

# Teilnehmerliste Herbstseminar 09.10. – 11.10.2020 – Anmeldung -

Name, Vorname	Unterbringung EZ/DZ	Bemerkungen

Ort: Die Heilsbach" - Bildungs- u. Freistätte  
An der Heilsbach 1  
66996 Schönau/Pfalz

Beginn: Freitag, 18:00 Uhr (Abendessen)  
Ende: Sonntag, ca. 13:00 Uhr (Mittagessen)

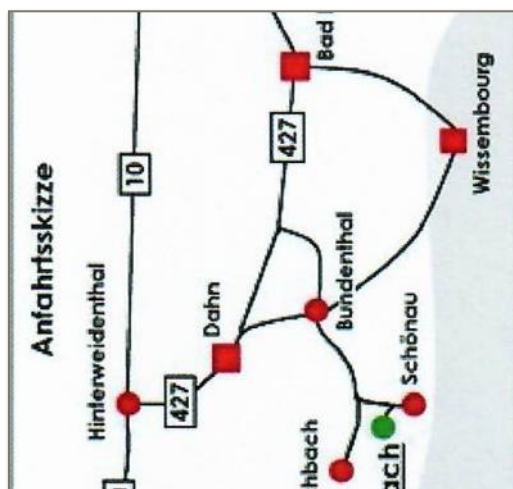
Referent: Dirk Schneider  
Caritas Zentrum Germersheim

Tagungskosten: 40,00 € DZ Kreuzbundmitglied  
50,00 € EZ Kreuzbundmitglied

159,00 € DZ Nichtmitglied  
169,00 € EZ Nichtmitglied

Leitung und Anmeldung Alex Cunow  
Lindelbrunnstr. 17D  
76767 Hagenbach  
Telefon: 0176 24528213  
E-Mail: [alex1@kreuzbund-speyer.de](mailto:alex1@kreuzbund-speyer.de)

Anmeldeschluss: Donnerstag, 01.10.2020



## Einladung zum Herbstseminar

09.10. - 11.10.2020



# KREUZBUND

Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige



## Thema des Seminars

### Der/Die Gruppenleiter/in als Persönlichkeit

#### Fortbildungsseminar für alle Weggefährtinnen und Weggefährten sowie alle Interessenten

Diese Schulungseinheit hilft die Beweggründe zum Engagement und des eigenen Handelns in der Selbsthilfegruppe besser kennen zu lernen. Darüber hinaus gilt es, realistische Erwartungen als Gruppenleitung an sich selbst und andere zu entwickeln. Beides trägt dazu bei, Gruppenbesucherinnen und Gruppenbesuchern unterstützend und mit größerer Klarheit begegnen zu können. U.a. ist es wichtig, eigene Wünsche und Bedürfnisse wahrzunehmen, aber auch die persönlichen Grenzen zu kennen und ernst zu nehmen

Gruppenleiter(innen) und Gruppenmitglieder neigen oft dazu, zu viel Verantwortung für andere zu übernehmen und sich selbst zu überfordern, z. B. Integration von neuen Gruppenmitgliedern, Rückfälle in der Gruppe oder sogenanntes „Co-Verhalten“. Wie weit sind wir als Gruppenleiter(in), Gruppenmitglieder und als Gesamtgruppe verantwortlich? Wo sind die Grenzen, wo sind unsere Aufgaben? Wie weit gehen meine persönlichen Grenzen und wo enden meine persönlichen Aufgaben? Wie können wir konstruktiv damit umgehen und uns gegenseitig dabei unterstützen.

**Das Seminar findet im Rahmen des Gruppenleiter-Ausbildungskonzepts (Modul 4.2) „Der/die Gruppenleiter/in als Persönlichkeit“ statt.**

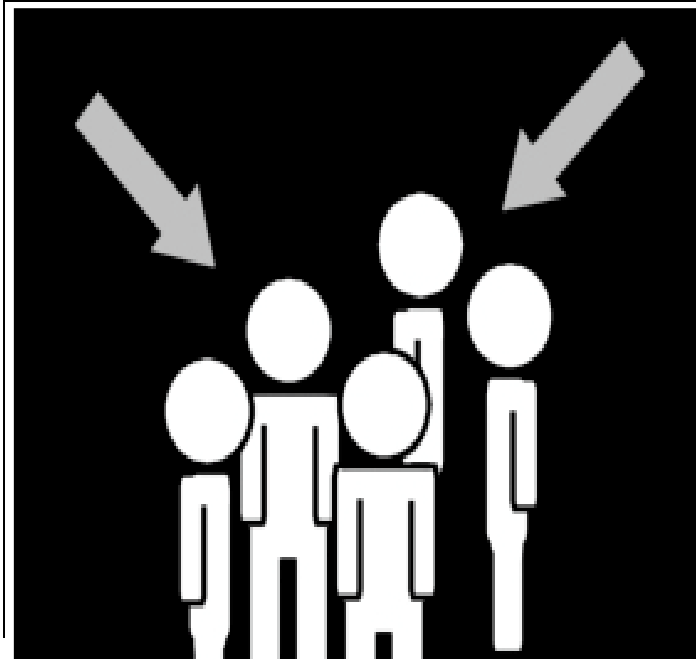
**Alle Personen, die an der Gruppenleiterausbildung teilnehmen, werden bei der Anmeldung bevorzugt.**

#### Gefahren:

Zu viel Verantwortung für andere zu übernehmen und sich selbst zu überfordern, z. B. Integration von neuen Gruppenmitgliedern

#### Gefahren:

„Rückfälle in der Gruppe managen und in ein sogenanntes „Co-Verhalten“ verfallen



#### Fotografieren und Teilnahmelisten

Wir informieren Sie darüber, dass während der Veranstaltung Fotos erstellt und ggf. auch auf der Homepage des Diözesanverbandes und in der Verbandszeitschrift „WEGGEFÄHRTE“ veröffentlicht werden. Ferner werden Ihr Name und Ihre Adresse in eine Liste aufgenommen, die alle Beteiligte und das Tagungshaus im Rahmen der Veranstaltung erhalten. Wenn Sie damit nicht einverstanden sind, benachrichtigen Sie uns bitte rechtzeitig vor der Veranstaltung unter [info@kreuzbund-speyer.de](mailto:info@kreuzbund-speyer.de)

#### Überforderung vermeiden

#### Persönliche Grenzen

haben etwas mit unserer Prägung und Entwicklung zu tun, mit unseren Vorerfahrungen und Erlebnissen.

#### Delegieren:

bedeutet ja nicht, naiv zu vertrauen, sondern verantwortungsbewusst abzugeben.

#### Persönliche Grenzen wahrnehmen:

Erkenne deine Grenzen, indem du auf dein Bauchgefühl achtest. Akzeptiere deine Grenzen, denn das Wichtigste in deinem Leben bist DU. Verteidige deine Grenzen, indem du Schritt für Schritt lernst „nein“ zu sagen.

