

Fortbildungsangebote 2010

Veranstaltungen

Workshops

Weiterbildungen



Arbeitskreis Fortbildung
in der Selbsthilfe Berlin

Liebe Leserin, lieber Leser!

Vor Ihnen liegt die 3. Ausgabe eines Fortbildungsprogramms für die Selbsthilfe. Es stellt eine Mischung aus bewährten Angeboten und neu aufgenommenen Fortbildungen zu aktuellen Themen dar. Insgesamt bieten wir Ihnen 15 voneinander unabhängige Veranstaltungen, Workshops und Weiterbildungsmaßnahmen an.

Besonders ans Herz legen möchten wir Ihnen diesmal unsere Auftaktveranstaltung zum Thema „Die Schatzkiste der Selbsthilfe“. An diesem Tag wollen wir mit Ihnen gemeinsam herausfinden, welche ganz konkreten Ideen, Konzepte und Methoden in Ihrer Selbsthilfegruppe besonders erfolgreich sind. Wir erhoffen uns dadurch viele Anregungen für die Weiterarbeit in der Selbsthilfe.

Das vorliegende Programm hat auch diesmal der Arbeitskreis Fortbildung in der Selbsthilfe Berlin zusammengestellt. Wir setzen uns zusammen aus Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern von Berliner Selbsthilfekontaktstellen sowie aus Mitgliedern von Selbsthilfegruppen, die sich im Selbsthilfenetzwerk Depressionen und Ängste Berlin/Brandenburg (SHN) sowie im Berliner Leberring zusammengeschlossen haben.

Auf den folgenden Seiten stellen wir Ihnen verschiedene Angebote vor, die Ihnen Anregungen geben, wie Sie Ihre Gruppenarbeit erfolgreich, lebendig und zielorientiert gestalten können.

Fortbildung in der Selbsthilfe ist nach unserer Erfahrung immer etwas sehr Lebendiges und Anregendes. Wir freuen uns deshalb schon jetzt auf den intensiven Austausch mit Ihnen und anderen im Rahmen dieses Programms.

Ihr Arbeitskreis Fortbildung in der Selbsthilfe Berlin

Anmeldungen für unsere Veranstaltungen nehmen die jeweiligen Veranstaltungsorte entgegen. Näheres hierzu entnehmen Sie bitte den einzelnen Veranstaltungsangeboten bzw. der Übersicht Veranstaltungsorte.

Inhalt

Veranstaltungen / Workshops

Die Schatzkiste der Selbsthilfe	4
Ohne Moos nix los – Möglichkeiten der finanziellen Unterstützung von Selbsthilfegruppen	5
Supervision für Mitglieder von Selbsthilfegruppen	6
Kreative Methoden in der Selbsthilfe	7
Trauer in der Selbsthilfegruppe	8
Gruppenabläufe – Regeln – Strukturen – Konzepte	9
Wie Stiftungen fördern	10
Moderationstechniken in der Selbsthilfe	11
Konflikte in der Gruppe	12
Kritikgespräche führen	13
Wenn eine(r) in die Krise kommt, was können die anderen tun... ..	14
Rollenspiele in der Selbsthilfegruppe?!	15
Wenn es zusammen nicht mehr weiter geht... ..	16

Weiterbildungen

Gruppentraining	17
Selbsthilfegruppen leiten	20
Der Arbeitskreis stellt sich vor	23
Veranstaltungsorte	25
Impressum	27

Die Schatzkiste der Selbsthilfe

Zum Auftakt unseres diesjährigen Programms laden wir Mitglieder aller Selbsthilfegruppen ein, im Rahmen eines lebendigen Austausches mit anderen Anregungen für die eigene Gruppenarbeit zu gewinnen. Wir wollen von Ihnen an diesem Tag erfahren, was sich in Ihrer Gruppe besonders bewährt hat, wie z. B. :

- Bestimmte Rituale für den Anfang oder das Ende einer Sitzung
- Methoden, die Ihre Arbeit lebendig und fruchtbar machen
- Konzepte für erfolgreiche Öffentlichkeitsarbeit
- Regeln, die wirklich hilfreich sind
- Rollen- und Aufgabenverteilung in der Gruppe, die alle zufrieden stellt

Als Veranstalter werden wir für einen guten Rahmen sorgen, in dem Sie Ihre Anregungen an andere weitergeben und andererseits von anderen bereichert werden.

In der Mittagspause steht ein kleiner Imbiss bereit.

Zeit: Sa, 23.01.2010, 11:00 – 16:00 Uhr

Ort: Selbsthilfetreffpunkt im Nachbarschaftshaus am Lietzensee e.V.

Leitung: Das Team des Arbeitskreis Fortbildung

Kosten: frei

Wir bitten um telefonische Anmeldung unter 30 30 65 12.

Ohne Moos nix los

Hätten Sie gerne einen eigenen Gruppenflyer?

Möchten Sie an Weiterbildungen teilnehmen?

Fehlt es für die Gruppenarbeit an unterstützenden Materialien?

Selbsthilfegruppen mit gesundheitsbezogenen Themen haben die Möglichkeit, finanzielle Förderung durch die Krankenkassen zu erhalten. Darüber hinaus gibt es weitere Möglichkeiten finanzieller Unterstützung.

Wir werden an diesem Abend erfahren, wie und wo Anträge gestellt werden können, um anfallende Kosten zu finanzieren. Dabei prüfen wir, welche der vorgestellten Möglichkeiten für unsere Arbeit realistisch sind.

Alle Anträge müssen neuerdings in der Regel bis Ende des Jahres für das darauffolgende Jahr eingereicht werden. Aus diesem Grund finden unsere Informationsveranstaltungen dazu bereits im Dezember des Vorjahres statt.

Zeit: Do, 03.12.2009, und Do, 02.12.2010,
jeweils 18:30 – 21:00 Uhr

Ort: Selbsthilfe- Kontakt- und Beratungsstelle Mitte

Leitung: Sabine von Wegerer, Birgit Sowade

Kosten: 5,00 € pro Veranstaltung,

Wir bitten um telefonische Anmeldung unter 394 63 64.

Supervision für Mitglieder von Selbsthilfegruppen

Selbsthilfegruppen müssen häufig eine Vielzahl von Schwierigkeiten bewältigen. In der Supervisionsgruppe ist Raum für den Erfahrungsaustausch und die Erarbeitung von Lösungen für Probleme und Fragen aller Art.

Das Angebot ist offen für alle, die ihre Fragen und Schwierigkeiten aus ihren Gruppen einbringen möchten und neugierig auf die Themen aus anderen Selbsthilfegruppen sind.

Zeit: Do, 28.01., 06.5., 09.09. und 02.12.2010
jeweils 18:00 – 21:00 Uhr

Ort: Selbsthilfetreffpunkt Siemensstadt

Leitung: Götz Liefert, Helga Schneider-Schelte

Kosten: 5,00 € pro Termin

Wir bitten um telefonische Anmeldung unter 381 70 57.

Kreative Methoden in der Selbsthilfe

In diesem Workshop werden praxiserprobte kreative Methoden vorgestellt und praktisch angewendet. Die verschiedenen spielerischen Techniken lassen sich in den unterschiedlichsten Gruppensituationen klärend und gewinnbringend einsetzen. Sie vermitteln Anregungen, wie die Gruppenarbeit erfolgreich, lebendig und zielorientiert gestaltet werden kann.

Willkommen und mitgebracht werden können auch eigene erprobte kreative Methoden, die wir sehr gern in den Seminarverlauf einfließen lassen können.

Zeit: Do, 11.02.2010 und Do, 18.02.2010
jeweils 18:00 – 21:00 Uhr

Ort: Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd

Leitung: Manfred Bieschke-Behm, Petra Glasmeyer

Kosten: 10,00 € für beide Abende

Wir bitten um telefonische Anmeldung unter 605 66 00.

Trauer in der Selbsthilfegruppe

Wenn ein Gruppenmitglied stirbt, entstehen viele Gefühle: Entsetzen, Trauer, Angst vor der eigenen Sterblichkeit, vielleicht sogar Wut oder Dankbarkeit, dass jemand von schwerer Krankheit erlöst wurde.

Aber trauern bedeutet auch zu lernen, sich auf Neues einzulassen, Bewältigungsstrategien und Stärke zu entwickeln.

Was kann eine Gruppe tun, um diesen Trauerprozess gemeinsam zu bewältigen, wieder Sicherheit zu gewinnen und die Lebendigkeit zu erhalten oder wieder zu erlangen.

Inhalte an diesem Abend werden sein:

- Trauerprozesse und Trauerphasen kennen lernen
- Hilfreiche Rituale entwickeln
- Raum für eigene Trauerbewältigung und Raum für Gemeinsames entdecken

Zeit: Di, 16.03.2010, 18:00 – 21:00 Uhr

Ort: Selbsthilfe- und Stadtteilzentrum Reinickendorf

Leitung: Ruth Uzelino, Sabine von Wegerer

Kosten: 5,00 €

Wir bitten um telefonische Anmeldung unter 416 48 42.

Gruppenabläufe – Regeln – Strukturen – Konzepte

An zwei Abenden wollen wir uns intensiv mit Gruppenabläufen, Gruppenregeln, Gruppenstrukturen und Gruppenkonzepten beschäftigen, die hilfreich sind, um die Arbeit in der Selbsthilfegruppe produktiv zu gestalten.

Gruppenkonflikte und Unzufriedenheit entstehen häufig durch fehlende bzw. nicht allgemein bekannte Gruppenregeln. Um Schwierigkeiten künftig zu vermeiden, werden wir uns mit folgenden Themen und Fragen beschäftigen:

- Sitzungsabläufe in der Gruppe – was hat sich bewährt, was fehlt, was sollte/kann verändert werden und wie geht die Gruppe damit um?
- Regeln für die Gruppenarbeit - wann sind sie nützlich, wann sind sie eher störend?
- Welche Gruppenstrukturen sind hilfreich und wie können sie in das eigene Gruppengeschehen integriert werden?
- Welche Gruppenkonzepte haben sich bewährt und wie geht die Gruppe damit um?

Zeit: Do, 15.04.2010 und Do, 22.04.2010,
jeweils 18:00 – 21:00 Uhr

Ort: Selbsthilfetreffpunkt im
Nachbarschaftsheim Schöneberg

Leitung: Petra Glasmeyer, Manfred Bieschke-Behm

Kosten: 10,00 € für beide Abende

Wir bitten um telefonische Anmeldung unter 85 99 51 30.

Wie Stiftungen fördern

Wie viele Stiftungen gibt es eigentlich in Deutschland? 10.000?
15.000? 30.000?

Die genaue Zahl kennt wohl niemand, zumal ständig neue Stiftungen gegründet werden.

Das Verzeichnis Deutscher Stiftungen vom Bundesverband Deutscher Stiftungen enthält Angaben zu 15.412 Stiftungen. Die Angaben beruhen auf einem freiwilligen Rücklauf zu einer Gesamterhebung 2008 in Höhe von mehr als 52 %.

(Quelle: Verzeichnis Deutscher Stiftungen, Bd.3, 6. Auflage 2008)

Wir wollen uns aber nur mit einer kleinen Anzahl von Stiftungen befassen und versuchen herauszufinden, ob und wenn ja welche Stiftungen für unsere Arbeit in der Selbsthilfeorganisation vielleicht von Bedeutung sein können.

Da wir sicher nicht alle Fragen abschließend behandeln können, ist es wichtig herauszuarbeiten, worauf bei der Suche nach einer geeigneten Stiftung zu achten ist.

Zeit: Fr, 23.04.2010, 15:00 – 18:00 Uhr

Ort: SEKIS Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle

Leitung: Brigitte Meier-Obi

Kosten: 5,00 €

Wie bitten um telefonische Anmeldung unter 89 02 85 33.

Moderationstechniken in der Selbsthilfe

Gespräche zu moderieren, zu strukturieren und zu begleiten, schafft der Gruppe den Freiraum, sich auf den Inhalt zu konzentrieren. Der Workshop möchte Handwerkszeug für die Moderation von Gruppengesprächen vermitteln. Er kann Mut machen, sich mit diesem Know How in der Gruppe einzubringen und auszuprobieren.

Dabei werden uns folgende Themen beschäftigen:

- Rolle der Moderatorin/ des Moderators
- Aufgaben der Moderatorin/ des Moderators
- Methoden in der Moderation

Zeit: Sa, 08.05.2010, 10:00 – 16:00 Uhr

Ort: Selbsthilfe- Kontakt- und Beratungsstelle Mitte

Leitung: Sabine von Wegerer, Birgit Sowade

Kosten: 10,00 €

Wir bitten um telefonische Anmeldung unter 394 63 64.

Konflikte in der Gruppe

Konflikte können in jeder Gruppe entstehen – bei gelungener Konfliktlösung fühlt sich die Gruppe nicht nur erleichtert, sondern auch bereichert.

In diesem Workshop werden wir uns damit beschäftigen, was Auslöser für Gruppenkonflikte sein können.

Wir werden uns unter anderem mit den Fragen beschäftigen:

- Was tue ich, wenn ich selbst in einen Konflikt involviert bin?
- Wie verhalte ich mich, wenn ich nicht unmittelbar am Konflikt beteiligt bin?
- Was passiert, wenn Konflikte eskalieren?
- Wer oder was kann helfen, einen Konflikt zu begleiten bzw. aufzulösen?

Zeit: Sa, 26.06.2010, 10:00 - 16:00 Uhr

Ort: Selbsthilfetreffpunkt Friedrichshain

Leitung: Hanne Theurich, Ruth Uzelino

Kosten: 10,00 €

Wir bitten um telefonische Anmeldung unter 291 83 48.

Kritikgespräche führen

Kennen Sie das Gefühl, im Gruppengespräch eine Kritik äußern zu wollen, wissen aber nicht wie? Oder fühlen Sie sich unwohl bei unangemessener oder gar nicht geäußerter Kritik? In diesem Seminar wird Zeit und Raum sein, sich ausführlich mit Kritik auseinander zu setzen:

- Was ist Kritik eigentlich genau?
- Wie kritikfähig bin ich selbst?
- Wie weise ich ungerechtfertigte Kritik zurück?
- Wie führe ich erfolgreich ein Kritikgespräch?

Neben Austausch und Diskussion werden wir ideale Gesprächsverläufe vorstellen, Regeln besprechen und in Rollenspielen beispielhafte Kritikgespräche führen.

Zeit: Di, 07.09.2010 und Di, 21.09.2010,
jeweils 18:00 – 21:00 Uhr

Ort: Selbsthilfekontaktstelle Steglitz-Zehlendorf

Leitung: Manfred Bieschke-Behm, Hanne Theurich

Kosten: 10,00 € für beide Abende

Wir bitten um telefonische Anmeldung unter 80 19 75 14.

Wenn eine(r) in die Krise kommt...

Immer wieder kommt es vor, dass einzelne Mitglieder einer Selbsthilfegruppe in eine persönliche Krise geraten. An diesem Abend werden wir uns mit verschiedenen Möglichkeiten zum Umgang mit solchen Situationen beschäftigen.

Folgende Fragen stehen dabei im Mittelpunkt:

- Was sind typische Krisen von Gruppenmitgliedern?
- Wie machen sich diese bemerkbar?
- Wie kann die Gruppe mit solchen Krisen umgehen?
- Welche Ressourcen hat sie hierfür zur Verfügung?
- Was kann die Gruppe auffangen und wo ist ihre Grenze?

Anhand konkreter Beispiele werden wir verschiedene Krisensituationen näher betrachten und angemessene Lösungen dafür entwickeln.

Zeit: Mi, 06.10.2010, 18:00 – 21:00 Uhr

Ort: Selbsthilfekontaktstelle Steglitz- Zehlendorf

Leitung: Petra Glasmeyer, Götz Liefert

Kosten: 5,00 €

Wir bitten um telefonische Anmeldung unter 80 19 75 14.

Rollenspiele in der Selbsthilfegruppe !?

Rollenspiele sind doch nichts für Erwachsene – oder doch?
Und wenn ja, sind sie dann tauglich für einen Selbsthilfegruppenabend?

In diesem Seminar können Sie Ihre Kreativität und Flexibilität (wieder)entdecken, obige Fragen beantworten und darüber hinaus lernen, in welchen Situationen es sinnvoll ist, den Gruppenabend mit Rollenspielen zu gestalten.

Das Rollenspiel bietet allen Mitspielenden die Möglichkeit, eine veränderte Eigen- und Fremdwahrnehmung zu erleben. Es ermöglicht das Ausprobieren eigener Verhaltensvorstellungen. Im spielerischen »Als-Ob-Erleben« können Situationen erprobt werden, die in den Alltag übertragen werden können. Das Spielen steht im Vordergrund und soll allen Beteiligten neben neuen Erkenntnissen auch Spaß bringen.

An diesem Tag werden sie die wichtigsten Regeln erlernen, wie Sie ein Rollenspiel in einer Gruppe einführen und leiten können.

Zeit: Sa, 20.11.2010, 10:00 – 16:00 Uhr

Ort: Selbsthilfe- und Stadtteilzentrum Reinickendorf

Leitung: Birgit Sowade, Ruth Uzelino

Kosten: 10,00 €

Wir bitten um telefonische Anmeldung unter 416 48 42.

Gruppenausschluss als letzte Konsequenz?

Wenn es zusammen nicht mehr weiter geht...

Gruppenausschluss als letzte Konsequenz?

In Selbsthilfegruppen gibt es das starke Bedürfnis, jedem einzelnen gerecht zu werden und ihn seinen Platz in der Gruppe finden zu lassen. Manchmal sind jedoch die Spannungen und Störfaktoren, die von einzelnen Mitgliedern ausgehen, so groß, dass die gemeinsame Weiterarbeit in der Gruppe nicht mehr möglich zu sein scheint.

An diesem Abend wollen wir klären, was die Gruppe in einer solchen Situation tun kann.

Folgende Fragen werden dabei im Mittelpunkt stehen:

- Welche Möglichkeiten gibt es, die vorhandenen Störungen und Spannungen zu bearbeiten?
- Wann kann ein Mitglied ausgeschlossen werden und in welcher Form sollte dies geschehen?
- Wer entscheidet darüber, dass jemand ausgeschlossen wird?

Zeit: Mi, 24.11.2010, 18:00 – 21:00 Uhr

Ort: KIS Kontakt- und Informationsstelle für
Selbsthilfe Prenzlauer Berg

Leitung: Manfred Bieschke-Behm, Götz Liefert

Kosten: 5,00 €

Wir bitten um telefonische Anmeldung unter 44 34 317.

Gruppentraining

Eine Fortbildungsreihe für Mitglieder von Selbsthilfegruppen

Die Fortbildungsreihe setzt sich aus vier Bausteinen zusammen und wendet sich an Kontaktpersonen, aktive Gruppenmitglieder und GruppengründerInnen von Selbsthilfegruppen. Die TeilnehmerInnen erhalten Anregungen, wie sie die Arbeit in der Selbsthilfegruppe reflektieren und verbessern können. Wir arbeiten dazu mit unterschiedlichen Methoden, wie Rollenspiele, Moderationstechniken, Phantasiereisen und vielem mehr.

Die Seminare bauen aufeinander auf und können nur als Block gebucht werden, um ein gemeinsames Lernen in der Gruppe zu ermöglichen. Die Kosten betragen insgesamt 120,- €. Eine Kostenübernahme durch die Krankenkassen ist bei Mitgliedern von Selbsthilfegruppen mit gesundheitsbezogenen Themen möglich. Im Bedarfsfall beraten wir Sie hierfür gern.

Zeit: Baustein 1: Fr, 26.02.2010, 16:00 – 20:00 Uhr
Sa, 27.02.2010, 11:00 – 17:00 Uhr

Ort: Selbsthilfetreffpunkt Siemensstadt

Leitung: Helga Schneider-Schelte, Götz Liefert

Kosten: für alle vier Bausteine 30,00 €

Wir bitten um telefonische Anmeldung unter 381 70 57.

Gruppentraining

Baustein 1:

Meine Gruppe und ich

In diesem Einführungsseminar werden wir uns zunächst mit der eigenen Rolle in der Selbsthilfegruppe beschäftigen. Dabei stehen folgende Fragen im Vordergrund: Welche Erwartungen habe ich an mich selber? Was möchte die Gruppe bzw. die einzelnen Gruppenmitglieder von mir und ich von Ihnen? Wie kann ich in meiner Rolle konstruktiv auf den Gruppenprozess einwirken?

Baustein 2:

Konflikte in der Gruppe

In diesem Baustein werden wir uns damit beschäftigen, wie Gruppen arbeitsfähig werden und welche Hindernisse sie dabei überwinden müssen. Im Zentrum steht der Umgang mit Konflikten. Konflikte können in jeder Gruppe entstehen – bei gelungener Konfliktlösung fühlt sich die Gruppe nicht nur erleichtert, sondern auch bereichert.

Wir werden uns damit beschäftigen, was überhaupt ein Konflikt ist, zu welchen typischen Gruppenkonflikten es kommen kann und welche konstruktiven Lösungsmöglichkeiten es gibt. Darüber hinaus werden im moderierten Austausch die unterschiedlichen Konzepte der Selbsthilfegruppenarbeit der TeilnehmerInnen vorgestellt und in ihren Auswirkungen auf die jeweilige Gruppenarbeit diskutiert.

Zeit: Baustein 2: Fr, 23.04.2010, 16:00 – 20:00 Uhr
Sa, 24.04.2010, 11:00 – 17:00 Uhr

Ort: Selbsthilfetreffpunkt Siemensstadt

Leitung: Helga Schneider-Schelte, Götz Liefert

Kosten: für alle vier Bausteine 30,00 €

Wir bitten um telefonische Anmeldung unter 381 70 57.

Gruppentraining

Baustein 3:

Die Gruppe lebendig erhalten

In diesem Baustein werden wir uns mit Prozessen beschäftigen, die zu einem Gruppenklima beitragen, in dem Lust am gemeinsamen Arbeiten vorhanden ist oder wiedergefunden wird und Wertschätzung und Toleranz besteht.

Im Mittelpunkt dieses Bausteins steht ein gemeinsames Teamtraining. Hier können alle TeilnehmerInnen an sich selbst erfahren, welche Faktoren einen Gruppenprozess positiv verstärken.

Zeit: **Baustein 3:** Fr, 04.06.2010, 16:00 – 20:00 Uhr,
Sa, 05.06.2010, 11:00 – 17:00 Uhr,

Ort: Selbsthilfetreffpunkt Siemensstadt

Leitung: Helga Schneider-Schelke, Götz Liefert

Baustein 4:

Potentiale für die Weiterentwicklung der Gruppe

Auf der Grundlage der in den vergangenen Bausteinen erworbenen Erfahrungen und Erkenntnissen werden wir uns in diesem abschließenden Seminar mit Perspektiven für die Weiterarbeit in der Selbsthilfegruppe beschäftigen. Außerdem werden wir uns Zeit nehmen für die noch offen gebliebenen Fragen und für den angemessenen Umgang mit Abschied.

Zeit: **Baustein 4:** Fr, 02.07.2010, 16:00 – 20:00 Uhr
Sa, 03.07.2010, 11:00 – 17:00 Uhr

Ort: Selbsthilfetreffpunkt Siemensstadt

Leitung: Helga Schneider-Schelke, Götz Liefert

Kosten: für alle vier Bausteine 120,00 €

Wir bitten um telefonische Anmeldung unter 381 70 57.

Selbsthilfegruppen leiten

Eine Fortbildungsreihe für Leiterinnen und Leiter von Selbsthilfegruppen

Auch in der Selbsthilfe gibt es viele Gruppen, die von einzelnen Mitgliedern geleitet werden.

Was bedeutet es, eine Selbsthilfegruppe zu leiten?

Diese Fortbildungsreihe besteht aus vier Bausteinen und wendet sich an Mitglieder von Selbsthilfegruppen, die sich als ausgewiesene oder „heimliche“ Gruppenleitung verstehen.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhalten Anregungen, wie sie ihre Leitungsfunktion so wahrnehmen können, dass die Selbsthilfekräfte aller Beteiligten gestärkt und weiterentwickelt werden können.

Wir arbeiten dazu mit unterschiedlichen Methoden wie Rollenspielen, Moderationstechniken, Phantasiereisen und vielem mehr.

Die aus vier Bausteinen bestehende Veranstaltungsreihe kann nur gesamt gebucht werden.

Kosten für alle vier Veranstaltungen: 30,00 €.

Selbsthilfegruppen leiten

Baustein 1:

Meine Rolle als Gruppenleitung

Gruppenleitung in einer Selbsthilfegruppe zu sein, stellt eine besondere Herausforderung dar. Unter anderem werden wir uns mit folgenden Fragen beschäftigen:

- Was bedeutet Leitung in der Selbsthilfegruppe?
- Welche Aufgaben sind damit verbunden?
- Was ist in meiner Verantwortung, was ist Sache des einzelnen Gruppenmitgliedes bzw. der Gruppe?

Baustein 2:

Mein Handwerkszeug in der Gruppenleitung

Welche Instrumente sind für meine Arbeit als Selbsthilfegruppenleitung hilfreich? In diesem Baustein wollen wir uns mit Moderationstechniken, Gruppenregeln, Sitzungsabläufen und Konzepten beschäftigen, die sinnvoll sind, um die Arbeit in der Selbsthilfegruppe produktiver zu gestalten.

Folgende Themen und Fragen stehen dabei im Mittelpunkt:

- Sitzungsabläufe in der Gruppe - welche Konzepte haben sich hier bewährt?
- Moderation der Sitzung - wer ist dafür zuständig und welche Techniken sind hilfreich?
- Regeln für die Gruppenarbeit - wann sind sie nützlich, wann sind sie eher störend?

Zeit: Baustein 1: Do, 02.09.2010, 18:00 – 21:00 Uhr

Baustein 2: Do, 16.09.2010, 18:00 – 21:00 Uhr

Ort: Selbsthilfetreffpunkt Siemensstadt, Hefnersteig 1

Leitung: Götz Liefert, Manfred Bieschke-Behm

Kosten: für alle vier Bausteine 30,00 €

Wir bitten um telefonische Anmeldung unter 381 70 57.

Selbsthilfegruppen leiten

Baustein 3:

Konflikte in der Gruppe

Konflikte können in jeder Gruppe entstehen – bei gelungener Konfliktlösung fühlt sich die Gruppe nicht nur erleichtert, sondern auch bereichert. In diesem Baustein werden wir uns damit beschäftigen, was überhaupt ein Konflikt ist, zu welchen typischen Gruppenkonflikten es kommen kann und welche konstruktiven Lösungsmöglichkeiten es gibt. Wir werden insbesondere die Rolle der Gruppenleitung in Konflikten beleuchten. Besondere Fragen dabei sind:

- Welche Rolle habe ich als Gruppenleitung in Konflikten?
- Was tue ich, wenn ich selbst in den Konflikt involviert bin?
- Was passiert, wenn Konflikte eskalieren – wer kann helfen, gibt es Erste-Hilfe-Maßnahmen?

Baustein 4:

Der Spagat zwischen Leitung und eigener Betroffenheit

Wie gehe ich damit um, einerseits Betroffener mit eigenen Themen und eigenen Bedürfnissen an die Gruppe zu sein und andererseits das Gruppengeschehen zu gestalten bzw. Überblick zu behalten? Anhand der unterschiedlichen Erfahrungen der TeilnehmerInnen werden wir in diesem Baustein die Spielräume ausloten, die bestehen, um beiden Aspekten gerecht zu werden.

Zeit: Baustein 3: Do, 30.09.2010, 18:00 – 21:00 Uhr

Baustein 4: Do, 14.10.2010, 18:00 – 21:00 Uhr

Ort: Selbsthilfetreffpunkt Siemensstadt, Hefnersteig 1

Leitung: Götz Liefert, Manfred Bieschke-Behm

Kosten: für alle vier Bausteine 30,00 €

Wir bitten um telefonische Anmeldung unter 381 70 57.

Der Arbeitskreis stellt sich vor

Der Arbeitskreis Fortbildung in der Selbsthilfe Berlin wurde im Jahr 2004 gegründet. Er setzt sich zusammen aus Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Selbsthilfekontaktstellen Mitte, Spandau, Reinickendorf und Steglitz-Zehlendorf sowie Mitgliedern von Selbsthilfegruppen, die sich im Selbsthilfenetzwerk Depressionen und Ängste und Berlin/Brandenburg (SHN) und dem Berliner Leberring e.V. zusammengeschlossen haben.



Arbeitskreis Fortbildung in der Selbsthilfe Berlin

Der Arbeitskreis stellt sich vor

Der Arbeitskreis organisiert neben Fortbildungen auch Gesamttreffen und Tagungen zu verschiedenen Themen der Selbsthilfe. Im folgenden stellen wir Ihnen die Mitglieder des Arbeitskreises näher vor:

Birgit Sowade, Dipl. Sozialpädagogin, Gestaltpädagogin

- Selbsthilfekontaktstelle Mitte

Petra Glasmeyer, Dipl. Sozialpädagogin

- Selbsthilfekontaktstelle Steglitz-Zehlendorf

Götz Liefert, Diplompädagoge, Supervisor

- Selbsthilfetreffpunkt Siemensstadt

Hanne Theurich, Dipl. Sozialpädagogin, Supervisorin

- Selbsthilfekontaktstelle Steglitz-Zehlendorf

Manfred Bieschke-Behm, Initiator des Selbsthilfenetzwerk

Depressionen und Ängste Berlin-Brandenburg (SHN),

- Leiter der Selbsthilfegruppe „Positiv denken“

Ruth Uzelino, Dipl. Sozialpädagogin

- Selbsthilfe- und Stadtteilzentrum Reinickendorf

Sabine von Wegerer

- Leiterin der Beratungsstelle für Hepatitis-Betroffene

Gastreferentin: **Helga Schneider-Schelte**,

Dipl. Sozialpädagogin, Familientherapeutin

- Deutsche Alzheimer Gesellschaft

Gastreferentin: **Brigitte Meier-Obi**, Dipl. Sozialwissenschaftlerin,

- Sekis, Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle

Arbeitskreis Fortbildung in der Selbsthilfe Berlin

Veranstaltungsorte

KIS Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe Prenzlauer Berg

Fehrbelliner Str. 92

10119 Berlin

Telefon: 443 43 17 • Fax: 44 34 04 78

E-Mail: kis@hvd-berlin.de

Sprechzeiten: Mo und Di 10:00 – 13:00 Uhr;

Mi und Do 15:00 – 18:00 Uhr

Verkehrsanbindung: U1 – Senefelder Platz

SEKIS, Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle

Albrecht-Achilles Str. 65, 10709 Berlin

Tel. 892 66 02 • Fax. 89 02 85 40

E-Mail: sekis@sekis-berlin.de

Sprechzeiten: Mo 12:00 – 16:00 Uhr;

Mi 10:00 – 14:00 Uhr; Do 14:00 – 18:00 Uhr

Verkehrsanbindung: U7 – Adenauerplatz

Selbsthilfe- Kontakt- und Beratungsstelle Mitte StadtRand gGmbH

Perleberger Str. 44, 10559 Berlin

Telefon: 394 63 64 • Fax: 394 64 85

E-Mail: kontakt@stadtrand-berlin.de

Sprechzeiten: Mo und Di 10:00 – 14:00 Uhr; Do 15:00 –
18:00 Uhr; Mi 10:00 – 13:00 Uhr (in türk. Sprache)

Verkehrsanbindung: S-Westhafen, Busse M27,101, 123, 187,

Selbsthilfekontaktstelle Steglitz-Zehlendorf – Mittelhof

Königstr. 42/43, 14163 Berlin

Telefon: 80 19 75 14 • Fax: 80 19 75 46

E-Mail: selbsthilfe@mittelhof.org

Sprechzeiten: Mo 10:00 – 12:00 Uhr und 17:00 – 19:00 Uhr;

Mi 16:00 – 18:00 Uhr, Do 12:00 – 14:00 Uhr

Verkehrsanbindung: S1 – Zehlendorf, Busse M48, 101, 184

Veranstaltungsorte

Selbsthilfe Treffpunkt Friedrichshain

Boxhagener Str. 89, 10245 Berlin

Tel. : 291 83 48 • Fax: 29 04 96 62

E-Mail: info@selbsthilfe-treffpunkt.de

Sprechzeiten: Di 10:00 – 13:00 Uhr;

Mi und Do 15:00 – 18:00 Uhr; Fr 10:00 – 13:00 Uhr

Verkehrsverbindung: Tram21, Bus: 240

Selbsthilfetreffpunkt im Nachbarschaftshaus am Lietzensee e.V.

Herbartstr 25, 14057 Berlin

Telefon: 30 30 65 12 • Fax: 30 30 65 13

E-Mail: selbsthilfe@nachbarschaftshaus-am-lietzensee.de

Sprechzeiten: Mo und Di 10:00 – 13:00 Uhr;

Do 15:00 – 18 :00 Uhr

Verkehrsverbindung: S41, 42, 46 – Messe Nord,/ICC

Bus: X34, X49, 139, 149

Selbsthilfetreffpunkt im Nachbarschaftsheim Schöneberg

Holsteinische Str. 30, 12161 Berlin

Telefon: 85 99 51 30 • Fax: 85 99 51 11

E-Mail: selbsthilfe@nachbarschaftsheim-schoeneberg.de

Sprechzeiten: Mo 16:00 – 19:00 Uhr; Di 15:00 – 18:00 Uhr;

Mi und Do 10:00 – 13:00 Uhr

Verkehrsanbindung: S7 – Feuerbachstraße, Bus: M76, X76,
181 (Haltestelle S-Feuerbachstr.)

Selbsthilfetreffpunkt Siemensstadt

Hefnersteig 1, 13629 Berlin

Telefon: 381 70 57 • Fax: 383 074 00

E-Mail: shtsiemensstadt@arcor.de

Sprechzeiten: Di 13:00 – 16:00 Uhr; Do 15:00 –18:00 Uhr;

Fr 10:00 – 13:00 Uhr

Verkehrsanbindung: U7–Siemensdamm, Bus 123
(Haltestelle U-Siemensdamm)

Veranstaltungsorte

Selbsthilfe- und Stadtteilzentrum Reinickendorf – Günter-Zemla-Haus

Eichhorster Weg 32, 13435 Berlin

Telefon: 416 48 42 • Fax: 41 74 57 53

E-Mail: selbsthilfezentrum@unionhilfswerk.de

Sprechzeiten: Di und Do 14:00 – 18:00 Uhr;

Mi und Fr 10:00 – 14 :00 Uhr

Verkehrsanbindung: U 8 + S1 bis Wittenau,

weiter mit Bus: X21, X33, M21, 124, 32

(Haltestelle Eichhorster Weg / Schorfheidestraße bzw.
Sagritzer Weg)

Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd

Lipschitzallee 80

12353 Berlin

Telefon: 605 66 00 • Fax: 605 68 99

Sprechzeiten: Mo und Fr 11:00 – 15:00 Uhr;

Di und Do 13:00 – 17:00 Uhr

E-Mail: SHKGropiusstadt@t-online.de

Verkehrsanbindung: U7 – Lipschitzallee, Bus 144, 173

Impressum

Redaktion: Arbeitskreis Fortbildung in der Selbsthilfe Berlin
c/o Götz Liefert, Tel. 030 – 381 70 57

Layout und Druck: Norbert Herzogenrath, herzogenrath@gmx.com

Die Finanzierung dieser Broschüre wurde mit freundlicher
Unterstützung folgender Krankenkassen ermöglicht:
AOK Berlin, Techniker Krankenkasse Berlin.

Fortbildungsangebote 2010



selko

Eine Initiative des Arbeitskreises
Fortbildung in der Selbsthilfe Berlin
in Kooperation mit selko e.V., dem
Dachverband der Berliner Selbsthilfekontaktstellen.