

MACHT KRÄNKUNG KRANK?

Über somatopsychische und psychosomatische Wechselwirkungen von Kränkung

Wie kommt es, dass Ausgrenzung, Zurückweisung und Kränkung seelische und auch körperliche Wunden schlagen können? Welche neurobiologischen und psychodynamischen Mechanismen können dabei beteiligt sein? Und lässt sich dem psychotherapeutisch sinnvoll begegnen?

Aspekte von Prävention und Selbsthilfe stehen im Mittelpunkt: Was kann ich persönlich tun? Was fördert meine Widerstandsfähigkeit? Was kann mich unterstützen? Unser Referent gibt die entscheidenden Antworten und zeigt Lösungswege auf.

Infos & Anmeldung unter 0761 70 863 43 oder kda.freiburg@ekiba.de



Referent: Christian Firus, Dr. med.,
Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Traumatherapie und Sachbuchautor. Seit 2003 Oberarzt in der psychosomatischen Rehaklinik Glotterbad, Schwarzwald.

Vortrag
Do, 30.01.2020 – 19-21 Uhr
KDA Baden / Freiburg,
Habsburgerstr. 2, Freiburg
Eintritt: frei



ROTE KARTE GEGEN MOBBER

Mobbing-Prävention und Intervention mit Gewaltfreier Kommunikation (GFK)

Was kann Frauen dabei helfen, seltener Opfer von Mobbing zu werden? Aber auch darin unterstützen, nicht selbst zur Mitläuferin oder Mobbing-Akteurin zu werden? Wie kann mit einer akuten Mobbing-Situation umgegangen werden?

Der Schlüssel dazu: offene und aufrichtige Kommunikation. Im Workshop mit Rony Salvason entdecken wir Gewaltfreie Kommunikation (GFK – Rosenberg) in Theorie und Praxis.

Eine Veranstaltung im Rahmen der Aktionswoche zum Internationalen Frauentag 2020, in Kooperation mit der **Kontaktstelle Frau & Beruf Freiburg - Südlicher Oberrhein**.

Infos & Anmeldung unter 0761 70 863 43 oder kda.freiburg@ekiba.de



Referentin: Ronya Salvason, Trainee-
rin in gewaltfreier Kommunikation.
Coach für Konfliktbearbeitung,
Mediatorin in Freiburg.

Workshop
Sa, 07.03.2020 – 14-17.30 Uhr
KDA Baden / Freiburg,
Habsburgerstr. 2, Freiburg
TN-Zahl begrenzt!
TN-Beitrag: 10,- Euro



NIGHTS SEREN,
NIGHTS HÖREN,
NIGHTS SAGEN?

Konflikte erkennen und konstruktiv bearbeiten

Wo Menschen zusammenarbeiten, gibt es Missverständnisse und Konflikte. Das ist ganz normal! Problematisch wird es, wenn die eigenen Wahrnehmungen, Handlungen oder die Kommunikation zu feindseligen Emotionen führen. Dann entwickeln sich Konflikte zu unberechenbaren Brandherden – die Basis für Mobbinghandlungen.

In unserem **2-Tages-Seminar** reflektieren Sie das eigene Verhalten und überwinden die Scheu vor Konflikten. Sie lernen Konflikte einzuschätzen und konstruktiv damit umzugehen. In Kooperation mit der **Evangelischen Akademie Baden**.

Infos & Anmeldung unter 0761 70 863 43 oder kda.freiburg@ekiba.de



Referentinnen: Marte Gillies, Dipl. Psychologin, Mobbing-Beratungstelefon Freiburg/Südbaden und Maggy Hanser, Sozialsekretärin, KDA Baden / Freiburg

Seminar
Fr, 24.04.2020 – 13.30-17 Uhr
Sa, 25.04.2020 – 9-17 Uhr
KDA Baden / Freiburg,
Habsburgerstr. 2, Freiburg
TN-Zahl begrenzt!
TN-Beitrag: 60,- Euro



HEUTE
RUHETAG

1. Mai – Tag der Arbeit

Ökumenischer Gottesdienst (10 - 11 Uhr) in der Herz-Jesu-Kirche und Infostand bei der DGB Veranstaltung (10 - 15.30 Uhr) auf dem Stühlinger Kirchplatz, Freiburg.

Der Gottesdienst wird gestaltet von den Kirchlichen Arbeitnehmerorganisationen, Pfarrer i.R. Werner Jahn sowie den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern vom Mobbing-Beratungstelefon Freiburg / Südbaden.

In Kooperation mit **Arbeitnehmerseelsorge, EAN, KAB und KDA.**



Fr, 01.05.2020 – 10-15.30 Uhr
Herz-Jesu-Kirche,
Freiburg - Stühlinger
Eintritt: frei



**MOBBING
SCHAM-LOSE
BESCHÄMUNG?**

Scham im Kontext von Mobbing am Arbeitsplatz

Die Erfahrung, am Arbeitsplatz gemobbt zu werden, löst viele leidvolle Emotionen bei Betroffenen aus. Insbesondere Scham: Betroffene schämen sich für die Situation, in der sie sich befinden und geben sich selbst häufig die Schuld. Doch wieso schämt sich scheinbar nur das Mobbing-„Opfer“ und nicht der „Täter“? Wie entsteht Scham überhaupt – und wie finden Mobbing-Betroffene wieder aus der „Scham-Falle“ heraus?

Unser Seminar gibt einen Einblick in die grundlegende Bedeutung von Scham – speziell bei Mobbing. Es weist Wege eines konstruktiven Umgangs mit der „Scham“ in der Arbeitswelt.

Infos & Anmeldung unter 0761 70 863 43 oder kda.freiburg@ekiba.de



Referenten: Dr. Stephan Marks,
Sozialwissenschaftler, Supervisor
und Sachbuch-Autor und
Marte Gillies, Dipl. Psychologin,
Mobbing-Beratungstelefon
Freiburg / Südbaden

Seminar
Mi, 07.10.2020 – 17.30-21.30 Uhr
KDA Baden / Freiburg,
Habsburgerstr. 2, Freiburg
TN-Zahl begrenzt!
TN-Beitrag: 20,- Euro

