



Newsletter

n° 1 / 6.2011

Inhaltsverzeichnis

Editorial.....	1
Vorstellung meiner Internetseite....	2
Présentation de mon site internet..	2
Chemins ... fausse route ... un chemin ... mon chemin.....	3
Wege ... Irrwege ... ein Weg ... mein Weg.....	4
Psychohygiène pour aidants.....	5
Psychohygiene für Helfer.....	6

Aktivitätskalender

1.7.2011: **Chemins ... fausse route ... un chemin ... mon chemin**

8.7.2011: **Wege ... Irrwege ... ein Weg ... mein Weg**

21. + 28.9. + 5. 12. 19. 26. 10.2011: **Psychohygiene für Helfer / Psychohygiène pour aidants**

Infos zu weiteren Angeboten finden Sie im Terminkalender unter:
<http://www.meta-morphose.lu>

7.-9.10.2011: **Herbsttagung** der Deutschen Gesellschaft für Suizidprävention zum Thema: „**Wie sprechen wir über Suizidalität?**“
Gesprächsführung und die Rolle der Beziehung in der Suizidprävention. Zusätzliche Infos:
<http://www.suizidprophylaxe.de/>

Editorial

Sehr geehrte Damen und Herren!

Es bereitet mir eine große Freude Ihnen die erste Ausgabe meiner Newsletter zu präsentieren. Worüber informiert der **Newsletter von Dr. Phil. Françoise ZENNER?**

Die Schwerpunktthemen der ersten Ausgabe sind die Vorstellung meiner Homepage und die Erläuterung dreier von mir ausgeschriebener Kurse. Die künftigen Ausgaben dieser Newsletter werden jeweils in drei Teile gegliedert sein:

- 1) Erläuterung meiner Angebote im Bereich **Erwachsenenbildung**
- 2) Publikation von zwei Fachartikeln: einer wird sich auf das Thema **Suizidprävention** beziehen, der andere wird den Aufbau von persönlichen **Ressourcen** fokussieren.
- 3) Im **Aktivitätskalender** wird auf Termine von interessanten Konferenzen, Seminaren und Kongressen hingewiesen.

Die Beiträge werden entweder in deutscher oder in französischer Sprache geschrieben sein.

Der Newsletter richtet sich sowohl an Mitarbeiter aus dem medizinisch-psycho-sozio-educativen Bereich als auch an interessierte Personen.

Der Newsletter erscheint viermal pro Jahr und wird im Archiv meiner Homepage nachzulesen sein.

Ausblick: Der Fachartikel der nächsten Ausgabe beleuchtet das Thema Suizidstatistik in Luxemburg.

Eine interessante Lektüre wünscht Ihnen

Françoise Zenner



Vorstellung meiner Internetseite

Auf meiner Internetseite finden Sie eine Vorstellung meiner Person und allgemeine Informationen zu meinen Angeboten.

Suizidprävention

Es ist mir ein persönliches Anliegen, über Suizid aufzuklären und zu vermitteln, wie man auf gesellschaftlicher und individueller Ebene suizidpräventiv einwirken kann. Ich biete Konferenzen, Aus- und Weiterbildungen, Workshops und Reflexionsseminare im Bereich Suizidprävention an.

Erwachsenenbildung

Als Pädagogin und klinische und Gesundheitspsychologin führe ich Konferenzen, Aus- und Weiterbildungen oder Workshops

im Bereich Erwachsenenbildung durch. Die Bildungsmaßnahmen werden in luxemburgisch, deutsch oder französisch abgehalten. Dabei greife ich auf verschiedene didaktische Methoden zurück.

Psychotherapie

Als systemische Psychotherapeutin richtet sich mein Angebot an Menschen, die einen neutralen Begleiter zur Überwindung von Lebensschwierigkeiten suchen. Die Gespräche können in luxemburgisch, deutsch oder französisch geführt werden.

Zusätzliche Informationen finden Sie im deutschsprachigen Bereich der Homepage:

<http://www.meta-morphose.lu>

Présentation de mon site internet

Sur mon site internet je me présente et je vous fournis des informations générales sur mes offres.

Prévention du suicide

Il m'importe personnellement d'informer sur le suicide et de montrer comment on peut pratiquer la prévention du suicide aussi bien sur le niveau sociétal qu'individuel.

Je propose des conférences, des formations et des formations continues, des ateliers ainsi que des séminaires de réflexions sur le sujet de la prévention du suicide.

Formation des adultes

Comme pédagogue et psychologue clinique

et de santé je fais des conférences, des formations et des formations continues et des ateliers en luxembourgeois, en allemand ou en français. Différentes méthodes didactiques sont utilisées.

Psychothérapie

Mon offre de psychothérapie systémique s'adresse à des personnes qui cherchent un interlocuteur neutre pour la résolution de problèmes de vie. Les entretiens peuvent être faits en luxembourgeois, en allemand ou en français.

Vous pouvez lire des informations supplémentaires dans la partie française du site:

<http://www.meta-morphose.lu>



Chemins ... fausse route ... un chemin ... mon chemin

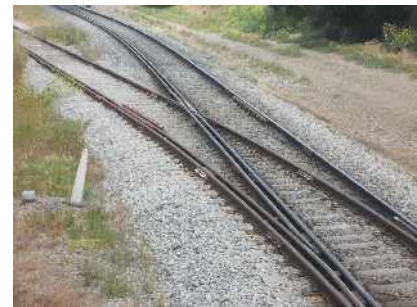
Date: Vendredi le 1.7.2011 de 9-17 heures

Forme: Séminaire d'expérience de soi

Description:

Ce séminaire, sous forme de promenade, se pratique entièrement à l'extérieur. Le but est, de considérer son propre parcours professionnel. En cours de route se font des séances de réflexions, des jeux et des exercices pratiques. En analogie avec la nature, le parcours professionnel est ressenti (p.ex. bifurcation, chemin caillouteux ...).

- Réflexion sur son propre cheminement professionnel
- Expériences positives et négatives dans sa profession
- Gestion du temps
- Focus sur les objectifs
- Perspectives pour l'avenir



Langue: Français

Notes: 100 % Outdoor; 8-20 participants; capacité de marcher 15-20 km

Frais: 75 Euro

Organisateur: Dr. Phil. Zenner Françoise

Inscription: info@meta-morphose.lu ou 00352-26581256 (répondeur)

Lieu: Niederkorn



Wege ... Irrwege ... ein Weg ... mein Weg

Datum: Freitag, den 8.7.2011 von 9-17 Uhr

Form: Selbsterfahrungsseminar

Beschreibung:

Dieses Seminar findet komplett auf einem Spaziergang in der Natur statt. Ziel ist, den persönlichen Berufsweg zu betrachten. Unterwegs werden Reflexionsinputs gegeben sowie Spiele und praktische Übungen gemacht. Mittels Naturbegebenheiten werden Analogien zum Berufsweg nachgespürt (z.B. Weggabelung, steiniger Weg ...).

- Reflexion über seinen persönlichen Berufsweg
- Positive und negative Erfahrungen im Beruf
- Zeitmanagement
- Zielfokussierung
- Zukunftsperspektiven



Sprache: Luxemburgisch

Hinweise: 100 % Outdoor; 8-20 Teilnehmer; Fähigkeit, 15-20 km zu Fuß zu gehen

Kosten: 75 Euro

Veranstalter: Dr. Phil. Zenner Françoise

Anmeldung: info@meta-morphose.lu oder 00352-26581256 (Anrufbeantworter)

Ort: Niederkorn



Psychohygiène pour aidants

Date: Mercredi 21 + 28 septembre, 5, 12, 19 + 26 octobre 2011

Durée: 18.30 - 21.30 heures

Forme: Séminaire d'expérience de soi

Description:

Le travail dans le secteur médico-psycho-social peut s'avérer épuisant. Afin de prévenir mal-être, maladies ou absentéisme, il est très important que les aidants prennent bien soin d'eux. Qu'est-ce qu'un aidant fait concrètement chaque jour pour se tonifier? Sur quelles ressources personnelles est-ce qu'il compte? Le but de ce séminaire à 6 séances est de souligner l'importance de la psychohygiène et que les participants du groupe cherchent ensemble, comment ils peuvent intégrer régulièrement des stratégies de psychohygiène dans leur vie courante.

- Définition de psychohygiène
- Théorie sur les ressources
- Aperçu sur des obstacles potentiels qui retardent la mise en œuvre de ressources
- Analyse du profil des ressources personnelles
- Explication et pratique de techniques de psychohygiène



Langue: Luxembourgeois

Public cible: Psychothérapeutes, psychologues, médecins, infirmiers, assistants sociaux, prêtres, soignants de personnes âgées

Taille du groupe: 8-16 participants

Frais: 300 Euro

Organisateur: Dr. Phil. Zenner Françoise

Inscription: info@meta-morphose.lu ou 00352-26581256 (répondeur)

Lieu: Chalet Hondsbësch 175, rue de la Liberté L-4602 Niederkorn



Psychohygiene für Helfer

Datum: Mittwoch, 21. + 28. September, 5., 12., 19. + 26. Oktober 2011

Dauer: 18.30 - 21.30 Uhr

Form: Selbsterfahrungsseminar

Beschreibung:

Personen, die im medizinisch-psycho-sozialen Bereich arbeiten, können durch ihre Berufserfahrungen stark belastet sein. Um Unwohlsein, Krankheiten oder Berufsausfälle zu vermeiden ist es besonders wichtig, dass Helfer gut auf sich aufpassen. Was tut ein Helfer konkret, um sich täglich selbst zu stärken? Auf welche persönlichen Ressourcen baut er? In diesem 6-teiligen Selbsterfahrungsseminar geht es darum, die Bedeutung der Psychohygiene hervorzuheben und Ideen in der Gruppe auszuarbeiten, wie die Teilnehmer regelmäßige Psychohygiene in ihrem Alltag integrieren können.

- Definition von Psychohygiene
- Theorie zu Ressourcen
- Überblick über mögliche Hindernisse, die den Einsatz von Ressourcen verzögern
- Analyse des persönlichen Ressourcen-Profiles
- Vermittlung und Übung von psychohygienischen Techniken

Sprache: Luxemburgisch

Zielpublikum: Psychotherapeuten, Psychologen, Ärzte, Krankenpfleger, Sozialarbeiter, Priester, Altenpfleger

Gruppengröße: 8-16 Teilnehmer

Kosten: 300 Euro

Veranstalter: Dr. Phil. Zenner Françoise

Anmeldung: info@meta-morphose.lu oder 00352-26581256 (Anrufbeantworter)

Ort: Chalet Hondsbësch 175, rue de la Liberté L-4602 Niederkorn

