# 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 Sabine Rogg:** Nach der abgeschlossenen Ausbildung zur Erzieherin an der Fachakademie für Sozialpädagogik in Krumbach arbeitete sie in unterschiedlichen sozialen Bereichen und eignete sich in diesen Feldern Berufserfahrung und Feldkompetenz an. Es folgten Weiterbildungen zur Psychologischen Beraterin, Psychomotorikerin, Sprach- und Kommunikationsberaterin und in tiergestützter Intervention. Seit 2019 begleitete sie Erwachsene und hochsensible Kinder.

Termine:
**Mi. 23.09.2026**
**Do. 24.09.2026**
**Mi. 30.09.2026**
**Do. 01.10.2026**
jew. 17:00-21:00 Uhr

Preis:
**340,- Euro ***

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

Seminarnummer:
**SSH111230926**

Anmeldemöglichkeiten:

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

* Irrtümer und Änderungen vorbehalten - 10.04.2025

**ONLINE**

PARACELSUS
die Gesundheitsakademien