



Vita

Univ.-Prof. Dr. med. Claas Lahmann

Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Spezielle Schmerztherapie, Psychoanalyse; Medizinstudium in Erlangen; Facharztausbildung am Universitätsklinikum Regensburg sowie der TU München; seit 2016 Lehrstuhlinhaber und Ärztlicher Direktor der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie am Universitätsklinikum Freiburg; Arbeits- und Forschungsschwerpunkte sind unter anderem somatoforme und somatopsychische Störungen, Körperpsychotherapie und Embodiment sowie Arbeitspsychosomatik.

Abstract

Vortrag am 23.06.2023 20:00 – 21:30 Uhr

„Resilienz – Stabilität in einer polaren Welt“

Resilienz ist ein Konzept, das bereits seit Mitte des letzten Jahrhunderts in der psychologischen Forschung untersucht wird, allerdings heute von größerer Bedeutung als je ist. Es beschreibt die Fähigkeit, auch unter widrigen Umweltbedingungen gesund zu bleiben und sich in adäquater Zeit von Stressbelastungen zu erholen. Resilienz umfasst dabei nicht nur die psychische, sondern auch die körperliche und soziale Gesundheit. Es handelt sich dabei nicht um eine statische Eigenschaft, die erworben und dann lebenslang beibehalten werden kann; vielmehr ist Resilienz ein dynamischer und prozesshafter Vorgang. Im Vortrag wird das theoretische Konzept der Resilienz vorgestellt und konkrete Möglichkeiten zur praktischen Umsetzung beleuchtet, die auch in psychotherapeutische Behandlungen einfließen können. Partiiell werden dabei auch die psychologischen Konzepte von C.G. Jung einbezogen, um ein umfassendes Verständnis von Resilienz und dem damit verbundenen Potential für psychotherapeutische Prozesse zu erzeugen.“