

# Verzeihen: Mit sich und dem Leben im Einklang sein

Referat mit Prof. Dr. Mathias Allemand

## Herzlich willkommen!

### 19. März 2025 – 14.15 Uhr



*Jeder Mensch* wird hin und wieder mit zwischenmenschlichen Problemen und Kränkungen konfrontiert. Wenn tiefe Kränkungen jedoch nicht überwunden werden, können sie langfristig zu gesundheitlichen Problemen führen und das Wohlbefinden nachhaltig beeinträchtigen.

*Verzeihen* stellt eine Möglichkeit dar, wie Menschen unverarbeitete Verletzungen und deren negativen Folgen bewältigen können. In dem Vortrag wird Verzeihen einerseits als Bewältigungsprozess und andererseits als Bewältigungsmerkmal mit Blick auf das Alter diskutiert. Dabei werden Chancen, Herausforderungen und Risiken des Verzeihens erörtert.

*Prof. Dr. Mathias Allemand* ist Titularprofessor an der Universität Zürich und arbeitet an der Pädagogischen Hochschule Schaffhausen und der Universität Bern. Der Psychologe erforscht, wie sich die Persönlichkeit im Alltag ausdrückt und im Laufe des Lebens entwickelt und wie sich die Persönlichkeit verändern lässt.

