

SEMINARPROGRAMM 2019



Liebe Mitglieder unseres Landesverbandes!

Wie jedes Jahr stellen wir für Sie ein kleines Angebot an Seminaren zusammen. Die Seminare tragen dazu bei, Sie bei der Bewältigung der Herausforderungen, die mit der psychischen Erkrankung eines Angehörigen einhergehen, zu unterstützen. Auch für das Jahr 2019 ist es uns gelungen, wieder interessante Themen ins Programm aufzunehmen. Zwei davon sind Ihnen schon aus dem Vorjahr bekannt: „Die Trauer der Angehörigen“ und „Die Kommunikation mit ‚schwierigen‘ Menschen“. Beide stießen auf so große Resonanz, dass wir einigen Interessenten absagen mussten. Daher gibt es dieses Jahr erneut die Möglichkeit, sich mit diesen Themen zu beschäftigen. Die anderen beiden Seminarinhalte liegen uns auch schon lange auf dem Herzen: ein Seminartag nur für Geschwister psychisch erkrankter Menschen und ein ganzes Seminarwochenende zur Thematik „Über weibliche und männliche Wege mit Krisen und herausfordernden Gefühlen umzugehen.“ Die Details zu allen Seminaren finden Sie im Folgenden.

Die Anzahl der Teilnehmer ist jeweils begrenzt. Erfahrungsgemäß ist die Nachfrage für die Seminare so groß, dass nicht alle Interessenten daran teilnehmen können. Wir empfehlen Ihnen daher, sich baldmöglichst anzumelden. Unsere Anmelde- und Teilnahmebedingungen bitten wir dabei zu beachten.

Fragen zum Angebot und zur Durchführung der Seminare beantwortet Ihnen unsere Geschäftsstellenleiterin Alexandra Chuonyo, Telefon: 089/51 08 63 25.

Mit freundlichen Grüßen

Karl Heinz Möhrmann
1. Vorsitzender

P.S. Hinweisen möchten wir Sie auch noch auf das Wochenend-Seminar für Angehörige psychisch erkrankter Menschen vom 08. bis 10. März 2019 beim Bildungswerk Irsee, das in Kooperation mit uns angeboten wird. Details dazu entnehmen Sie der Homepage www.bildungswerk-irsee.de. Auf Nachfrage erhalten Sie das Programm aber auch von unserer Geschäftsstelle zugesandt.

ANMELDE- UND TEILNAHMEBEDINGUNGEN

1. Bitte benutzen Sie für Ihre Anmeldung das umseitige Anmeldeformular oder senden Sie uns eine E-Mail an: lvbayern_apk@t-online.de
2. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.
3. Wir informieren Sie nach Eingang Ihrer Anmeldung, ob Ihre Anmeldung erfolgreich war oder das Seminar bereits ausgebucht ist und wir Sie nur auf der Warteliste vermerken konnten.
4. Mit der Anmeldebestätigung erhalten Sie die Rechnung für den Teilnahmegebühr.
5. Die Anmeldung wird nur wirksam, wenn die Teilnahmegebühr innerhalb der in der Rechnung angegebenen Frist bei uns eingegangen ist. Ansonsten verlieren Sie den reservierten Platz und dieser wird an andere Interessenten vergeben.
7. Eine Teilnahme ohne vorherige Anmeldung und Überweisung der Teilnahmegebühr ist nicht möglich.
8. Eine Rückerstattung der Teilnahmegebühr ist nur möglich, wenn diese mehr als 20 Euro für das Seminar beträgt. Hierbei gilt: Bei einer Absage bis 14 Tage vor Seminarbeginn wird die volle Gebühr erstattet, bei einer kurzfristigeren Absage nur 50% der Gebühr.

ANMELDUNG

An:

Landesverband Bayern ApK
Pappenheimstr. 7
80335 München

Fax: 089/51 08 63 28

E-Mail: lvbayern_apk@t-online.de

Ich melde mich für folgende Seminare verbindlich an:

- „Geschwister psychisch erkrankter Menschen“
am 01. Juni 2019 in München
- „Kommunikationstraining zum Umgang mit ‘schwierigen’ Menschen“
am 13. und 14. Juli 2019 in Nürnberg
- „Männer sind anders – Frauen auch ... Über weibliche und männliche Wege mit Krisen
und herausfordernden Gefühlen umzugehen“
von 13. bis 15. September 2019 in Bernried
 - Ich bitte um die Reservierung eines Einzelzimmers.
 - Wir bitten um die Reservierung eines Zweibettzimmers.
- „Ungeweinte Tränen – Die Trauer der Angehörigen“
am 12. Oktober 2019 in Deggendorf

Name/n:

Straße:

PLZ/Ort:

Telefon:

E-Mail:

Mit meiner Unterschrift bestätige ich die Anerkennung der Anmelde- und Teilnahmebedingungen.

Datum: Unterschrift:

Geschwister psychisch erkrankter Menschen

Termin:

1. Juni 2019
10.00 bis 16.00 Uhr

Ort:

LAG Selbsthilfe
Orleansplatz 3
81677 München

Referentin:

Mag. Annette Hördinger,
Klinische und Gesundheits-
psychologin

Zielgruppe:

Geschwister psychisch
erkrankter Menschen

Kosten: 20 Euro

Verpflegung inklusive

Geschwister psychisch erkrankter Menschen nehmen in der Familie eine ganz besondere Rolle ein, damit verknüpft sind vielfältige Erwartungen. Viele Eltern erwarten, dass Geschwister den Kontakt zum Erkrankten halten, dass sie sich um ihn kümmern bis hin, dass sie die rechtliche Betreuung übernehmen und als Vor-erbe im Rahmen eines Behindertentestaments eintreten. Demgegenüber kann aber die Erfahrung der gesunden Geschwister stehen, dass sie selbst mit ihren eigenen Bedürfnissen von den Eltern übersehen wurden, weil sich alles um den Erkrankten in der Familie drehte. Innerpsychische Konflikte sind die Folge. Geschwister stehen vor der herausfordernden Frage, wie viel sie übernehmen können und wollen, und wie sie für ihre Entscheidung eintreten können ohne familiäre Konflikte auszulösen.

Mit diesem Seminar wollen wir Geschwistern die Möglichkeit geben, sich mit anderen Schwestern und Brüdern auszutauschen, die eigenen Gefühle und die spezifische Lebenssituation zu reflektieren.

Themen wie Trauer, Verantwortung, Beeinträchtigung des eigenen Lebens, Rückkehr zu einer unbeschwerten Geschwisterbeziehung und Selbstfürsorge werden erörtert.

Die Seminarteilnehmer erhalten von der Referentin Annette Hördinger theoretischen Input aus psychologischer Sicht zur Thematik und eine fachkundige Begleitung durch den Tag. Annette Hördinger moderiert bereits seit 10 Jahren Selbsthilfegruppen für Geschwister von psychisch erkrankten Menschen unter dem Dach der HPE Österreich (Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter) und bringt daher einen großen Erfahrungsschatz mit.

Kommunikationstraining zum Umgang mit „schwierigen“ Menschen

Termin:

13. und 14. Juli 2019
Samstag, 13. Juli 2019:
10.00 bis 17.00 Uhr
Sonntag, 14. Juli 2019:
9.30 bis 16.00 Uhr

Ort:

Caritas-Pirckheimer-Haus
Königstraße 64
90402 Nürnberg

Referent:

Dr. Dipl. Psych. Jürgen Killus,
Psychotherapeut und Supervisor

Zielgruppe:

Alle Angehörigen

Kosten: 60 Euro

Für zwei Seminartage
Verpflegung inklusive

Angehörige geraten im Gespräch mit ihrem erkrankten Angehörigen immer wieder an ihre Grenzen. Gesprächssituationen eskalieren und enden im Streit, in Frustration, in Verzweiflung, in Schuldgefühlen, aber auch in gegenseitigen Schuldzuweisungen. All dies behindert weitere Kommunikationsversuche und belastet das Verhältnis der Beteiligten stark.

Bei diesem Seminar wird der Referent Dr. Killus psychische Funktionsprinzipien erläutern, Hintergründe für depressive und aggressive Verhaltensweisen erklären, Strategien bei Rückzug und Aggression und die Theorie der SET-Kommunikation vermitteln. Diese zeichnet sich dadurch aus, klar, strukturiert und zielführend zu sein, gleichzeitig aber auch mitfühlend für die Situation und das Empfinden des Erkrankten.

Neben diesen theoretischen Inhalten steht in dem Seminar das Einüben in Rollenspielen anhand von erlebten Situationen im Vordergrund. Dadurch wird es den Teilnehmern ermöglicht, Ihre Kommunikationsweise zu überdenken und zu verändern. Ziel ist die Schaffung einer stabilen Kommunikationsbasis, damit Kommunikation nicht abreißt.

Die Teilnehmer sollten die Bereitschaft zu Rollenspielen und Selbstreflexion mitbringen.

Es handelt sich um ein zweitägiges Seminar, so dass auch die Zeit für ein ganzes Wochenende mitzubringen ist.

„Männer sind anders – Frauen auch ... Über weibliche und männliche Wege mit Krisen und herausfordernden Gefühlen umzugehen“

Termin:

13. bis 15. September 2019
Freitag ab 15.00 Uhr
Sonntag bis 13.00 Uhr

Ort:

Bildungshaus St. Martin
Klosterhof 8
82347 Bernried am
Starnberger See

Moderatoren:

Klaus Vogelsänger und Eva Scheller, beide erfahrene Workshop-Leiter für Kommunikation, Coaching und Lebensberatung

Zielgruppe:

Männer, Frauen, als Paar oder auch einzeln

Kosten:

120 Euro pro Person bei Übernachtung im Zweibettzimmer

160 Euro bei Übernachtung im Einzelzimmer

Inclusive 2 Übernachtungen und Vollpension

Männer und Frauen haben zwar ähnliche Empfindungen und Sorgen, sie drücken sie aber anders aus und verarbeiten sie anders. Ohne verallgemeinern zu wollen, sprechen Männer nicht so sehr über ihre Gefühle und Ängste, sie wollen es oft mit sich selbst „ausmachen“ oder auch die Partnerin schützen. Dadurch erlischt mit der Zeit jede Kommunikation und zu den großen Sorgen mit dem erkrankten Angehörigen kommt noch das Unvermögen der Kommunikation untereinander. Im schlimmsten Fall fühlt man sich vom Partner nicht verstanden und alleine gelassen, ja es zerbrechen Partnerschaften, Ehen oder Familien deshalb.

Das Seminar wendet sich an Männer und Frauen – die aber nicht als Paare teilnehmen müssen. Alle Angehörigen sind willkommen, die interessiert daran sind, „in sich rein zu horchen“, Gefühle, Ängste und Sorgen zu erkennen, diese auszudrücken und miteinander zu kommunizieren. Begleitet werden die Seminarteilnehmer durch einen männlichen und eine weibliche Moderatorin, die anhand von Methodenvielfalt der Gruppe viele Möglichkeiten zur Reflexion und zum Austausch miteinander bieten.

Ziele des Seminars sind: Verständnis für den Anderen wecken; Spüren und Benennen von Gefühlen; Erlaubnis, nicht immer stark sein zu müssen; Miteinander im Gespräch bleiben. All das, damit man gemeinsam Kraft hat für den erkrankten Angehörigen.

Das Seminarhaus des Klosters der Missions-Benedektinerinnen direkt am Starnberger See gelegen, bietet eine inspirierende, und zugleich beruhigende Atmosphäre für dieses Seminar.

„Ungeweinte Tränen“ – Die Trauer der Angehörigen

Termin:

12. Oktober 2019
10.00 bis 16.00 Uhr

Ort:

Klinik Angermühle
Am Stadtpark 1
94469 Deggendorf

Referentin:

Karina Kopp-Breinlinger,
Leiterin am Münchner Institut für Trauerpädagogik und selbst betroffene Mutter

Zielgruppe:

Alle Angehörigen

Kosten: 20 Euro

Verpflegung inklusive

Als Angehörige bezeichnen wir eher selten unsere Gefühle als Trauer, wir sind ja keine Hinterbliebenen. Unser Verlust ist kein Todesfall. Gleichwohl müssen wir als Angehörige von vielen Vorstellungen und Erwartungen Abschied nehmen. Und eigentlich immer stehen nicht wir, sondern unsere erkrankten Angehörigen im Mittelpunkt.

Dieser Seminartag beleuchtet in einem Vortrag die spezifische Trauer von Angehörigen psychisch erkrankter Menschen und bietet Raum für vertiefenden Austausch in Kleingruppen. Die Seminarteilnehmer werden den eigenen oft ungeweinten Tränen nachspüren: wo sie sich verstecken und wo sie sich zeigen dürfen.

Über diese Spurensuche können auch – vielleicht versteckte – Ressourcen gefunden werden.