



Die **Nordrheinische Arbeitsgemeinschaft für Suchtfragen** lädt ein:

Fachtagung Garath 2013



Miteinander statt Nebeneinander –

Optimierung der Hilfe in der Suchtselbsthilfe

Warum Gender?

Ein Thema für die Selbsthilfe?

Samstag, 9. November 2013

Freizeitstätte Garath

Fritz-Erler-Straße 21

40595 Düsseldorf-Garath

Miteinander statt Nebeneinander – Optimierung der Hilfe in der Suchtselbsthilfe

Auch 2013 bietet die Fachtagung Garath wieder zwei Leitthemen an, die auf den ersten Blick wenig gemeinsam haben, jedoch durch die Notwendigkeit eines wertschätzenden gleichberechtigten Miteinanders eng verbunden sind.

Kooperation von haupt- und ehrenamtlicher Suchthilfe

Eine den Hilfesuchenden dienende Zusammenarbeit zwischen Kliniken, Beratungsstellen und Selbsthilfe kann nur auf Augenhöhe zustande kommen. Die Akteure bilden eine Verantwortungsgemeinschaft im Interesse ihrer Patient(inne)n, Klient(inn)en und Teilnehmer(innen). Wie diese Kooperationen gelingen und Abgrenzungstendenzen überwunden werden können, stellen Vertreter des Krefelder Alexianer Krankenhauses und der örtlichen Suchtselbsthilfe im Referat vor und im Workshop zur Diskussion.

Gender in der Suchtselbsthilfe

Dass das Geschlecht und die Geschlechtsrolle einen großen Einfluss auf die Suchtentwicklung und die Rekonvaleszenz haben, gilt inzwischen als unumstritten, schlägt sich jedoch nur unzureichend in der Arbeit der Suchtselbsthilfe nieder. Regina Sosna entwickelt in Referat und Workshop das Bild einer geschlechtersensiblen und -gerechten Sucht(selbst)hilfe. Geschlechterdifferenz ist hierbei nicht als Einengung und Abgrenzung zu sehen, sondern als Vorgabe und Ressource. Jeweils ein Frauen- und Männerworkshop ergänzen das Angebot.

Programm

- 09.30 Uhr Anreise/Steh-Kaffee
- 10.00 Uhr **Begrüßung**
Georg Seegers (Vorstand Nordrh.Arge)
- 10.15 Uhr Impulsreferat I
Kooperation in der Suchthilfe
Dr. Helmut Eich (Chefarzt, Alexianer Krefeld)
Karl-Heinz Wentorp (AgSiS Krefeld)
Bernhard Kühling (Alexianer Krefeld)
- 10.45 Uhr Impulsreferat II
Gender – Warum Männer und Frauen anders krank werden
Regina Sosna
- 11.15 Uhr Pause
- 11.30 Uhr **Workshops** 1. Runde
Alle Workshops finden um 11.30 Uhr und erneut um 14.00 Uhr statt. Vormittags- und Nachmittags-einheiten bauen nicht zwangsläufig aufeinander auf, können daher sowohl gewechselt werden als auch bei Interesse fortgeführt werden.
- 13.00 Uhr Mittagspause / Imbiss
- 14.00 Uhr **Workshops** 2. Runde
In der Runde 2 können Sie neue Themen/ Workshops kennenlernen und besuchen. Beachten Sie bitte bei der Anmeldung die Möglichkeit, zwei Workshops angeben zu können. Bis auf wenige Ausnahmen (*) werden die Workshops sowohl um 11.30 Uhr als auch erneut um 14.00 Uhr angeboten.
- 15.45 Uhr **Plenum**
- 16.15 Uhr Ende der Fachtagung

Workshops

Workshop 1

Kooperation in der Suchthilfe „Der gemeinsame Weg“

Suchtklinik und Selbsthilfe in Krefeld entwickeln und optimieren gemeinsam Konzepte zur besseren gemeinsamen Versorgung von Abhängigen und Angehörigen. Sie dienen einer besseren und nachhaltigen Erreichbarkeit, Behandlung und Stabilisierung der Betroffenen. Dazu werden Wege, Chancen, Ideen und Möglichkeiten, die unterschiedliche Lebenslagen der Menschen berücksichtigen, gesucht und auf ihre Anwendungsmöglichkeiten hin diskutiert.

Dr. med. Helmut Eich, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Chefarzt der Klinik für Abhängigkeitserkrankungen des Alexianer Krankenhauses Krefeld

Karl-Heinz Wentorp, ALOS Freundeskreise, Vorsitzender der Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfe im Suchtbereich (AgSiS) Krefeld

Bernhard Kühling, Heilerziehungspädagoge, Alexianer

Workshop 2*

Gender geht uns alle an

Das Ziel von Gender ist eine hochwertige, für Frauen und Männer gleichwertige Versorgungsqualität bereit zu stellen. Die Voraussetzungen dafür sind noch nicht gegeben und sollen strukturell geschaffen werden, damit beide Geschlechter ihre Potentiale entfalten können. Im Gesundheitsbereich – also auch in der Suchthilfe/Suchtselfhilfe – muss Gender als Instrumentarium eingesetzt werden, weil es dazu dient, Chancengleichheit im Zugang zu gesundheitlichen Ressourcen in praktisches Handeln umzusetzen (RIEDMÜLLER 2002). Gender betrifft die Führungsebene und alle am Gelingen eines gemeinsamen Ziels Beteiligte, mit unterschiedlichen Rollen und Interessen von Männern und Frauen. Gendergerecht zu arbeiten bedeutet, auf **allen** Ebenen der Struktur-, Pro-

*) nur vormittags

zess und Ergebnisqualität, wie auf der Leitungs- und Teamebene durch Steuerung und Implementierung Gendergerechtigkeit durch Umsetzung herzustellen. Gemeinsam wollen wir an einem Beispiel Gender spürbar, besprechbar, erfassbar und umsetzbar exemplarisch erarbeiten, damit Gender in der Praxis lebendig werden kann. Nicht Frauen und Männer müssen sich anpassen, sondern die Strukturen und Rahmenbedingungen müssen angepasst werden, damit Gleichstellung erreicht werden kann.

Regina Sosna, Diplom Psychologin, Psychologische Psychotherapeutin in eigener Praxis in Bonn, Supervisorin DVG

Workshop 3

Kraft in der Gruppe – Aktivierende (und) erlebnisorientierte Methoden zur Gruppengestaltung

In diesem Workshop beschäftigen wir uns mit der Gruppe als Medium in der Selbsthilfe. Sie ist oft starker Rückhalt und große Unterstützung, entwickelt zudem aber auch immer wieder ihre ganz eigene Dynamik, die Mitglieder und Leitung manchmal vor große Herausforderungen stellt. Exemplarisch nutzen wir heute die Workshop-Gruppe, um Methoden zur Stärkung des Gruppenzusammenhalts kennen zu lernen, die Sie selbst für Ihre Gruppen nutzen können. Anschließend wird es darum gehen, diese Kraft und Stärke einer Gruppe für den Einzelnen erlebbar und nutzbar zu machen. Um die Zusammenarbeit in Gruppen auch über längere Zeiträume hinweg abwechslungsreich und gewinnbringend zu gestalten gibt es eine Vielzahl von aktivierenden Methoden und Materialien – einige davon werden wir heute selbst ausprobieren, weitere besprechen, so dass Sie aus diesem aktiven, praxisnahen und erlebnisorientierten Workshop mit einem gut gefüllten Methodenkoffer heraus gehen.

Bea Albrecht menschen unterwegs – Diplom Pädagogin, systemische Beraterin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Erlebnispädagogin. Schwerpunkte meiner freiberuflichen Tätigkeit: Beratung und Therapie mit Familien und Einzelpersonen, Fortbildungen im Bereich Erlebnispädagogik, Referentin (Gestaltung von Seminareinheiten zu den Themen Beratung(smethoden) und erlebnisorientiertes Lernen)

Workshop 4

Männergruppe „Gender ist auch Männersache“

Geschlechtersensibilität und -gerechtigkeit wird leider noch häufig auf den (notwendigen) Bereich der Frauenarbeit reduziert. Dabei hat auch bei suchtkranken Männern die Geschlechtsrolle einen erheblichen Anteil an der Suchtentwicklung wie auch im Gesundungsprozess. Die Männer des Arbeitskreises Männer und Sucht im FAS NRW wollen in der Arbeitsgruppe mit weiteren Interessierten die Sensibilität für eine geschlechterdifferenzierte Betrachtung der Abhängigkeit wecken und die Ressource Männlichkeit in einer gesunden Lebensgestaltung fördern.

Günter Kühn, BKE, Vorsitzender des Arbeitskreises Männer und Sucht im FAS NRW, Männerbeauftragter des BKE-Landesverbandes NRW

Frank Happel, ALOS Freundeskreise, Initiator des Arbeitskreises Männer und Sucht im FAS NRW sowie der ALOS Männergruppen in Moers und Krefeld

Workshop 5

Frauengruppe „Für uns selbst“

Es scheint manchmal so, als ob die Belastungen im Leben nie aufhören – gerade ist die eine schwierige Situation vorbei, da wartet schon die nächste. Es kostet unglaublich viel Energie, sich immer wieder hoch zu kämpfen. Und oft sind wir oder fühlen uns ganz alleine. Wie können wir uns gute Erfahrungen von anderen Frauen zu Nutze machen? Wie neben den Belastungen (wieder) Zeit und Energie für uns selbst gewinnen? Wie diese mit Spaß und Lust für uns selbst einsetzen? Wie können wir uns zusammenschließen und unsere Kompetenzen bündeln? Denn dann braucht keine alles können, wissen, machen...“

Martina Tödtte, Dipl. Soz.-päd; Mitarbeiterin der Landeskoordinierungsstelle Frauen und Sucht NRW, BELLA DONNA
Frauen des Arbeitskreises Frauen und Sucht im FAS NRW

Workshop 6

Achtsamkeit – Suchthilfe im hier und jetzt

„Achtsamkeit bedeutet, dem Augenblick bewusst Aufmerksamkeit zu schenken“ Jon Kabat-Zinn

Was genau bedeutet Achtsamkeit und wie kann bzw. wird sie in der Suchthilfe eingesetzt? Ist die Achtsamkeit ein neues Prinzip in der Suchthilfe, oder war sie schon immer da? Was genau bedeutet – Suchthilfe im hier und jetzt? In dem Workshop möchten wir uns praktisch und theoretisch mit diesen und weiten Fragen befassen. Dabei kommen Übungen aus dem Programm zur Achtsamkeitsbasierten Rückfallprävention (Mindfulness Based Relapse Prevention, MBRP) das als Nachsorgeprogramm von Marlatt und seine Mitarbeiterinnen entwickelt wurde zum Einsatz.

Ina Rath M.A. Dipl. Sozialarbeiterin – Sozialtherapeutin, Wuppertal

Michael Lingemann (FAS NRW)

Workshop 7*

Ich als „Mentor(in)“ und „Gatekeeper(in)“ für Suchtprävention im Klassenzimmer

Wir nutzen den gemeinsamen Erfahrungsaustausch als Betroffene bei Suchtpräventionsveranstaltungen im Klassenzimmer um eine Strategie zu entwickeln, wie die optimale Funktion der eigenen Person als Mentor(in) und Gatekeeper(in) im Klassenzimmer erreicht werden kann. Es geht hierbei darum, mit den SchülerInnen in Kontakt zu treten und ihnen in der Funktion des „Gatekeepers“ zu ermöglichen, eigene Geschichten und Probleme anzugehen und dabei trotzdem die eigenen Grenzen zu schützen. Außerdem in einer Stunde die Herausforderung und Chance wahrzunehmen, als MentorIn Vorbild und AnsprechpartnerIn für „heikle Lebensfragen“ außerhalb des Schulsystems zu sein. Grundlage: Vorerfahrungen als Mentor(in) und/oder Betroffene(r) bei Suchtpräventionsveranstaltungen im Klassenzimmer sind von Vorteil, aber nicht notwendig.

Christina Wippermann, Diplompsychologin, Heidelberg

Mitentwicklerin und Trainerin des EU-geförderten Resilienz- und Suchtpräventionsprogramms REBOUND.

<http://my-rebound.de/dipl-psych-christina-wippermann>

Workshop 8**

Auftanken durch Yoga

physische und psychische Leistung steigern durch Konzentration und Entspannung – „Balance by Breathing“

Wie wir jeden Tag Nahrung zu uns nehmen um unseren Körper mit Energie zu versorgen – so atmen wir jede Minute, damit unsere Zellen Sauerstoff erhalten. Doch selten schenken wir diesem Prozess viel Aufmerksamkeit. Wenn Sie lernen sich die Zeit bewusst zu nehmen und aus ihr Kraft zu schöpfen, werden Sie „balance by breathing“ erfahren.

In diesem Yoga-Workshop bekommen Sie erste Einblicke, wie Sie mit spezifischen Atemtechniken

- Ihre physische & psychische Leistung steigern können
- Ihre Konzentrationsfähigkeit verbessern können
- Ihre Muskelkraft in allen Muskelpartien stärken können
- gezielt körperliche, geistige und seelische Entspannungszustände trainieren können
- während der Bewegung, im Liegen und im Sitzen meditieren können

Christina Wippermann, Diplompsychologin, Heidelberg

<http://www.yoga-hd.de/>

***) nur nachmittags

Anmeldung

Bitte richten Sie Ihre Anmeldung mit anhängendem Formular für bis zu zwei Arbeitsgruppen bis spätestens zum **24. Oktober 2013** an die

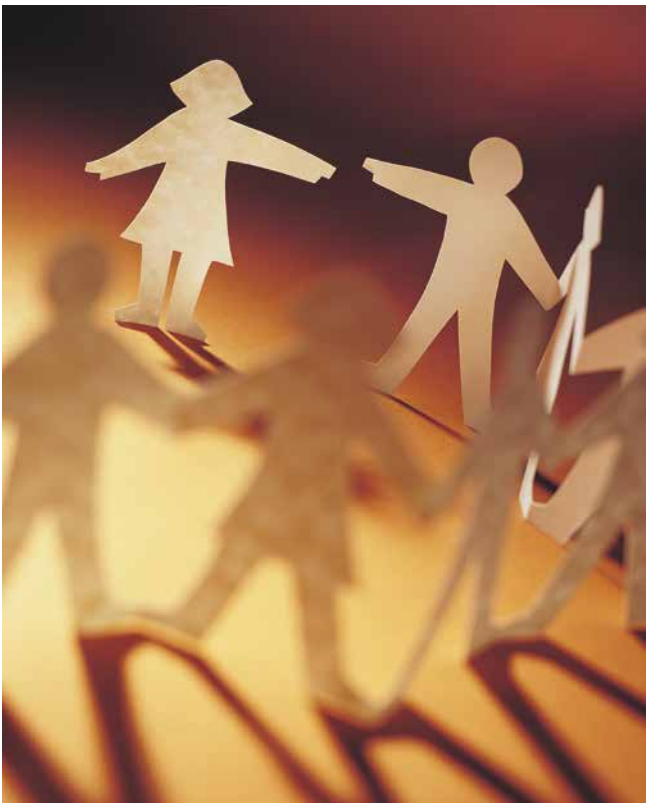
Nordrheinische Arbeitsgemeinschaft für Suchtfragen

Saarner Straße 137

45479 Mülheim

E-Mail: usa@guttempler-nrw.de

Fax: 0208 48 65 16



Organisatorisches

Anreise

Die Tagungsstätte befindet sich im Düsseldorfer Ortsteil Garath.

PKW-Fahrer

kommen über die Autobahn A 59 Düsseldorf-Leverkusen, Abfahrt Garath, Hauptdurchgangsstraße Richtung TÜV, hinter dem Heizwerk 1. Straße rechts.

Mit der Bahn

S-Bahn S6 (Essen Hbf – Düsseldorf Hbf – Köln Hbf) bis Haltestelle Düsseldorf-Garath

Fußweg vom S-Bahnhof zur Freizeitstätte Garath: nach der Treppe rechts, nächste links, sofort schräg rechts, Eckhaus Freizeitstätte Garath.

Tagungskosten

Die Tagungskosten betragen einschließlich eines Imbisses 10 Euro, die in bar vor Ort zu entrichten sind.

Veranstalter

Die Nordrheinische Arbeitsgemeinschaft für Suchtfragen ist ein Zusammenschluss der im Gebiet Nordrhein arbeitenden Verbände der Freien Wohlfahrtspflege, die in der Suchtkrankenhilfe tätig sind.



Anmeldung

zur Fachtagung in Düsseldorf-Garath 2013

(bitte 2 Workshops ankreuzen)

	11.30 Uhr	14 Uhr
Workshop 1 Kooperation in der Suchthilfe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 2 Gender – weil Frauen und Männer anders krank sind ...	<input type="checkbox"/>	
Workshop 3 Kraft in der Gruppe – aktivierende (und) erlebnisorientierte Methoden zur Gruppengestaltung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 4 Männergruppe „Gender ist auch Männersache“	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 5 Frauengruppe „Für uns selbst“	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 6 Achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 7 Suchtprävention im Klassenzimmer – Strategien als Mentorin und „Gatekeeperin“	<input type="checkbox"/>	
Workshop 8 Auftanken durch Yoga		<input type="checkbox"/>



Absender:

Name

Straße

PLZ, Ort

E-Mail

An die

**Nordrheinische Arbeits-
gemeinschaft für Suchttragen**

Saarner Straße 137

45479 Mülheim