



SEMINARBERICHT

"Rückfall ist Thema jeder chronischen Erkrankung. Vorsorge zu treffen ist klug." vom 13. bis 15.04.2018

Da es für gut die Hälfte der Teilnehmer, dass erste FK-Seminar war, sind einige schon mit einem mulmigen Gefühl losgefahren. Was kommt auf mich zu? Wer ist sonst noch da?

Nach einer kurzen Vorstellungsrunde, war die erste Scheu bereits verflogen. Nach dem Abendessen hatten wir "Speed-Dating" um uns etwas kennenzulernen. Und dann in der ersten Kleingruppenarbeit war die anfängliche Distanz, auch für die Angehörigen in der Gruppe, durch die bekannte Atmosphäre gelöst. Am nächsten Tag ging es mit unseren 5 Lebensbereichen weiter. Wie viel Stellenwert nehmen sie ein.

Anschließend ein Rollenspiel: Normale Gruppenstunde, 1 Person ist rückfällig.

Direkt danach intensive Besprechung des gerade Erlebten. Nach dem Mittag ging es in Kleingruppenarbeit weiter, "Welche Bedingungen müssen vorliegen, damit es bei einem begrenzten Ausrutscher bleibt?" Und natürlich wurde auch über die Co-Abhängigkeit gesprochen. Danach das Thema "Rückfall fängt nicht mit dem Trinken an."

Am Sonntag ging es mit "kritischen Situationen - was hilft?", weiter. Zum Abschluss haben wir noch für unsere Kleingruppen einen Rückfall-TÜV erstellt.

Resümee:

Tolles Seminar, nicht nur für Betroffene, auch Angehörige konnten viel für sich erarbeiten. Immer wieder neu zusammen "gewürfelte" Kleingruppenarbeit. Genau richtig, um Themen zu bearbeiten und Gleichgesinnte kennenzulernen.

Holger Wortmeier, FK Gütersloh

Ute Herms, FK Selm St. Josef

