

Forum Gesellschaft

# PSYCHOLOGISCHE GRUNDBEDÜRFNISSE EIN SCHLÜSSEL FÜR UNSER WOHLBEFINDEN

Dienstag

9. Juni 2026

19:00 Uhr - 20:30 Uhr



Gemeinde  
**HORW**

## Forum Gesellschaft

# PSYCHOLOGISCHE GRUNDBEDÜRFNISSE EIN SCHLÜSSEL FÜR UNSER WOHLBEFINDEN

**Dienstag**

**9. Juni 2026**

19:00 Uhr - 20:30 Uhr

Nach Prof. Klaus Grawe bilden vier psychologische Grundbedürfnisse das Fundament unseres seelischen Wohlbefindens:

- Bindung
- Selbstwert
- Orientierung und Kontrolle
- sich gut fühlen

Sind diese Bedürfnisse erfüllt, so fördert dies unsere Stabilität, Sicherheit und unsere psychische Gesundheit. Werden sie hingegen dauerhaft verletzt oder vernachlässigt, kann dies zu inneren Spannungen und psychischen Belastungen führen.

Janine Bucher, Fachpsychologin für Psychotherapie FSP und Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, führt in diesen wissenschaftlich fundierten Ansatz ein und zeigt praxisnah auf, welche Bedeutung die Grundbedürfnisse für unseren Alltag, unsere Beziehungen und unsere persönliche Entwicklung haben. Im Anschluss an den Fachinput besteht Raum für Fragen, Austausch und Diskussion im Plenum.

Referentin: Janine Bucher  
Fachpsychologin für Psychotherapie FSP, Eidg. anerkannte Psychotherapeutin

Kosten: Fr. 10.00 pro Person

Durchführungsort: Saal Egli, Gemeindehausplatz 26, 6048 Horw

Fragen/Anregungen: [tanja.lichtsteiner@horw.ch](mailto:tanja.lichtsteiner@horw.ch) | 041 349 12 90

Anmeldung: via [horw.ch/forumgesellschaft](https://horw.ch/forumgesellschaft)  
oder QR-Code scannen

Anmeldeschluss: 22. Mai 2026

