

Seminarreihe 2023 für Moderator_innen von Selbsthilfgruppen für Angehörige von Suchtkranken / psychisch kranker Menschen

Angehörige suchtkranker / psychisch kranker Menschen sind aufgrund der Erkrankung nahestehender Personen in der Familie stark belastet. Auch übernehmen sie für die langfristige Krankheitsbewältigung wichtige Aufgaben. Oft sind der Leidensdruck und das Gefühl der Hilflosigkeit sehr groß, so dass Unterstützung zur Bewältigung der psychischen Belastung notwendig wird.

Selbsthilfgruppen für Angehörige leisten dabei wichtige unterstützende Arbeit. Die geplanten Seminare sollen diese Arbeit unterstützen und den gegenseitigen Austausch fördern.

Das Seminarprogramm richtet sich an Angehörige, die sich in Selbsthilfgruppen für die Belange angehöriger Menschen engagieren und Moderationsaufgaben übernehmen bzw. zukünftig übernehmen möchten. Die Seminare sind ein gemeinsames Angebot der Landesverbände der Suchthilfe (SLS e.V.) und des Landesverbandes für Angehörige psychisch kranker Menschen in Sachsen und richten sich an Angehörige suchtkranker als auch psychisch kranker Menschen.

Angeboten werden insgesamt 4 Tagesseminare zu folgenden Themen:

S1 Psychoedukation- Hintergründe für psychische Erkrankungen und geeignete Hilfsansätze

Die Patientengruppe mit Doppeldiagnosen wird häufig suboptimal betreut. Es gibt zu wenig spezialisierte Einrichtungen und damit auch eine unzureichende ambulante und tagesklinische Anbindung für diese Patientengruppe. Bei einem Zusammentreffen von Sucht und Schizophrenie weiß man auch heute noch nicht mit Sicherheit, was „Henne“ und was „Ei“ ist. Gibt es aber keine auf Doppeldiagnosen spezialisierte Stationen „landen“ diese Patienten bei einer Krise häufig auf der Suchtabteilung. Dort werden sie nicht selten mit einem sehr strikten „Behandlungsregime“ konfrontiert, den sie aufgrund ihrer Psychose nicht durchhalten können.

Auch Angehörige und Freunde ebenso wie professionelle Helfer fühlen sich, bei bester Absicht zu helfen und zu unterstützen, oft von der Komplexität der Krankheitsbilder überfordert.

Hier setzt innerhalb der Fortbildung das Modul „PE bei Doppeldiagnosen“ an. Sie lernen an diesem Tag Grundsätze eines integrativen bewältigungsorientierten Ansatzes kennen. Es werden in praktischer interaktiver Form Grundsätze einer Psychoedukation bei Psychosen gekoppelt mit einem Überblick zu ergänzenden suchtspezifischen Interventionen vorgestellt.

ZIELGRUPPE

Angehörige, die eine Selbsthilfgruppe für Angehörige leiten oder aufbauen möchten.

REFERENT_INNEN

S1 Dr. Sonja Schubert,
OA G.-M. Schubert
S2 und S3 Helga
Schneider-Schelte,
System. Therapeutin
S4 Annette Gerber,
Kommunikationstrainerin

ORT

Leipzig (S1, S4)
Dresden (S2, S3),

DATUM / UMFANG

Tagesseminare
jeweils 10-16 Uhr:
S1 Samstag, 17.06.2023
S2 Samstag, 08.07.2023
S3 Samstag, 09.09.2023
S4 Samstag, 28.10.2023

KOSTEN

pro Tag 10 € für
Verpflegung

ANMELDUNG

bis 31.05.2023 per
Formular
an info@slsev.de oder
per Post

ANMELDEBESTÄTIGUNG

Die Teilnehmer/innen
erhalten eine Anmelde-
bestätigung mit
Rechnung für die
Teilnahmegebühr.

S2 Angehörig-sein

Angehörige/r zu sein von einem Menschen mit einer psychischen Erkrankung oder einer Suchterkrankung kann bedeuten, dass sich der Alltag immer mehr um die Krankheit dreht. Es beschäftigt sie die Frage: ‚Wie kann ich helfen?‘ Schuldgefühle tauchen auf: ‚Habe ich mich nicht genügend um den anderen gekümmert?‘ Und sie fangen an, die Erkrankten zu kontrollieren. Sie alle kennen das Gefühl von Hilflosigkeit und Ohnmacht.

Im 2. Teil dieser 4-teiligen Seminarreihe liegt der Schwerpunkt darauf, genauer hinzuschauen, besser zu verstehen, sich auszutauschen, was Angehörig-sein bedeutet. Weiter wird es darum gehen, wie Angehörige wieder mehr ins Handeln kommen können und wie wichtig es ist, sich selbst nicht zu vergessen.

S3 Moderation von Angehörigengruppen

In diesem 3. Teil geht es um die Gruppenarbeit. Wie kann die Gruppe zum Beispiel mit Angehörigen umgehen, die nur die Erkrankten im Blick haben und ihr Leid klagen? Auch wenn die anderen Gruppenmitglieder sich um sie bemühen – beim nächsten Mal ist es so, als ob es die vorangegangene Stunde nicht gegeben hätte: Die Situation ist unverändert. Ziel dieses Seminars ist es, Techniken zu erproben, sowohl einen respektvollen Umgang miteinander zu finden als auch zu lernen, mutig „Stopp“ zu sagen.

S4 Achtsamkeit in der Sprache und Selbstfürsorge

Angehörige benötigen in der Kommunikation mit ihren Erkrankten viel Fingerspitzengefühl, innere Ruhe und Geduld, um eine Eskalation in der Krankheitssituation zu vermeiden bzw. die richtige Wortwahl, um in gesunden Phasen eine Stabilität zu erreichen. Im Seminar liegt der Schwerpunkt auf dem Kennenlernen einer Achtsamen Sprache in schwierigen Situationen. Diese wird bevorzugt anhand mitgebrachter Alltagssituationen der Teilnehmenden vermittelt.

Als weiterer Seminarschwerpunkt steht die Selbstfürsorge mit dem Austausch von Methoden der Resilienz sowie Wiederentdecken eigener Ressourcen im Vordergrund. Es werden Schritte für den Alltag aufgezeigt, um psychisch stabil im Hier und Jetzt zu bleiben.

DIE VERANSTALTER:



Der Landesverband der Angehörigen psychisch kranker Menschen in Sachsen e. V. ist die gemeinnützige, parteipolitisch und konfessionell neutrale Dachorganisation der Angehörigen-Selbsthilfeorganisationen in Sachsen. Unterstützt werden Anliegen und Belange Angehöriger psychisch kranker Menschen.
www.lvapk-sachsen.de
info@lvapk-sachsen.de

Sächsische Landesstelle
gegen die Suchtgefahren e. V.



Gemeinnütziger Dachverein der Suchthilfe- /Selbsthilfeverbände und Organisationen in Sachsen. Anliegen ist die Förderung und Weiterentwicklung der verschiedenen Angebote im Bereich Suchtprävention und Suchthilfe, insbesondere auch der Sucht-Selbsthilfe. Diese richtet sich sowohl an Personen mit Suchtproblemen als auch Angehörige, die Unterstützung bei der Bewältigung der Problemlagen benötigen.
www.slsev.de
info@slsev.de

Für die Anmeldung bis spätestens **31. Mai 2023** benutzen Sie bitte dieses Formular.

zurück an SLS-Geschäftsstelle:

SLS e. V.
Glacisstraße 26
01099 Dresden

FAX: 0351-810 555 33

bzw.

E-Mail:

info@slsev.de

Da die Seminare aufeinander abgestimmt sind, bitten wir möglichst um Teilnahme an allen 4 Seminaren. Hiermit melde ich an für (bitte ankreuzen):

- Seminar S1 (Psychoeduktion / Hilfenetz)
am Samstag, 17. Juni 2023, 10-16 Uhr, in **Leipzig**
- Seminar S2 (Angehörig-sein)
am Samstag, 8. Juli 2023, 10-16 Uhr, in **Dresden**
- Seminar S3 (Moderationstraining)
am Samstag, 9. September 2023, 10-16 Uhr, in **Dresden**
- Seminar S4 (Achtsamkeit-Selbstfürsorge)
am Samstag, 28. Oktober 2023, 10-16 Uhr, in **Leipzig**

Vor- und Nachname:

Name der Selbsthilfegruppe
(falls bereits gegründet):

PLZ Ort:

E-Mail:

Veranstaltungsorte

S 1 und S 4: Mehrzweckraum des **WEGE e.V.** in **04177 Leipzig, Lützner Straße 75 HH**
erreichbar vom Bahnhof mit der Bahn Nr. 15 Richtung Miltitz bis Haltestelle
Henriettenstraße

S 2 und S 3: **Deutsches Hygiene Museum – DHM Seminarraum 3** in **01069 Dresden, Lingnerplatz 1**
erreichbar min Bahn Nr. 10 in Richtung Striesen bis Haltestelle Großer Garten /
Deutsches Hygiene Museum