

denk quer ! 2011

Für Betroffene, die sich in Selbsthilfegruppen engagieren

Mittwoch, 8. Juni 2011, Schweizerisches Arbeiterhilfswerk / SHA Zentralschweiz, Luzern

Wie viel Leitung brauchen Gruppen?

Funktioniert eine Selbsthilfegruppe ohne eine Gruppenleitung? Es gibt unterschiedliche Rollen und Funktionen in Selbsthilfegruppen. In dieser Fortbildung werden wir untersuchen, wie es gelingen kann, dass jede/r mit den eigenen Bedürfnissen, Stärken und Neigungen den angemessenen Platz in der Gruppe finden kann und welche Möglichkeiten es gibt, Überlastungssituationen zu bewältigen und zu verhindern.

Leitung: Klaus Vogelsänger, Co-Leiter Selbsthilfezentren Kanton Bern-Mittelland

Mittwoch, 26. Oktober 2011, Chur, ARGO Wohnheim

Gemeinsam neue Perspektiven entwickeln

Wenn's anhaltend schwierig ist, versucht man häufig ausdauernd und mit gleichen Mitteln die Situation zu bewältigen, auch wenn es nichts nützt. Wie bringt man Bewegung in festgefahrene Gedanken und Verhaltensweisen, die trotz positiver Absichten nicht zum erwünschten Ziel führen? Wie lernt man glaubwürdig neue Perspektiven zu entwickeln? In der Selbsthilfegruppe haben die Mitglieder die tolle Chance, „sich selbst durch andere Augen zu sehen“. Je offener und ehrlicher in der Gruppe kommuniziert wird, desto mehr entfaltet sich ihr grosses Potenzial und ermöglicht Entwicklung und Wandel.

Leitung: Ruth Herzog-Diem, Stiftung KOSCH, Assistenz: Ursina Kipfmüller, Leiterin Team Selbsthilfe Graubünden

Mardi, 04. Octobre 2011, Lausanne, Bénévolat-Vaud

Animer les rencontres de groupe

Faciliter les échanges dans un groupe d'entraide pour renforcer les ressources de chacun.

- Equilibrer l'expression des personnes
- Eviter que les personnes sortent démoralisées d'une rencontre
- Encourager sans donner de conseils
- Savoir poser des limites aux personnes qui « prennent trop de place »
- Développer de nouvelles perspectives pour le groupe

Direction: Ruth Herzog-Diem, Stiftung KOSCH, Assistante: Joëlle Toplitisch, Bénévolat-Vaud