

**April/Mai 2022**

# Veranstaltungen mit Gesprächsmöglichkeit



Vortrag (Präsenz und online gleichzeitig):  
Was wirklich zählt, ist das gelebte Leben –  
Die Kraft des Lebensrückblicks  
Referentin Verena Kast



Vortrag (Präsenz und online gleichzeitig):  
Der „Papageno-Effekt“ –  
Suizid braucht einen gesellschaftlichen Diskurs  
Referent Golli Marboe



Film Mitgefühl – Pflege neu denken  
Dokumentarfilm DK 2021  
Regie Louise Detlefsen

**Mi, 27. April 2022** 19.30 – 21.00 Uhr

Kulturzentrum am Münster, Wolkenstein-Saal, Wessenbergstr. 43, Konstanz oder  
Zoom: Link auf [www.hospiz-konstanz.de/](http://www.hospiz-konstanz.de/)  
Veranstaltungen

Eintritt frei, über Spenden zur  
Kostendeckung freuen wir uns sehr  
Kooperation mit der vhs Landkreis  
Konstanz e. V.

**Di, 10. Mai 2022** 19.30 – 21.00 Uhr

Kulturzentrum am Münster, Wolkenstein-Saal, Wessenbergstr. 43, Konstanz oder  
Zoom: Link auf [www.hospiz-konstanz.de/](http://www.hospiz-konstanz.de/)  
Veranstaltungen

Eintritt frei, über Spenden zur  
Kostendeckung freuen wir uns sehr  
Kooperation mit der vhs Landkreis  
Konstanz e. V.

**So, 22. Mai 2022** 11.15 Uhr

Kommunales Kunst- und Kulturzentrum  
K9, Hieronymusgasse 3, Konstanz  
Eintritt frei, über Spenden zur  
Kostendeckung freuen wir uns sehr

## Vortrag: Was wirklich zählt, ist das gelebte Leben – Die Kraft des Lebensrückblicks

Nicht nur ältere Menschen fragen sich nach Sinn oder Bedeutung ihres Lebens. Oft können wir im Rückblick auf unser Leben auch in Umwegen oder Abwegen und in Entscheidungen, die Probleme brachten und schmerzvoll waren, etwas Gutes entdecken. Wir erkennen, dass wir das Beste daraus gemacht haben. Verena Kast ermutigt hierzu und gibt Anregungen, wie wir Kraft aus Erlebtem und Bewältigtem schöpfen und nach vorn schauen können. In der psychologischen Forschung zeigt sich, dass Menschen, die sich auf einen Lebensrückblick einlassen, aufgeschlossener und dem Leben gegenüber positiver eingestellt sind. Verena Kast macht anhand zahlreicher Beispiele deutlich, dass wir profitieren, wenn es uns gelingt, das gelebte Leben als das wirklich eigene Leben anzunehmen.

Referentin: Verena Kast, Psychotherapeutin, Dozentin, Lehranalytikerin am C. G. Jung-Institut Zürich, Professorin und Ehrenpräsidentin der Internationalen Gesellschaft für Tiefenpsychologie.

Buchtip: Verena Kast: Was wirklich zählt, ist das gelebte Leben – Die Kraft des Lebensrückblicks, Herder Verlag, ISBN 9783451065019, 12,00 €

## Vortrag: Der „Papageno-Effekt“ – Suizid braucht einen gesellschaftlichen Diskurs

Der „Papageno-Effekt“ beschreibt einen positiven Nachahmungseffekt – nämlich dass eine achtsame und empathische Berichterstattung in Medien und persönliche, einfühlsame Gespräche davor bewahren können, das eigene Leben, aber auch das der Hinterbliebenen, auf immer durch Suizid zu zerstören. Golli Marboe ist das Schlimmste passiert: Sein Sohn hat sich das Leben genommen – ein Tabuthema für die Öffentlichkeit. In Deutschland sterben ca. drei Mal so viele Menschen durch Suizid wie im Straßenverkehr. Golli Marboe ist überzeugt, dass die beste Präventionsmaßnahme wäre, mehr darüber zu sprechen. In „Notizen an Tobias“ schreibt Marboe über das erste Jahr der Trauer und den Versuch, das Unfassbare zu begreifen. Es ist ein sehr offenes und berührendes Buch.

Referent: Golli Marboe, Vater von vier Kindern, freier Journalist, unterrichtet an verschiedenen Bildungseinrichtungen, Gründer und Obmann des „Vereins zur Förderung eines selbstbestimmten Umgangs mit Medien“ (vsum.tv).

Buchtip: Notizen an Tobias – Gedanken eines Vaters zum Suizid seines Sohnes, Residenz-Verlag, ISBN 9783701735143, 24,00 €

## Film: Mitgefühl – Pflege neu denken

**Dokumentarfilm DK 2021, Regie Louise Detlefsen, 94 Minuten**

Louise Detlefsen porträtiert einfühlsam den Alltag eines einzigartigen Pflegeheims. In Würde zu altern lautet dort das höchste Credo und die Therapie für demenzkranke Senior\*innen sind Hingabe, Zuwendung, Humor und Aufrichtigkeit. Im dänischen Pflegeheim „Dagmarsminde“ stehen Berührungen, Gespräche, Gemeinschaft und Naturerleben im Mittelpunkt und nicht der Profit. Der Film ist eine dokumentarische Nahaufnahme mit einem feinen Gespür für herzergreifende wie lebensbejahende Momente. Er driftet an keiner Stelle ins Melodramatisch-Rührselige ab, sondern feiert das Leben behutsam und respektvoll und schenkt den Protagonist\*innen gebührend Raum und Zeit.

Trailer: <https://www.youtube.com/watch?v=PyAJfGWMd0s>