

Tagesseminar am 27.07.2024

Von 10.00 bis 17.00 Uhr

Anmeldung bis: 20.06.2024

Veranstaltungsort: Köln Maternushaus

15 TN-Begrenzung

Referent: Daniel Pfeiffer

Diplom Sozialpädagoge

Suchttherapeut (VDR)

Thema: „Mitten drin und trotzdem einsam!“

Stille Sonn- und Feiertage, schlaflose Nächte und traurige Urlaubstage – Einsamkeit, innere Leere und das Gefühl nicht geliebt zu werden. Viele unter uns leiden darunter, schämen sich aber, darüber zu sprechen. Eine stille Wut macht sich breit, ein Groll gegen alle, die Partner und Familie haben und nicht einsam sind. Dabei sind nicht nur ältere oder kranke Menschen betroffen, auch Singles im besten Alter oder erfolgreiche Frauen und Männer sind einsam. Wann und warum leiden manche Menschen unter dem Gefühl der Einsamkeit und warum können es andere dagegen sogar genießen? Wie kann dem Gefühl des „Einsamseins“ entgegengewirkt werden?

Dabei ist einsam sein nicht dasselbe wie alleine sein. Denn Einsamkeitsgefühle können auch auftreten, wenn der Mensch in seinem Umfeld scheinbar gut vernetzt, beliebt, verheiratet, jung und in Gesellschaft ist.

Dabei könnte man doch meinen, dass in unserem Zeitalter Einsamkeit am Aussterben ist. Über die sozialen Netzwerke, WhatsApp oder SMS kann doch schnell Kontakt hergestellt werden, woran liegt es also, dass sich so viele unter uns einsam fühlen?

Wir wollen uns mit den Ursachen und Folgen von Einsamkeit auseinandersetzen und Methoden, Strategien sowie hilfreiche Tipps erarbeiten, die Einsamkeit erfolgreich entgegenzuwirken.