



Termine: Immer montags, von 18-19.30 Uhr am

7. März, 9. Mai, 5. September, 28. November 2022

Moderation: Gabriele Becker

Ort: WIESE e.V., Café, Eulerstr. 17, Essen-Altendorf
oder virtuell via Zoom

Februar 2022

Selbsthilfe live – Gruppenarbeit unter der Lupe

Liebe Selbsthilfgruppen-Mitglieder,

in Kontakt kommen mit Mitgliedern anderer Selbsthilfgruppen, sich wechselseitig austauschen über den Verlauf der jeweiligen Selbsthilfgruppe, hören, wie es in anderen Gruppen klappt – dazu laden wir Sie viermal im Jahr ein.

Andere Gruppenmitglieder haben vielleicht ähnliche Erfahrungen und Beobachtungen gemacht und ein Austausch darüber kann dazu beitragen, Situationen besser einzuschätzen, Lösungen zu beschleunigen oder einfach Anregungen zu bekommen.

Vielleicht besteht auch Interesse, gemeinsam Konzepte oder Lösungen zu einzelnen Themen zu erarbeiten.

Themen könnten sein:

- Was tun, wenn es mir nach der Gruppe schlecht geht?
- Wie kann ein Zugehörigkeitsgefühl zur Gruppe aufgebaut werden?
- Wie geht die Gruppe mit Abschieden von der Gruppe um?
- Wie kann Verantwortung in der Gruppe gleichmäßiger verteilt werden?
- Wie kann ich sachlich bleiben, wenn ich emotional eingebunden bin?
- ?????.....

„Selbsthilfe live“ ist ein Angebot für alle Selbsthilfgruppen-Mitglieder. Es bietet die Möglichkeit, selbsthilfe-relevante Themen einzubringen, die Ihnen wichtig sind. Machen Sie mit! Entweder in dem Sie ein Thema einbringen oder mit Ihren Diskussionsbeiträgen.

Wir bitten um Ihre rechtzeitige Anmeldung für die einzelnen Veranstaltungen. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Die erste Veranstaltung in diesem Jahr am 7. März wird virtuell stattfinden.

Es grüßt Sie herzlich

Ihr WIESE-Team