



# Liberaler Salon Wiesbaden

---

## Stressbewältigung: Sind Frauen mehr in Balance?

„Das Leben ist zu kurz, um ein langes Gesicht zu machen!“

Gast: Dr. med. Nawid Peseschkian

Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie

Psychiatrie und Psychotherapie

Dienstag, 29. Mai 2018

20:00 Uhr bis 22:00 Uhr, Einlass und Imbiss ab 19:00 Uhr

NEUE LOCATION: Pariser Hoftheater, Spiegelgasse 9, 65183 Wiesbaden

Eintritt: 5 €

Um Rückantwort wird gebeten bis zum 27. Mai 2018

---

*„Für ein glückliches, gesundes und zufriedenes Leben, ist es erforderlich, dass sich Körper, Leistung, Kontakt und Zukunft in Balance befinden.“*

*Dr. med. Nawid Peseschkian*

Balance im Leben, was ist das und wie kommt man in Balance? Wie entsteht Stress und wie kann man bereits im Vorfeld dran arbeiten, damit erst gar nicht zu viel Stress aufkommt? Was machen Frauen anders? Sind Frauen mehr oder weniger in Balance als Männer? Wie sieht es bei Jugendlichen aus, vor allem bei jungen Mädchen?

Auch gesellschaftliche und kulturelle Rollenerwartungen und Sinnfragen haben zusätzliche Auswirkungen auf die Balance von Mädchen und Frauen. Was ist zu tun, wenn die Balance bereits gestört ist?

Diese und weitere Fragen werden wir mit Dr. med. Nawid Peseschkian auf Basis seines Balance-Modells, das die vier Lebensbereiche Körper, Leistung, Kontakt und Zukunft umfasst, diskutieren. Lernen Sie die fünf Stufen der positiven Stressbewältigung kennen, sowie das Himalaya-Phänomen und das Titanic- Syndrom!

Dr. med. Nawid Peseschkian, Jahrgang 1964, hat an der Johannes-Gutenberg-Universität in Mainz Medizin studiert und promoviert. Er ist Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie & Psychotherapie, Facharzt für Psychiatrie & Psychotherapie. Seit 1998 ist er in eigener Facharztpraxis mit sozialpsychiatrischem Schwerpunkt in Wiesbaden niedergelassen. Er führt Seminare, Vorträge, Kurse und Trainerausbildungen im In- und Ausland durch.

