



ifgg

Scham – die versteckte Emotion
in Beratung, Therapie und Training thematisieren
& bearbeiten

Workshop mit DR. SILVIA ZANOTTA
Donnerstag, 11.6.2020 | 11:00-16:00 Uhr

Scham ist eine überaus schmerzhaft und machtvoll Emotion. Scham ist bei jedem Menschen und in allen Kulturen vorhanden und beeinflusst das Leben, insbesondere die seelische Gestimmtheit entscheidend. Obwohl Scham so zentral ist, ist sie wenig bewusst, wird verborgen oder geheim gehalten. Neben der gesunden Scham, die für die soziale und persönliche Entwicklung des Menschen entscheidend ist, kann Scham auch toxisch und chronisch werden und führt zu Selbstabwertung und Selbstverurteilung. In der Therapie wird diese pathologische Scham häufig verwechselt mit Angst, Wut oder Ekel, hinter denen sie sich versteckt.

In Beratung, Training und Therapie mit Kindern, Jugendlichen und Eltern ist es wichtig zu berücksichtigen, wie verwundbar Menschen mit Scham sind, wie leicht sie (wieder) beschämt werden und wie vorsichtig daher dieses Thema angegangen werden muss.

Dr. Silvia Zanotta wird Scham aus verschiedenen Perspektiven beleuchten und in dem praxisnahen Workshop darstellen, wie wir als Berater_innen dazu beitragen können, Klient_innen von der Ohnmacht und Immobilität der Scham in eine gesunde Selbstbehauptung zu bringen - hin zu Würde, Freude und Triumph. Dabei stellt sie Elemente der Ego-State-Therapie vor und verbindet sie mit somatischen Zugängen.



Dr. Silvia Zanotta ist Fachpsychologin für Psychotherapie und arbeitet in eigener Praxis in Zürich. Zudem ist sie Gründerin und Co-Leiterin des Ego-State-Ausbildungsinstituts ‚Ego-State-Therapie Schweiz‘. Veröffentlichung u.a.: ‚Wieder ganz werden – Traumaheilung mit Ego-State-Therapie und Körperwissen. Carl-Auer Verlag 2018.

Ein Podcast, das in ihre Arbeitsweise einführt, zum reinhören: <https://hypnose.de/blog/silvia-zanotta/>



ifgg-Institut für genderreflektierte Gewaltprävention,
Osloer Str.12, 13359 Berlin

Dieser Workshop ist für TESSA®-Netzwerkmittglieder kostenfrei.
Für Nicht-Mitglieder: 120€
Anmeldung unter: www.ifgg-berlin.de