

Angehörigenakademie

SCHAM

Vom konstruktiven Umgang mit einer tabuisierten Emotion

Referent: Dr. Stephan Marks
Freiburger Institut für Menschenrechtspädagogik

Ein Leben mit einer seelischen Erkrankung in der Familie ist eine große Belastung für alle. Sollen die Beziehungen tragfähig bleiben, ist eine Auseinandersetzung auch mit den eigenen Emotionen wichtig. Der Wunsch nach Genesung des/der Betroffenen und die Hoffnung darauf sind der Antrieb für Familien und Freunde, eigene Entwicklungsprozesse zu initiieren und die des erkrankten Familienmitgliedes zu begleiten.

Diese Prozesse werden nicht selten durch unerkannte Scham-Gefühle blockiert, etwa wenn das erkrankte Familienmitglied in die Defensive geht oder den Kontakt abbricht. So werden Entwicklungspotentiale, die in Schamgefühlen liegen, vergraben. Denn Scham ist zwar schmerzhaft, sie hat jedoch auch positive Aufgaben: Sie ist „die Hüterin der menschlichen Würde“ (Leon Wurmser).

Aufgabe dieser Veranstaltung ist es, über Scham zu informieren und ihre Bedeutung für die eigene Praxis zu reflektieren:

- Was ist Scham? Wie 'funktioniert' sie? Was sind die spezifischen Entwicklungsaufgaben?
- Welche Bedeutung haben Scham (in Abgrenzung zu Schuld) und Scham-Abwehr?
- Was sind strukturelle Bedingungen für Scham und Würde?

Ziel des Seminars ist es, einerseits selbst mit der Emotion Scham konstruktiv umgehen zu lernen und andererseits im Familiengefüge feinfühlicher zu werden für den /die Anderen und hinter einer abwehrenden Maske auch die Verletzungen und Schamgefühle des Gegenübers wahrzunehmen zu können.

Der Workshop richtet sich ausschließlich an Angehörige von Menschen mit psychischen Krisen.
Es wird eine Teilnahmegebühr von 10 Euro erhoben.

Termin: **Sonntag 23. Februar 2025, 10.00–18.00 Uhr**

Ort: Berlin-Mitte (wird mit der Teilnahme bekannt gegeben)

Verbindliche Anmeldung mit Angabe ihrer Telefonnummer und Ihrer E-Mailadresse an: anmeldung@apk-berlin.de oder **030 86 39 57 01**

Wir danken der BKK Landesverband Mitte für die Förderung.

