FORUM GESUNDHEIT UND MEDIZIN PERSÖNLICH

Der seelisch verletzbare Mensch

Was heute besonders verletzlich macht und was dagegen helfen kann

Tagesveranstaltung mit **Prof. Dr. med. Daniel Hell**
Freitag, 23. August 2024 | 09.30 – 12.45, 13.45 – 16.15 Uhr
Alterszentrum Hottingen, Freiestrasse 71, 8032 Zürich, Festsaal

Holzskulptur «Julia», Bruno Walpoth, 2012

Die Sorge, von anderen als schwach oder inkompetent wahrgenommen zu werden, die Angst vor einer negativen Bewertung, vor Kränkung und Enttäuschung, ist vielen Menschen zur zweiten Natur geworden und hindert sie daran, sich verletzlich zu zeigen. Obwohl alles Auftrumpfende, Siegerposen und Imponiergehabe als lächerlich und abstossend empfunden wird, erscheint Verletzlichkeit als Schwäche, als gefährlich; dies vor allem auch vor dem Hintergrund gesellschaftlicher Zwänge zur Effizienzsteigerung, Selbstoptimierung, mentaler Fitness und Stärke. Wer in der von Beschleunigung und Wettbewerb geprägten Welt nicht abgehängt werden will, hat, so scheint es, keine andere Wahl, als Leistung und Produktivität unaufhörlich zu steigern.

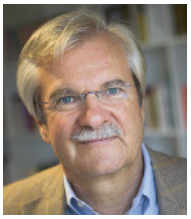
«Psychische Verletzbarkeit zeichnet den Menschen aus. Sie ist ein Zeichen seiner Bindungs- und Vertrauensfähigkeit. Sie gefährdet den Menschen aber auch, macht ihn kränkbar und verletzend. Wie Menschen mit ihrer Verletzbarkeit umgehen, entscheidet hauptsächlich über ihre mitmenschliche Zukunft.» – betont der Zürcher Arzt und Psychiater Daniel Hell. Nachdem er in seinem Buch «Lob der Scham» die «Schlüsselrolle» der Scham im menschlichen Leben entfaltet hat, mahnt er jetzt «eine vermehrte Berücksichtigung der psychischen Verletzbarkeit des Menschen» an und forscht zur Bedeutung psychischer Verletzlichkeit als Chance für die Entwicklung unseres Seins, unserer Lebendigkeit, der Fähigkeit zu Vertrauen, dem Gefühl von Zugehörigkeit und der Humanität unserer Gesellschaft.

Wir laden Sie herzlich zu der Tagesveranstaltung mit Dr. med. Daniel Hell ein!
Dr. phil. Matthias Mettner, Programmleiter Forum Gesundheit und Medizin

Themen & Inhalte

- Warum es Stärke erfordert, Verletzbarkeit zu zeigen
- Wie Verletzlichkeit die Entwicklung unseres Seins ermöglicht
- Seelische Verletzlichkeit – Schlüssel zur Lebendigkeit?
- Scham und seelische Verletzlichkeit
- Vom persönlichen und kulturellen Umgang mit Verletzlichkeit

Daniel Hell



Prof. Dr. med., ist Psychiater und Psychotherapeut; bis 2009 Ordinarius für Klinische Psychiatrie an der Universität Zürich und Ärztlicher bzw. Klinischer Direktor an der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich; seit seiner Emeritierung führt er an der Privatklinik Hohenegg eine eigene psychiatrisch-psychotherapeutische Praxis.

D. Hell ist Autor zahlreicher wissenschaftlicher Standardwerke und allgemeinverständlicher Sachbücher, jeweils in vielen Auflagen, u. a.: *Das Selbst in der Krise – Krise des Selbst (2022); Lob der Scham. Nur wer sich achtet, kann sich schämen (2021); Krankheit als seelische Herausforderung (2014); Depression als Störung des Gleichgewichts (2012); Wege aus der Depression. Burn-out, Lebenskrise, Stress – Hilfe für Betroffene und Angehörige (2011); Die Wiederkehr der Seele. Wir sind mehr als Gehirn und Geist (2012).*

Information und Anmeldung

Anmeldung
Bitte via www.gesundheitundmedizin.ch oder formlos per Mail an info@gesundheitundmedizin.ch

Teilnahmegebühr
für Einzelpersonen, Paare und Gruppen / Person: CHF 170.– (inkl. Znüni- und Zvieripause, ohne Mittagessen), Ermässigung auf Anfrage.

Forum Gesundheit und Medizin | Bürglistrasse 19 | 8002 Zürich | Schweiz | Tel.: 044 980 32 21
www.gesundheitundmedizin.ch | info@gesundheitundmedizin.ch