

Rückblick auf das SGB-Herbstseminar vom 29. 11. 2011

Leben lernen!

Dozenten: Dr. phil. Eugen Polli SGP/SGVT
Dr. med. Peter Lattmann / Präsident SGP

Am 29.11.2011 trafen sich einige interessierte Mitglieder der SGB in Zürich für das diesjährige Herbstseminar an der Dufourstrasse 24 im Bioenergie Gesundheitszentrum von Dr. M. Shirahama. Wie schon letztes Mal wurden wir von Angela Shirahama liebevoll empfangen und durften ihre einzigartige Gastfreundschaft erneut geniessen. Wir fühlten uns wohl und einfach „wie daheim“.

Die Referenten Dr. E. Polli und Dr. P. Lattmann präsentierten uns das Thema REVT vertieft. Nach einer Einführung in die Theorie füllten alle Anwesenden den persönlichen Fragebogen aus, für den es im Verlaufe des weiteren Tages eine von Dr. E. Polli erstellte schriftliche Auswertung zurückgab, welche Hinweise darauf enthielt, in welchen Punkten der sogenannten „irrationalen Beliefs“ wir am anfälligsten sein könnten.

Besonders spannend waren die praktischen Trainingseinheiten mit Rollenspielen. Eine Person übernahm die Therapeutenrolle und wurde dabei von Dr. P. Lattmann kompetent gecoacht. Die zweite Person übernahm die Klientenrolle und vertiefte sich in eine aktuelle Problemstellung aus dem Bekanntenkreis oder in ein Thema in Anlehnung an eine eigene Situation. Mit dieser Trainingseinheit wurde das Thema REVT, welches schon bei anderer Gelegenheit von den beiden Referenten vermittelt worden war, bedeutend vertieft.

Das zweite Thema des Herbstseminars hiess „Weisheitstherapie“. Immer wieder gibt es in letzter Zeit die sogenannte „Verbitterungsstörung“ als Reaktion auf ein einschneidendes Lebensereignis, welches in der Verarbeitung bei etlichen Menschen eine Überforderung darstellt. Dem zu begegnen bedeutet für die Betroffenen, Weisheit zu entwickeln und zu erlernen. Dass dies möglich ist und dass dies therapeutisch begleitet und unterstützt werden kann, zeigte der zweite Teil der Veranstaltung, welcher sich ebenfalls als sehr lehrreich erwies.

Insgesamt war das diesjährige Herbstseminar der SGB ein gelungener Anlass, welcher einen Zuwachs an Wissen und Beratungskompetenz für die Teilnehmenden bedeutete. Je mehr unsere Fähigkeiten zur Lösung lösbarer und unlösbarer Probleme gestärkt werden, desto mehr Weisheit entwickeln wir. So haben uns die beiden Referenten einen sinnvollen und brauchbaren Input in unsere Lebenskompetenz mit auf den Weg gegeben.

Herzlichen Dank!