

## Schuld und Scham (OPK-Akkred.)

### Seminar-Tag für alle, die ihre Klienten und sich diesbzgl. besser verstehen wollen

In diesem Seminar wollen wir nicht nur Schuld und Scham und deren Begleiter - die Angst - auf der Bühne mit der Methode des Psychodramas darstellen und erleben. Wir wollen auch theoretisch daran arbeiten, wann Schuld und Scham einzeln auftreten bzw. gemeinsam als Scham-Schuld-Dilemmata.

In geringer Dosis werden Schuld und Scham vom Seminarleiter als positive Instanz zur Persönlichkeitsentwicklung, speziell des Selbstwertes, gesehen. Schwerpunkt unseres Seminars wird jedoch die „Überdosierung“ sein. Wir gehen den Fragen nach, inwieweit diese zu Selbsterniedrigung, Unterwürfigkeit, Trotzhaltung, Verachtung (Fremd und Selbst), Gehemmtheit und Ängstlichkeit führt. Welche Rolle spielen dabei die Ursprungsfamilien, Religion, ÜberICH und soziale Kontexte? Werden die Konflikte, die Scham und Schuld stiften, durch verinnerlichte oder äußerliche „Kräfte“ ausgelöst (Fremd- und Selbstmaßstab)? Müssen Verstöße gegen Normen, Gebote oder Verbote zwangsläufig Schuldgefühle auslösen?

Schamgefühle, die sich auf die eigene Körperlichkeit oder Verletzung der Intimität beziehen, wenn diese grundsätzlich negativ oder makelbehaftet erlebt werden, ist oft die favorisierte Variante der Scham. Das Gefühl, nicht wahrgenommen zu werden, nicht existent zu sein (Liebesentzug), Kompetenzscham (z.B. nicht bestandene Prüfung), die Schande, die man über sich gebracht hat, Erleben von Abhängigkeit (z.B. in Liebesbeziehungen), Scham basierend auf der Diskrepanz zwischen Ich-Ideal und Selbst, Scham weil man nicht dazugehört (z.B. gesellschaftlich) sind ebenfalls wichtige Quellen der Scham.

Das sind ein paar Anregungen für ein spannendes Thema! Es gibt viel zu verstehen, aber auch zu erleben. Packen wir es an!



#### Carl Woerner / Gelnhausen

Dipl.-Psychologe und Psychodrama-Therapeut seit über 35 Jahren, Weiterbildungsleiter für Psychodrama, eigene Praxis in Gelnhausen bei Frankfurt

**Zeit:** Dienstag, 04.09.2018 von 09.00 bis 17.00 Uhr

**Ort:** Dresden, Stadtteilhaus DD-Äußere Neustadt e.V. - 01099 Dresden, Prießnitzstr. 18  
(Anfahrt mit Bahn und Auto gut möglich;  
Link zur Ortung <http://www.stadtteilhaus.de/so-finden-sie-uns.html>)

**Preis:** 124,- € pP

**Anmeldung:** Zur Anmeldung nutzen Sie bitte das **Anmeldeformular**  
PDF-Dokument ausdrucken, ausfüllen und dann per Post oder Fax senden

[www.psychodramakoffer-dresden.de](http://www.psychodramakoffer-dresden.de)  
info@birgit-helfmann.de  
tel 0351 8047038  
fax 0351 8047061