

• A • S • P •

Digitale Balance @work

Besser arbeiten und therapieren
in digitalen Zeiten



Ein Workshop von und mit Anna Miller

Donnerstag 18. November 2021
17:00 bis 21:00 Uhr

Stiftung zum Glockenhaus, Saal Genf
Sihlstrasse 33, 8001 Zürich

Zur Workshop-Leitung

Anna Miller, 1987 geboren, ist Journalistin, Autorin, Positive Psychologin und Gründerin des Digital Balance Lab. Sie ist Expertin für den Bereich psychische Gesundheit in einer digitalen Welt. Mehr dazu unter www.anna-miller.ch oder www.digitalbalancelab.com.



• A • S • P •

Assoziation Schweizer Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten
Association Suisse des Psychothérapeutes
Associazione Svizzera delle Psicoterapeute e degli Psicoterapeuti
Associazioni Svizra dals Psicoterapeuts

Riedtlistrasse 8, 8006 Zürich, www.psychotherapie.ch

Digitale Balance @work

Besser arbeiten und therapieren in digitalen Zeiten

Die Digitalisierung unserer Lebens- und Arbeitswelt hat sich durch die Pandemie nochmals verstärkt. Das birgt Chancen, stellt uns als Menschen und Therapeut:innen aber auch vor Herausforderungen.

Welche Auswirkungen hat die zunehmende Erreichbarkeit auf Körper und Psyche?

Wie können wir das Digitale nutzen, statt uns davon beherrschen zu lassen?

Wie können wir uns bewusst abgrenzen und in eine digitale Selbstbestimmung finden?

In diesem Workshop soll es um die Fragen gehen,

- ◆ wie wir Mensch bleiben können in einer immer digitaleren Welt
- ◆ wie wir im Einklang mit unseren Werten und Bedürfnissen leben und arbeiten
- ◆ wie wir zu digital bewussten und flexiblen Therapeutinnen und Therapeuten werden
- ◆ wie wir die Digitalisierung so nutzen, dass sie für uns selbst und auch unsere Klientinnen und Klienten von Nutzen ist.

Der Workshop besteht aus einem theoretischen und einem interaktiven Teil. Er bietet Raum für persönliche Anliegen der Teilnehmenden.

TEILNAHMEGEBÜHREN

	Allgemein / ASP-Mitglieder	
Early birds bis 17. Oktober 2021	CHF 100.00	80.00
Danach bis 11. November 2021	CHF 120.00	90.00
Studierende	CHF 60.00	60.00

TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Die Teilnahmegebühr ist vor der Veranstaltung zu entrichten. Nach Eingang der Zahlung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung.

Zahlung an: Postkonto 80-42672-9, IBAN CH03 0900 0000 8004 2672 9
Bei Nichterscheinen werden die Kosten nicht rückerstattet.

ANMELDUNGEN UND KONTAKT

ursula.eggist@psychotherapie.ch

Assoziation Schweizer Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten ASP
Riedtlistrasse 8
8006 Zürich
Telefon 043 268 93 00
E-Mail: asp@psychotherapie.ch
www.psychotherapie.ch

CREDITS

Teilnehmende erhalten eine Teilnahmebestätigung sowie 4 Fortbildungs-Credits der ASP.