

Einladung zum Forum

„Psychische Krise - wie begegne ich Betroffenen“

Datum	Dienstag, 8. September 2020
Zeit	18.30 Uhr gemeinsames Nachtessen (fakultativ) 20.00 Uhr Beginn Forum
Ort	Hotel Aarehof, Bahnhofstrasse 5, 5103 Wildegg Telefon 062 887 84 84 – www.aarehof.ch
Referentin	Monika Fäh Rüegg Stv. Teamleiterin Case Management, Helsana
Anmeldung	per Doodle bis 31. August 2020 https://doodle.com/poll/chwgqqkccfu59zu8
Gästebeitrag	CHF 25.00 (für Nichtmitglieder)

Liebe FOKA-Kollegin, liebe FOKA-Interessentin

Schon als junge Erwachsene haben viele von uns einen Nothelferkurs absolviert, um in einer Notlage entsprechend reagieren zu können - bei psychischen Problemen stehen manche jedoch weitgehend ratlos da. Das muss nicht sein. Der Umgang mit Betroffenen kann eine wunderbare Bereicherung sein, wenn wir ein paar Regeln beachten. Bei der Regel Nummer eins gilt es, die Person direkt und empathisch anzusprechen. Regel Nummer zwei: Sich selber (lebenslänglich) die nötige Selbstfürsorge angedeihen zu lassen und die Regel Nummer drei ist eine Situationsanalyse, bzw. die Klärung von Aufgabe, Verantwortung und Kompetenz. Dazu braucht es Mut, Interesse, Ruhe und Gelassenheit, Wissen um Nähe und Distanz und ein wenig Fachwissen.

Monika Fäh Rüegg ist seit ihrer Jugend fasziniert von der Psyche, der Psychosomatik und dem Menschsein. Schon früh spielte das „Warum“ eine Rolle und veränderte sich zu einem „Wozu“. Nach der Ausbildung zur Pflegefachfrau und Stationsleitung im Bereich Psychiatrie erweiterte sie ihr Wissen mit der Logotherapie & Existenzanalyse nach Viktor Frankl, der Astrologie und dem Mentaltraining. In ihrer Tätigkeit als Case Managerin und selbständige Beraterin berät und begleitet sie sowohl Versicherte wie auch Privatpersonen.

Freue dich auf einen anregenden, lehrreichen und hilfreichen Vortragsabend.

Das vorgängige Nachtessen nutzen wir für den Gedanken- und Erfahrungsaustausch unter Berufskolleginnen. Gäste sind wie immer sehr herzlich willkommen.

Freundliche Grüsse

FOKA – Sektion AG/SO

Yvonne Mürset

Nächste Veranstaltung: Donnerstag, 15. Oktober 2020, 20 Uhr – Wechseljahre - heisse Zeiten, Hormone sind die Regisseure unseres Lebens