

„Selbstakzeptanz“

Sich selbst zu stigmatisieren und einzuschränken, machen im Prinzip alle Menschen - meist ohne dass sie es selbst merken. Doch unreflektierte, negative Festschreibungen aus Schuldgefühlen und Angst in Verbindung mit veränderten Gefühlen und veränderter Selbstwahrnehmung, produzieren Leid und machen krank. Im Gegensatz dazu steht die Fähigkeit, sich selbst zu akzeptieren und sich bewusst wohlwollend, aber auch kämpferisch, durch alle Höhen und Tiefen des Lebens zu begleiten. Diese Fähigkeit kann von jedem gelernt und trainiert werden. Sie wirkt negativen Gedankenspiralen entgegen und verlässt die Haltung des Opfers und des unabwendbaren Schicksals. Damit steht der Weg offen für neue und positive Lebenserfahrungen. Deswegen ist die Selbstakzeptanz eine wichtige Lernerfahrung - auch für Betroffene im Umgang mit HIV und AIDS.

Diplompsychologe René Oehler wird zu diesem Thema aus seiner Erfahrung als Psychotherapeut interessantes berichten und Methoden vorstellen, sich selbst so zu akzeptieren, wie man ist und sich „positiv“ und optimistisch zu entwickeln.

Wie immer bleibt ausreichend Raum für Fragen und Diskussionen zum Thema.

Das Angebot richtet sich in erster Linie an Menschen, die mit einer HIV-Infektion leben.
Alle anderen Interessierten, insbesondere Partnerinnen und Partner, die Angehörigen sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von Beratungsdiensten sind ebenfalls ganz herzlich eingeladen.

Referent: René Oehler, Diplom-Psychologe,
Psychologischer Psychotherapeut, Coach, Stuttgart

Termin: Donnerstag, 07.07.2016, 19.00 Uhr bis 21.00 Uhr

Ort: Café Tocchetto
Evangelische Gesellschaft Stuttgart e.V.
Haus der Diakonie
Büchsenstr. 34-36
70174 Stuttgart

Das Informations- und Diskussionsforum Patientencafé wird von verschiedenen Pharmaunternehmen unterstützt. Dadurch können jährlich bis zu fünf Veranstaltungen mit in der AIDS-Arbeit erfahrenen Referentinnen und Referenten durchgeführt werden. Die Themenauswahl erfolgt durch Vertreter der AIDS-Hilfe Stuttgart e.V. und der AIDS-Beratungsstelle der Evangelischen Gesellschaft Stuttgart e.V. In der Themenauswahl finden sich die Fragen, Anliegen, Interessen und Probleme der Menschen wieder, die mit einer HIV-Infektion leben. Die Auswahl der Themen erfolgt ebenso unabhängig, wie die Wahl der Referentinnen und Referenten. Die unterstützenden Pharmaunternehmen haben keinen Einfluss auf die inhaltliche und personelle Gestaltung der Veranstaltungen.

HIV-/AIDS-Beratung/-Betreuung – gefördert durch die Landeshauptstadt Stuttgart und das Land Baden-Württemberg!