

## Bericht zur „Qualifizierten Weiterbildung für Ehrenamtliche in der Suchtkrankenhilfe“

### Staffel 12 – Blockseminar 1 – 31.01.2020 bis 02.02.2020

Am Freitag 31.01.2020 geht's los im Haus am Maiberg in Heppenheim, der Stuhlkreis im Unterrichtsraum ist fast vollständig besetzt, wir werden mit Gummibärchen und einem Schokoladenkäfer begrüßt, die beiden Moderatoren Mathias Brendel und Günther Kirchner stellen sich vor und schlagen ein Kennen Lernspiel vor:

Jeweils zwei Personen werden zusammengelost; jeder der beiden erzählt dem anderen kurz seine Suchtgeschichte, der jeweils andere muss sie sich merken und dann vor versammelter Mannschaft vortragen soweit er sich erinnern an, der Beschriebene ergänzt die Informationen, schöner Beginn, so lernt man sich ein wenig kennen.



Nach Darstellung der Ausbildungsplanung, der Organisation an sich und Klärung von Fragen ist auch schon die ausgiebige Mittagspause mit leckerem Essen in Buffetform mit anschließendem Kaffee und Kuchen, um 15:00 Uhr geht's dann in Kleingruppen wieder an die Ausbildung

Thema sind Erwartungen und Motivation für die Ausbildung zum Suchthelfer. Wir bearbeiten in Gruppen die Hauptfragen:

- Weshalb habe ich mich für diese Weiterbildung entschieden?
- Was erhoffe ich mir davon?
- Welche Befürchtungen habe ich?

Im Plenum bekommen wir für jede Frage zahlreiche Antworten zusammen (Befürchtungen haben wir eigentlich nicht)

Anschließend ist Abendessen, ein paar Leute spazieren noch in die Heppenheimer Altstadt, dann ist jeder angenehm müde vom Tag und geht aufs Zimmer

Samstag, den 01. Februar beginnen wir mit einem ausgiebigen Frühstück (wer will kann vorher noch 15 Minuten meditieren), um 09:00 Uhr kommen wir im Plenum zusammen:

Silvia Altmannsberger, stellvertretende Geschäftsführerin des Kreuzbund e.V. Mainz und Herbert Rogge, der Geschäftsführer erklären und diskutieren mit uns als Gruppe den Stellenwert der Selbsthilfe im Suchthilfesystem.

Nach dem wieder sehr guten Mittagessen und ausgiebiger Pause geht es zum heutigen Hauptthema:

Eigene Erfahrungen und Erwartungen in der Sucht-Selbsthilfegruppe

Zunächst wird Sucht definiert, dann werden 3 Fragen aufgeworfen, wobei wir uns ein wenig in die Rolle als Gruppenleiter einfühlen sollen:

- Meine positiven Erfahrungen mit der SHG und deren Leitung
- Meine negativen Erfahrungen mit der SHG und deren Leitung
- Was wünsche ich was mir besser gelänge als Leiter einer SHG

Wieder in ausgelosten Gruppen analysieren wir das Thema und diskutieren bis zum Abendessen ausführlich

Nach dem Abendessen besteht die Möglichkeit den Wortgottesdienst von Martin Huber zu besuchen, anschließend gehen alle aufs Zimmer, draußen regnet es in Strömen, Erholung und Nachtruhe ist angesagt.

Am Sonntag den 02.02.2020 beginnen wir nach Meditation (wer will) und Frühstück unser letztes Thema des ersten Blockseminars: Kommunikation

Zuerst definieren wir Kommunikation dann macht jeder einen Kommunikationstest in dem es darum geht in 12 gegebenen Situation unter den jeweils 4 Antwortmöglichkeiten spontan die voraussichtliche eigene Handlung auszuwählen.

Durch die gesetzten Kreuze lässt sich anschließend auswerten auf welcher Kommunikationsebene jeder einzelne von uns in erster Linie kommuniziert: dem Sach-Ohr, dem Beziehungsohr, dem Appell-Ohr oder dem Selbstaussage-Ohr. Wir lernen vom Kommunikationsforscher Prof. Dr. Friedemann Schulz von Thun der dieses Kommunikationsquadrat oder Vier-Ohren-Modell entwickelt hat ein wenig über unsere eigenen Stärken und Schwächen bei der eigenen Kommunikation und diskutieren eingehend darüber.

Schon ist wieder Zeit zum Mittagessen, wir sitzen noch beisammen, dann packt jeder seine Sachen, wir verabschieden uns und jeder fährt die mehr oder weniger lange Strecke nach Hause: Bis zum nächsten Blockseminar im Mai, hoffentlich ist das Wetter dann ein bisschen besser.

Frank Struhler