

Lebensbejahung und seelische Gesundheit

Optimistische und pessimistische Menschenbilder und ihre Folgen

Seminar Di., 16.07.2019, 10.30-16.30 Uhr

- ▶ Weltanschaulicher Pessimismus und die gesellschaftlichen Konsequenzen
- ▶ Pessimistische Menschenbilder und ihre Folgen für die seelische Gesundheit
- ▶ Lebensbejahung und Wahrheitsbejahung als Grundlagen der seelischen Gesundheit

Was ist eigentlich seelische Gesundheit? Hängt die Antwort auf diese Frage von beliebigen Definitionen ab, die von den Weltanschauungen und Religionen der wechselnden Zeiten und Kulturen gegeben werden? Oder gibt es Kriterien, die bleibend im Wesen des Menschen begründet sind? Darauf hat die Forschungsarbeit der Positiven Psychologie um Martin Seligman interkulturelle Indizien geliefert. Diese stimmen in hohem Maß mit ganz alten Anschauungen zur seelischen Gesundheit überein, die bis ins 19. Jahrhundert hinein eine hohe Überzeugungskraft entfalteten. Warum redet man heute kaum noch davon? Das liegt zu einem großen Teil daran, dass Wahrheitsrelativismus und pessimistische Menschenbilder das optimistische Verständnis vom seelisch gesunden Menschen verdrängten. Aber es scheint sich eine Neubesinnung auf die alte Einsicht anzubahnen, dass seelische Gesundheit nicht anders zu haben ist als durch ein entschiedenes, mutiges und hoffnungsvolles Ja zum Leben.



Öffentliches Seminar für jedermann sowie des diesjährigen Sommerworkshops.

Austragungsort: Institut für Seelsorgeausbildung, Ettlingen
Seminargebühr für Einzelteilnahme (8 Unterrichtseinheiten): 90 €
Maximale Teilnehmerzahl: 8 Personen
Anmeldung: info@isa-institut.de

Referent: Dr. phil. Hans-Arved Willberg

Das Buch zum Thema



Hans-Arved Willberg
Wie das Leben gelingt
Alte Tugenden neu entdecken

Neukirchener Aussaat: Neukirchen-Vluyn, 2012, 77 S.

Der Begriff "Tugend" ist leider aus der Mode gekommen. Dabei verbergen sich hinter den vier klassischen Kardinaltugenden (Weisheit, Gerechtigkeit, Tapferkeit und Mäßigung) große Schätze der Lebensbewältigung, die auch heute noch wichtig sind. Für sie hat Hans-Arved Willberg modernere Begriffe gefunden - Vernunft, Verantwortung, Mut und Disziplin -, die er mit Hilfe eines Vierspanners verbildlicht. Jedes Pferd steht dabei für eine der vier Tugenden. Nur wenn alle Pferde gleichermaßen mitziehen, kann sich der Wagen erfolgreich vorwärts bewegen. Auf lockere und unterhaltsame Weise gibt der Autor Tipps, wie die vier Tugenden im eigenen Leben praktische Anwendung finden können und so ein Leben in Balance gelingen kann. Jedes Kapitel schließt mit einem Test, der dem Leser Aufschluss darüber gibt, wie weit die jeweilige Tugend bei ihm entwickelt ist.