerner / Gelnhausen

Dipl.-Psychologe und Psychodrama-Therapeut seit über 35 Jahren, Weiterbildungsleiter für Psychodrama, eigene Praxis in Gelnhausen bei Frankfurt

**Zeit:** Dienstag, 13.09.2016 von 09.00 bis 17.00 Uhr

**Ort:** Dresden, Stadtteilhaus DD-Äußere Neustadt e.V. - 01099 Dresden, Prießnitzstr. 18 (Anfahrt mit Bahn und Auto gut möglich; Link zur Ortung <http://www.stadtteilhaus.de/so-finden-sie-uns.html>)

**Preis:** 98,- € pP

**Anmeldung:** Zur Anmeldung nutzen Sie bitte das **Anmeldeformular**  
PDF-Dokument ausdrucken, ausfüllen und dann per Post oder Fax senden

www.psychodramakoffer-dresden.de  
info@birgit-helfmann.de  
tel 0351 8047038  
fax 0351 8047061