

Schluss mit dem ewigen Aufschieben

Wer nimmt sich nicht immer wieder vor, den alltäglichen Schlendrian zu bekämpfen, seine Festplatte zu entrümpeln und generell Dinge nicht mehr auf die lange Bank zu schieben. Und wer hat nicht schon wiederholt die Erfahrung gemacht, dass diese Vorsätze fromme Wünsche blieben! Lifestyle-Aufschieber nehmen das als spannungsgeladene Bereicherung ihres Lebens hin, Vermeidungs-Aufschieber geraten jedoch leicht ins Leiden.

Hans-Werner Rückert, Diplom-Psychologe, Psychoanalytiker und Autor des gleichnamigen Sachbuchs ist an der FU Berlin tätig und seit 20 Jahren **erfahren** in der Behandlung von **Aufschiebern**. Er spricht über literarische Vorbilder und **psychologische Hintergründe**. Und er gibt eine **Fülle von praktischen Hinweisen**, Übungen und Tips, wie diese **Störung** überwunden werden kann - oder wie man es erreichen kann, sich selbst mitsamt seinem Aufschieben zu akzeptieren.

PUBLIC DOMAIN 155

Sonntag
1.11.2009
15 Uhr

Eintritt 5 Euro
Freier Eintritt für alle
unter 18 Jahre

Bunker Ulmenwall
Kreuzstraße 0, Bielefeld

PUBLIC DOMAIN ("Öffentlicher Bereich") heißt unsere Veranstaltung zu Zukunft und Technik, Wissenschaft und Politik, Kunst und Kultur. Die Public-Domain-Reihe gibt es bereits seit 1987. Veranstalter ist der FoeBuD e.V. in Kooperation mit dem Bunker Ulmenwall, dem Kunstprojekt Art d'Ameublement, DGB Bildungswerk und Freunden.
Öffentl. Treffen: Dienstags ab 20 Uhr, "Fabrikart", Viktoriastraße / Ecke Münzstraße, Bielefeld.
Spenden: Unabhängige Arbeit braucht unabhängiges Geld. Konto 2129799 bei der Sparkasse Bielefeld (BLZ 480 501 61).
Web: www.foebud.org, www.bigbrotherawards.de
Mail: mail@foebud.org

Kontakt: FoeBuD e.V. • Marktstraße 18 • 33602 Bielefeld • 0521-175254



FoeBuD -- für Datenschutz und Bürgerrechte
Jetzt! Fördermitglied werden

siehe: <https://www.foebud.org/mitglied>

Konto 2129799, Sparkasse Bielefeld, BLZ 480 501 61