

## **Fortbildung „Die Gruppenseele stärken“**

*Anregungen für ein lebendiges und inspirierendes (Selbsthilfe-) Gruppenleben*

**Samstag, 13. Mai 2023, 10.00-17.00 Uhr**

In Selbsthilfegruppen geht es um jeden Einzelnen, um individuelle Entwicklung, um das Entdecken und Wiederfinden eigener Ressourcen und Qualitäten und Visionen. Es geht um tiefes Verstehen und das integrieren von Herausforderungen auf vielen Ebenen. Neben diesen individuell-persönlichen Aspekten bildet jede Selbsthilfegruppe eine Gemeinschaft, einen kooperativen Raum, der über die persönlich-individuellen Ebenen hinausgeht. Und alles ist miteinander vernetzt, bedingt sich gegenseitig und ist voneinander abhängig.

Wie gelingt engagiertes, lebendiges und vertrauensvolles Zusammenwirken innerhalb einer Gruppe. Welche kreativen Möglichkeiten von Kooperation und Kommunikation eröffnen sich auch angesichts unterschiedlicher Bedürfnisse und Sichtweisen?

Was fördert die Motivation von Menschen sich zu aktivieren und ein lebendiges Gruppenleben zu entwickeln, in dem die Gruppe sich zu einer zur Gemeinschaft entfalten kann und in der, alle Beteiligten Lust auf Mitgestaltung entwickeln.

In dieser Fortbildung werden wir erforschen, wie es möglich ist, dass jede/r mit den eigenen Ressourcen, Bedürfnissen und Neigungen den angemessenen Platz in der Gruppe finden kann. Die persönlichen Erfahrungen und Fragen der Teilnehmerinnen bilden die Grundlage für ein erlebnisreiches, inspirierendes und auch humorvolles Seminar.

### **Mögliche Themenschwerpunkte:**

- Die aktuelle Ausgangslage reflektieren
- Die eigene Rolle und Funktion klären
- Authentische Kommunikation
- Umgang mit herausfordernden Situationen und Menschen
- Kreative Impuls für die Gruppenarbeit

### **Methoden:**

- Erfahrungs- und erlebnisorientierte Methoden
- Künstlerisch- kreative Methoden
- Übungen zur Anregung der Selbstwahrnehmung
- Empathisches Feedback

### **Leitung:**

Klaus Vogelsänger, Diplom-Sozialpädagoge mit Ausbildungen in Empathischem Coaching, Theaterpädagogik und Systemischer Familientherapie. Langjähriger Fachberater in Selbsthilfe-Kontaktstellen in Deutschland und in der Schweiz.

### **Ort:**

Selbsthilfe-Kontaktstelle Köln, Marsilstein 4-6, 50676 Köln, Konferenzraum

Bitte melden Sie sich bei Interesse bis spätestens zum **13. April 2023** an.