

Ressourcen stärken - Resilienz fördern

PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Egal, ob wir als Heilpraktiker/innen für Psychotherapie mit Menschen arbeiten, die unter psychischen Störungen, wie Depressionen oder Ängsten leiden oder ob wir mittels psychologischer Beratung Menschen bei der Bewältigung von Lebenskrisen sowie bei alltäglichen Herausforderungen helfen – eine ressourcenorientierte Resilienz und psychische Gesundheit fördernde Vorgehensweise ist

unabdinglich, um

- nachhaltige positive Veränderungen bei unseren Patienten/innen und Klienten/innen zu erwirken,
- wirkliche „Hilfe zur Selbsthilfe“ anzubieten,
- Rückfällen vorzubeugen sowie
- Selbstvertrauen und Selbstwirksamkeit zu stärken.

Dieses Seminar vermittelt Kompetenz im Erkennen, Wertschätzen und Nutzen der Ressourcen unserer Klienten/innen. Sie lernen, sich für das Wahrnehmen positiver Qualitäten, Fähigkeiten und Interessen zu sensibilisieren und eine ressourcenfördernde, positive therapeutische Haltung einzunehmen. Erkenntnisse aus der Resilienzforschung und der positiven Psychologie werden mit erprobten Methoden und Techniken verknüpft. Selbsterfahrung und das praktische Anwenden und Üben des Gelernten machen einen wesentlichen Teil des Seminars aus.

Lernziele:

- die Bedeutung von Ressourcenaktivierung und dem Konzept der Resilienz sowie Möglichkeiten und Grenzen ressourcenorientierter Vorgehensweise kennen zu lernen
- Verinnerlichen einer wertschätzenden therapeutische Haltung, die Selbstvertrauen und Selbstwert stärkt,
- Üben von Interventionen, Techniken, Methoden und deren professioneller Anwendung.

Zielgruppe: Psychologische Berater/innen, Heilpraktiker/innen für Psychotherapie und Menschen verwandter Berufe und Branchen.

Dozent/in Alina Seiler: Jg. 1996. Frau Seiler ist verheiratet und lebt in der Nähe von Tübingen. Nach ihrem Studium der Rechtswissenschaften und anschließender Berufserfahrung absolvierte sie die Ausbildung und Prüfung zur Psychologischen Beraterin (VfP) und bildete sich unter anderem als Fachberaterin für Hochsensibilität sowie Stresspräventions- und Burnoutberaterin fort. Mehrere Weiterbildungen im Bereich Rhetorik, Gesprächsführung, Gewaltfreier Kommunikation (M. Rosenberg) und Mentaltraining runden ihr Profil ab. Frau Seiler ist in eigener Beratungspraxis tätig.

Termine:

Do. 05.03.2026

Fr. 06.03.2026

Sa. 07.03.2026

So. 08.03.2026

jew. 17:00-21:00 Uhr

Preis:

340,- Euro *



**Paracelsus
Gesundheitsakademie
Onlineunterricht**
Tel. 0261-95252-0

Seminarnummer:
SSA111270526

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:



ONLINE

PARACELSUS
die Gesundheitsakademien