

Intensiv-Workshop:

Wenn das Unrecht bleibt... Verbitterung nach einer Mobbing Erfahrung überwinden“

Zeit: Dienstag, 21. April 2026, 18.30 - 21:30 Uhr

Ort: München, Schwanthalerstr. 91, kda-Kirchlicher Dienst in der Arbeitswelt
(U-Bahnstation Theresienwiese, Ausgang Schwanthalerstraße)

Referentin: Christine Christ, Diplom-Psychologin und systemische Beraterin

Veranstalter: Mobbing Beratung München, Patinnen und Paten -Wegweiser aus der Krise und
kda-Kirchlicher Dienst in der Arbeitswelt der Evang.-Luth. Kirche.

Teilnahmegebühr: 45,00 Euro (Intensiv-Workshop mit begrenzter Teilnehmerzahl!)

Anmeldung zwingend erforderlich über Anmelde-Button auf unserer Website.

Ein interaktiver Workshop für alle, die Methoden kennenlernen und ausprobieren möchten, mit denen man sich aus einer Verbitterung herausarbeiten kann.

Kennen Sie das? Eine vergangene Mobbing-Erfahrung lässt Sie einfach nicht los; Wut, Groll und Enttäuschung über das erlebte Unrecht und darüber, dass die Täter „ungeschoren davongekommen“ sind, holen Sie immer wieder ein.

Eine Mobbing-Erfahrung hinterlässt manchmal Spuren, die Betroffene noch Monate bis sogar Jahre nach dem Erlebten verfolgen und „bitter“ machen können. Wenn Sie betroffen sind und nach Wegen suchen, sich von diesem seelischen Ballast zu befreien, finden Sie im vorliegenden Workshop nützliche weiterführende Hinweise dazu. Sie werden Einblicke in Methoden erhalten, die dabei unterstützen, aus der Opferrolle herauszutreten, Vergangenes zu „verdauen“ und Unbeschwertheit zurück zu gewinnen. Diese werden durch praktische Übungen vermittelt und durch wissenschaftlich fundierte Informationen zum Thema Verbitterung ergänzt.

Mix aus Input und Praxisübungen, begrenzte Teilnehmerzahl!

Bitte beachten Sie, dass der Workshop keine Therapie ersetzt.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen

Mobbing Beratung München / Konsens e.V.

Mit freundlicher Unterstützung



Landeshauptstadt
München
Gesundheitsreferat