

## Informationen

**VERANSTALTER:** Brandenburgische Landesstelle für Suchtfragen e.V. in Kooperation mit dem Fachverband Drogen- und Suchthilfe e.V.

**ZIELGRUPPE:** Leiter\*innen von Suchtselbsthilfegruppen, Leitungsnachwuchs, interessierte Gruppenmitglieder mit längerer Selbsthilfeeerfahrung

**ORT:** Haus & Gast im Bildungszentrum Elstal, Eduard-Scheve-Allee 3a, 14641 Wustermark

**ZEITSTRUKTUR:** Samstag, 11:00 Uhr bis Sonntag, 12:30 Uhr

**TEILNAHMEBEITRAG:** 70,00 € pro Person je Wochenende bei Unterbringung im Einzelzimmer

**Onlinebuchung:**  
[www.blsev.de/termine](http://www.blsev.de/termine)

Wenn Sie regelmäßig Informationen zu suchtspezifischen Fortbildungen und weiteren Veranstaltungen wünschen, abonnieren Sie bitte unter [www.blsev.de](http://www.blsev.de) den Newsletter der Brandenburgischen Landesstelle für Suchtfragen e.V.

**bls**

Brandenburgische Landesstelle für Suchtfragen e. V.

Brandenburgische Landesstelle für Suchtfragen e.V.

Behlerstraße 3A

Haus H1

14467 Potsdam

TELEFON: (0331) 581 380 26

FAX: (0331) 581 380 25

MAIL: [info@blsev.de](mailto:info@blsev.de)

WEB: [www.blsev.de](http://www.blsev.de)

BUCHEN: [www.blsev.de/termine](http://www.blsev.de/termine)

## Teilnahmebedingungen

Anmeldungen werden nur durch Buchung über unsere Internetseite ([www.blsev.de/termine](http://www.blsev.de/termine)) entgegengenommen.

Eine gesonderte Rechnungslegung erfolgt nicht. Nach erfolgter Onlinebuchung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung, die gleichzeitig als Rechnung dient. Eine Stornierung ist bis zu 21 Kalendertagen vor Veranstaltungsbeginn kostenlos möglich. Bei einer Stornierung ab 20 Kalendertagen vor Veranstaltungsbeginn und bei Nichterscheinen wird der volle Teilnehmerbeitrag erhoben. Es be-

steht die Möglichkeit, kostenfrei eine\*n Ersatzteilnehmer\*in zu benennen. Bitte überweisen Sie den Teilnehmerbeitrag bis zum jeweils angegebenen Termin auf das in Ihrer Buchungsbestätigung angegebene Konto der BLS e.V. Eine Barzahlung ist nicht möglich. Im Teilnehmerbeitrag sind die Fortbildungskosten, die Teilnehmerunterlagen, die Übernachtungskosten im Einzelzimmer (inklusive Bettwäsche und Handtücher) sowie die Verpflegung während der Veranstaltung enthalten. Alle Fortbildungswochenenden können einzeln gebucht werden. Nach Abschluss eines Wochenendes erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung. Bei der

Teilnahme an drei Wochenenden dieser Fortbildungsreihe erhalten Sie anschließend das Zertifikat *Qualifizierte\*r Suchtselbsthilfegruppenleiter\*in*.

MIT FREUNDLICHER  
UNTERSTÜTZUNG DURCH



**bls**

Brandenburgische Landesstelle für Suchtfragen e. V.

Fachverband Drogen- und Suchthilfe e.V.

**fdr**

**Veranstalter:**  
Brandenburgische Landesstelle für Suchtfragen e.V.  
in Kooperation mit dem Fachverband Drogen- und Suchthilfe e.V.

**Fortbildungsreihe 2021  
für Leiter\*innen von  
Suchtselbsthilfegruppen**



## 1 Mut kennt viele Facetten: Mit Märchen mutig unterwegs

**TERMIN:** 29./30.05.2021

**LEITUNG:** Katja Breitling, MärchenWirkStätte, Lüneburg

**INHALTE:** In diesem Workshop liegt der Fokus auf den verschiedenen Facetten des Mutes: Demut, Großmut, Übermut, Schwermut u.v.m. Sich mit Mut zu beschäftigen bedeutet zugleich, sich mit Ängsten auseinander zu setzen. Mit Ängsten haben alle Menschen zu tun. Allein sich diese bewusst zu machen,

bedeutet schon Mut. Die Auseinandersetzung mit sich selbst ist der goldene, mutige Weg der Suchtrückfallprävention, der in diesem Seminar mithilfe von Märchen besprochen werden soll.

### THEMEN:

- Welche Arten von Mut gibt es?
- Wie können wir Märchen nutzen, um uns mit dem Thema Mut zu befassen?
- Welchen Zusammenhang hat Mut mit unserer Arbeit in der Selbsthilfe?

## 2 Selbstwert, Selbstvertrauen, Selbstliebe erlangen

**TERMIN:** 17./18.07.2021

**LEITUNG:** Martina Arndt-Ickert, Fachverband Drogen- und Suchthilfe e.V., Berlin

**INHALTE:** Suchtmittel werden von vielen Menschen eingesetzt, um fehlendes Selbstvertrauen zu kompensieren und Unsicherheiten weniger zu spüren. Die Aufrechterhaltung der Abstinenz ist ein stetiger Prozess der Selbst-Reflexion. Was macht mich heute aus und liebenswert? Was habe ich für Ressourcen und welche habe

ich durch den Abstinenzprozess dazu gewonnen? Welche Kompetenzen sehen andere in mir? Mit diesem Seminar werden wir uns mit diesen Fragen des Selbstwertes auseinandersetzen. Auch die Weiterführung der Themen in der Suchtselbsthilfegruppe wird uns beschäftigen.

### THEMEN:

- Was macht mich aus?
- Wie stärke ich meinen Selbstwert?
- Wie kann ich meine Ressourcen und die der Gruppenteilnehmer nutzen, um den individuellen Abstinenzprozess zu stärken?

## 3 Suchtverlagerung – Süchtige Verhaltensweisen

**TERMIN:** 11./12. 09. 2021

**LEITUNG:** Franziska Weise, ICHTYS e.V.

**INHALTE:** Mit dem Erreichen von Abstinenz ist die Suche nach entlastenden Zuständen nicht vorbei. Der Wunsch, sich kurzfristig in angenehme Bewusstseinszustände zu versetzen, bleibt bestehen und verstärkt sich, wenn vermehrt Probleme im Alltag auftreten. Einige der im ersten Moment kurzfristig entlastenden Verhaltensweisen können jedoch mehr Probleme als

Entlastung schaffen bis hin zur Abhängigkeit. Wir sehen uns an, wie Internet-, Glücksspiel-, Wett-, Arbeitssucht etc. sich entwickeln, was Hinweise auf eine Problementwicklung sind und welche Hilfs- und Behandlungsangebote es gibt.

### THEMEN:

- Was sind süchtige Verhaltensweisen?
- Wie erkennt man süchtige/problematische Verhaltensweisen?
- Wie gehe ich im Rahmen der Selbsthilfe mit süchtigen Verhaltensweisen bei Teilnehmer\*innen um?
- Welche Hilfsangebote gibt es bei süchtigen Verhaltensweisen?

## 4 Krise als Chance

**TERMIN:** 16./17.10.2020

**LEITUNG:** Bettina Fraenkel, Berliner Krisendienst Südost

**INHALTE:** Hintergrund von Krisen sind oft persönliche Übergangssituationen wie Trennung, Abschied, Arbeitsplatzverlust, Renteneintritt etc. Je nach persönlichen Möglichkeiten können Krisen kreativ für die persönliche Weiterentwicklung als Ressource genutzt werden oder in die Verzweiflung führen.

In diesem Seminar sollen die Erfahrungen von Suchtselbsthilfegruppen mit Krisen genutzt und mit theoretischem Input ergänzt werden.

**Hinweis:** Die persönliche Bearbeitung aktueller Krisen steht nicht im Vordergrund dieses Seminars.

### Themen:

- Wie entstehen Krisen?
- Welche Krisen gibt es und wie erkenne ich sie?
- Wie gehe ich im Rahmen der Selbsthilfe mit Krisen Einzelner um? Welche Möglichkeiten hat die Gruppe?
- Wo liegen die Grenzen der Selbsthilfe bei Krisen? Welche anderen Möglichkeiten der Hilfe gibt es?