

Psychologie AG

Leitung: Dr. J. Flender, Dipl.-Psych.
Termin: Dienstag, 17:30-18:30 Uhr
Ort: 2.11

Unser Thema in diesem Jahr ist „Selbst-Achtung“. Selbst-Achtung ist für eine gesunde psychische Entwicklung unabdingbar. Wir erarbeiten typische Hindernisse und lernen aktuelle Konzepte zur Stärkung der Selbst-Achtung kennen. Wir nehmen am NONO-Projekt teil und thematisieren dazu die Selbst-Achtung unter extremen Bedingungen am Beispiel von Opfern der NS-Diktatur (www.nonoprojekt.de).

Themenvorschläge:

- Selbst-Achtung: Ein praktisch-philosophisches Gedankenexperiment
- Selbst-Achtung: Wozu? Und wie? Und wenn nicht?
- Selbst-Achtung praktisch: Körperlich-ganzheitliche Zugänge
- Selbst-Achtung theoretisch: Wer achtet da wen? „Selbst“, „Ich“ u. a. Unbekannte
- Entwicklung von Selbst-Achtung: Kindheit und andere Quellen
- Selbst-Achtung und Perfektionismus / Zwang
- Selbst-Achtung und Schüchternheit
- Selbst-Achtung und depressive Verstimmung / Depression
- Selbst-Achtung und Angst
- Selbst-Achtung und Geltungssucht / Narzissmus
- Selbst-Achtung und Essstörung
- Selbst-Achtung und traumatische Erfahrungen

Wir arbeiten mit kreativen Lernmethoden und benötigen dazu die aktive Beteiligung aller. Die Psychologie AG ist als Leistungs-AG, nicht als Selbsterfahrungsgruppe konzipiert. Persönliche Anliegen können wir daher in der AG allenfalls begrenzt ansprechen.