

# Anmeldeformular

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Workshop „Resilienz für ärztliche und psychologische Psychotherapeut:innen“ am 10.10.2025 an:

Titel/Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Mail: \_\_\_\_\_

Geburtsdatum\*: \_\_\_\_\_

\*ist für die Ausstellung der Teilnahmebescheinigung erforderlich.

- |  |          |
|--|----------|
| <input type="radio"/> DGPM-Mitglied            | 230,00 € |
| <input type="radio"/> WB-Assistent:in der DGPM | 190,00 € |
| <input type="radio"/> Psychotherapeut:in       | 230,00 € |
| <input type="radio"/> Nicht-Mitglied           | 270,00 € |

Bitte überweisen Sie die Teilnehmergebühr (bitte ankreuzen) spätestens bis zum 19.09.2025.

Kontoinhaber:

DGPM Fortbildungsakademie gGmbH

Bank für Sozialwirtschaft

IBAN: DE89 3702 0500 0001 2799 00



Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift\*: \_\_\_\_\_

\*Mit meiner Unterschrift erkenne ich die AGB der DGPM Fortbildungsakademie gGmbH an (siehe: [www.dgpm.de/die-akademie/agb](http://www.dgpm.de/die-akademie/agb)).

**DGPM Fortbildungsakademie gGmbH**

Fax 030 20653961 · [info@dgpm.de](mailto:info@dgpm.de)

[www.dgpm.de](http://www.dgpm.de)

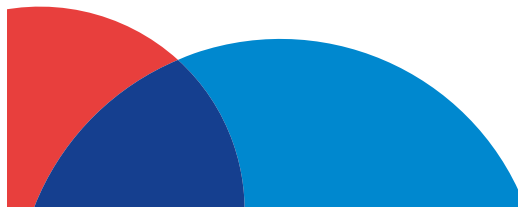


## WORKSHOP

# Resilienz für ärztliche und psychologische Psychotherapeut:innen

**Freitag, 10.10.2025 / BERLIN**

von 09.30 bis 16.45 Uhr



## Inhalt des Workshops

Mit dem Begriff „Resilienz“ ist die psychische Widerstandsfähigkeit von Menschen gemeint - also die Fähigkeit, fachliche und persönliche Herausforderungen zu meistern und sie gesund zu überstehen. Als Psychotherapeut:innen unterstützen wir unsere Klientinnen und Klienten, diese Widerstandsfähigkeit aufzubauen. Andererseits sind wir selbst tagtäglich mit dem Leid und den Schwierigkeiten unserer Gegenüber konfrontiert. Kommen dann noch weitere berufliche oder auch private Belastungen hinzu, können wir Gefahr laufen, emotional zu erschöpfen, abzustumpfen und den Zugang zu unseren eigenen Resonanzen zu verlieren. Dabei ist es gerade für uns Therapeut:innen wichtig, auf uns selbst zu achten und die eigene Resilienz bewusst zu fördern.

**Der Workshop gibt Anregungen, wie dies im Alltag gelingen kann, damit wir uns auch bei all den Herausforderungen, die unser Beruf mit sich bringt, die Freude daran bewahren können.**

Die konkreten Anregungen beziehen sich auf fünf Ebenen, auf denen die Teilnehmenden persönliche Resilienzquellen für sich finden können: Körper, Emotionen, Kognitionen, Soziale Beziehungen und Sinnkonzepte. Diese werden durch praktische Übungen vermittelt, bei denen die Selbsterfahrung und -reflektion im Vordergrund stehen. Denn nach Luise Reddemann besteht die Kunst, die eigene Resilienz zu fördern, darin „sich bewusst zu werden, was bereits da ist, dies bewusster zu nutzen, um dann Herz und Verstand zu öffnen für weitere Anregungen“. Bringen Sie offene Sinne, Neugier und Experimentierfreude sowie bequeme Kleidung mit.

## Referentin



**Dr. med. Patricia Appel**

Fachärztin für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, u.a. Ausbildung in Verhaltenstherapie, Gestalttherapie, Hypnotherapie und Enaktiver Traumatherapie. Lebensfreude, Humor, Weite & Kreativität sind für sie zentrale Elemente ihrer Lebensgestaltung und ihrer Arbeit. Daher gehören ihre künstlerische Tätigkeit als Sängerin, Schauspielerin & Moderatorin ebenso zu ihrem beruflichen Werdegang wie ihre Tätigkeit als Chefärztin, Coach, Dozentin und Trainerin

## Zielgruppe

Ärztliche und psychologische Psychotherapeut:innen

## Veranstalter

DGPM Fortbildungsakademie gGmbH  
Robert-Koch-Platz 4, 10115 Berlin  
info@dgpm.de, www.dgpm.de

## Anmelden

können Sie sich am besten online:  
Bitte den QR-Code scannen.  
Oder Sie senden uns das Anmeldeformular per Mail oder Fax zu.



## Termin und Ort

Freitag, 10.10.2025 von 09.30 bis 16.45 Uhr  
DGPM-Geschäftsstelle  
Robert-Koch-Platz 4, 10115 Berlin

