

Kreuzbund Diözesanverband Köln e.V.



# Schulung für Gruppenleitungen

Qualifizierung in der ehrenamtlichen Sucht-  
Selbsthilfe



**2018**

## Vorwort

Liebe Weggefährtinnen und Weggefährten,

der Kreuzbund DV Köln e.V. bietet im Jahr 2018 in Kooperation mit dem Kreuzbund DV Aachen eine Schulung für Gruppenleitungen an. Diese orientiert sich inhaltlich und zeitlich an dem Rahmenkonzept des Bundesverbandes, Kreuzbund e.V.

Die Gruppenarbeit stellt das Herzstück der Sucht-Selbsthilfe des Kreuzbundes dar. Sie bietet Suchtkranken und Angehörigen die Möglichkeit, Sorgen und Probleme zu bewältigen, zu gesunden und ihre Persönlichkeit zu entwickeln. Die Gruppenleitung hat dabei eine verantwortungsvolle Funktion. Sie trägt wesentlich zum Gelingen der Gruppenarbeit bei und vertritt die Gruppe nach außen wie nach innen.

Für ihr Engagement benötigt die Gruppenleitung Unterstützung. Der Kreuzbund nimmt diese Herausforderung an und bietet Unterstützung und Begleitung in Form einer bundeseinheitlichen Schulung für Gruppenleitungen. Diese vermittelt Wissenswertes über die Leitung von Sucht-Selbsthilfegruppen sowie über den Kreuzbund als Verband.

Wir wünschen Euch  
Viel Freude und Erfolg  
Karen und Andrea

## ***Allgemeine Information***

Das erste und letzte Seminar dieser Schulungsreihe beginnt freitags um 18.00 Uhr mit dem Abendessen und endet sonntags nach dem Mittagessen. Die anderen Seminare beginnen jeweils samstags um 10.00 Uhr und enden Sonntagnachmittag gegen 16.00 Uhr.

Für den DV Köln wie für den DV Aachen stehen jeweils 8 Plätze (von maximal 16 Plätzen) zur Verfügung. Vorrangig für Gruppenleitungen die bereits im „Amt“ sind und noch keine Gruppenleitungsschulung oder ähnliche Schulungen besucht haben. An alle Interessierten schicken wir ca. Ende Oktober, einen kleinen Fragebogen betreff der Motivation zur Ausbildung.

Eine einzige Bedingung zur Zulassung der Schulung gibt es - eine zweijährige Abstinenzzeit. Wünschenswert ist natürlich auch eine regelmäßige Teilnahme an allen Blöcken der Schulung.

Die Kosten liegen bei 50,00 € pro Wochenende. Es kann in 2 Raten gezahlt werden: 150,00 € zu Beginn der Schulung, die zweite Rate in Höhe von 150,00 € wird fällig mit Beginn des Blockes 2a. Bei Zahlung des gesamten Betrages zu Beginn der Schulung können, wir einen Nachlass in Höhe von 50,00 € gewähren.

Die Gruppen können finanzielle Unterstützung für die Schulung und die Fahrtkosten bei den örtlichen Krankenkassen beantragen. Der Antrag muss vor Beginn der Schulung gestellt werden.

### Hilfe & Ansprechpartner

Andrea Stollfuß- DV Köln – 0171-7500666

Karen Sprenger- DV Aachen – 02151- 7899714

## **02.-04.03.2018 – Einführungsseminar / KSI**

Referentinnen: Andrea Stollfuß / Karen Sprenger / KB

- Vorstellung der TN / Kennenlernen / Motivation/ Regeln für die Schulung
- Suchtselbsthilfe im Kreuzbund: Arbeitsweise, Grundsätze der Kreuzbundarbeit, die Kreuzbundgruppen, spez. Gruppen, Arbeitsbereiche/Themengebiete, Chancen und Herausforderungen der Sucht-Selbsthilfe,
- Aufgabenstellung in Gesellschaft, Staat und Kirche, Subsidiarität
- Der Kreuzbund als Verband: Geschichte/ Leitbild / Satzung /Strukturen/BV und Rahmenbedingungen /Aufgaben und Ziele
- Material: BV-Satzung, Leitbild, Kreuzbund kompakt, Neue Wege weisen

## **14. - 15.04.2018 - Block 1a / KSI**

Referent: Uwe Zurhorst

- Die Gruppe: Gruppenbildung / Gruppenphasen und Gruppenprozesse / Rollenverteilung in der Gruppe / Gruppenstruktur TZI-Konzept,
- Allgemeine Gruppenregeln und Gesprächsregeln
- Organisation und Moderation der Gruppenarbeit und -themen

- Wichtige Haltungen in der Gruppenleitung: Authentizität /Einfühlsamkeit/Offenheit/Wertschätzung/ „Leiten nicht herrschen“
- Konflikte, Krisen, Störungen in der Gruppe

## **05. - 06.05.2018 - Block 1b/ KSI**

Referent: Uwe Zurhorst

- Allgemeine Grundlagen der Kommunikation und ihre unterschiedlichen Aspekte
- Unterschiedliche Absichten der Gesprächsführung: Informationsgespräch, Motivierende Gesprächsführung, Krisengespräche, Themenmoderation
- Bevorzugtes Kommunikationsverhalten in der Selbsthilfegruppe
- Möglichkeiten von Rückmeldungen und Praxisbegleitung

## **29. - 30.09.2018 - Block 2a / KSI**

Referent: Thomas Cramer

- Grundinformationen zur Sucht - Suchtentstehung
- Verlauf und Folgen von Sucht
- Suchtformen und Stoffkunde
- Rückfall
- Präventive Maßnahmen, Eingriffsmöglichkeiten, Handlungsalternativen
- Die Rolle der Selbsthilfegruppe

## 27. - 28.10.2018 - Block 2b/KSI

Referent: Uwe Zurhorst

- Anforderungen an die Persönlichkeit der Gruppenleitung  
Voraussetzungen / Selbsteinschätzung / Vorbildfunktion
- Psychohygiene: eigene Stabilität, eigene Stärken,  
Schwächen, Wünsche, Bedarfe gut kennen/  
Selbstfürsorge
- Aufgaben und Erwartungen an die Gruppenleitung: als  
einfaches Gruppenmitglied, als Leitung der Gruppe, als  
Repräsentant des Kreuzbund vor Ort, in der Region und  
als Repräsentant der Gruppe im Verband
- Team-Arbeit, Teilaufgaben delegieren
- Reflexion

## 16. - 18.11.2018 - Abschlussseminar / KSI

Referentinnen: Karen Sprenger/ Andrea Stollfuß

- Praxis und Wissen zu den Diözesanverbänden
- Öffentlichkeitsarbeit
- Praxisbezogene Themen, Wunschthemen
- **Abschluss und Übergabe der Zertifikate!!**  
Karen Sprenger /Andrea Stollfuß



## Über die Referenten und die Seminarinhalte

### **Uwe Zurhorst**

Kurz-Biografie

Dipl.-Sozialarbeiter, Kommunikationstrainer, Coach – leitet in Krefeld das Jugendwohnheim *Kolpinghaus*. Das Haus bietet als stationäre Jugendhilfeeinrichtung Unterstützung und Hilfe für minderjährige männliche Jugendliche ab 14 Jahren. Uwe Zurhorst hat bereits für die DV Aachen und Essen Schulungen für Gruppenleitungen durchgeführt und ebenso Seminare zu verschiedenen Themen geleitet.

### **Thomas Cramer**

Kurz-Biografie

1960 geboren, Sozialarbeiter und seit 1985 in der Suchtarbeit tätig, Dipl. Gruppentherapeut, systemischer Familientherapeut

wie Sozial- und Suchttherapeut beim Landschaftsverband Westfalen Lippe. Er war 7 Jahre in einer Klinik für Drogenabhängige am Niederrhein tätig und nun seit 17 Jahren in den Kliniken Wied im Westerwald als Gruppentherapeut. Seit 7 Jahren unterstützt und koordiniert Thomas Cramer die sich in der Klinik Wied vorstellenden Selbsthilfegruppen und führt etwa genauso lange Seminare und Schulungen für den Kreuzbund sowohl auf Bundesebene als auch auf der regionalen Ebene erfolgreich durch.

### **„Die Gruppe“ (Block 1a)**

Jeder Mensch ist von Geburt an in verschiedenste Gruppen eingebunden, Rollenverteilungen und soziale Regeln werden so zur Selbstverständlichkeit. Oft ist uns gar nicht bewusst, wie weit wir bestimmte Regeln verinnerlicht haben. Aussagen wie „das macht man doch nicht“ setzen voraus, dass jeder nicht nur die gleichen Regeln gelernt hat, sondern dass auch klar ist, dass sie von jedem befolgt werden sollen.

Gruppenleiter/innen werden jedoch immer wieder damit konfrontiert, dass das Miteinander in einer Gruppe nicht ganz so selbstverständlich abläuft. Daher ist es hilfreich, sich mit verschiedenen Konzepten zur Gruppendynamik auseinanderzusetzen. Das Wissen über die verschiedenen Aspekte, die im Bezug auf eine Gruppe zusammenspielen, kann helfen, eine Gruppe zu leiten und eine Atmosphäre von Offenheit und Wertschätzung aufzubauen, die es dem einzelnen Gruppenmitglied ermöglicht, auch z.B. Rückfälle zuzugeben und Hilfen anzunehmen.



## **„Kommunikation“ (Block 1b)**

Carl Rogers, Begründer einer der großen Therapierichtungen, hat festgestellt, dass kritische Situationen dann leichter bewältigt werden können, wenn Menschen mit jemandem reden, der sie wirklich versteht. Wenn ein Mensch merkt, dass der andere ihm und seinen Problemen folgen kann, braucht er sich nicht mehr anzustrengen, sich zu verteidigen oder sein Gegenüber zu belügen. Er hat dadurch mehr Energie frei und eine größere Bereitschaft, positive Lösungen zu finden.

Das müsste in einer Selbsthilfegruppe doch ganz einfach sein, hören wir also zu und sagen unserem Gegenüber, dass wir ihn verstehen, dann regelt sich alles von selbst ...

Leider gibt es eine Menge Situationen, in denen Menschen nicht klar ist, was sie fühlen und was sie wirklich wollen. Oder bei denen unser Gesprächspartner schon so in seinem Problem gefangen ist, dass er unehrlich sich selber und uns gegenüber ist. Hier setzt das Seminar an, mit Informationen über allgemeine Grundlagen der Kommunikation und konkreten Gesprächstechniken, mit denen verschiedene Gesprächssituationen (Krisengespräch, Themenmoderation usw.) bewältigt werden können.

## **Sucht (Block 2 a)**

"Warum bin ich süchtig geworden, mein Bruder nicht? Er kam doch aus dem gleichen "Stall". Wie entsteht Sucht, wer ist schuld? Vielleicht ist Sucht ja erblich, und ich kann gar nichts dafür? Ist ein Rückfall unausweichlich, gehört er immer zur

Suchterkrankung? Was tue ich bei einem Rückfall? Gibt es überhaupt den typischen Suchtverlauf? Was ist mit kontrolliertem Trinken, kann ich das lernen? Unterscheiden sich Abhängigkeiten von unterschiedlichen Stoffen, oder ist Sucht gleich Sucht? Welche Rolle spielt die Selbsthilfegruppe im Hilfesystem? - Diese und andere Fragen zur Suchtentstehung, zum Verlauf der Suchterkrankung und zu möglichen Hilfen sollen mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern an Hand der eigenen Erfahrungen bearbeitet werden. Dabei werden auch einzelne Suchtstoffe und deren Besonderheiten vorgestellt. Das Einbringen eigener Erfahrung über Wege in die Sucht und Wege aus der Sucht ist ausdrücklich erwünscht!"

### **Der Gruppenleiter-(Block 2 b)**

" In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit den Anforderungen an die Person der Gruppenleitung. Er soll Koordinator/in, Moderator/in, Repräsentant/in des Kreuzbundes sein, dabei doch noch Gruppenmitglied, soll Krisen bei anderen erkennen und dann intervenieren können und gleichzeitig Vorbildfunktion haben. Ist nicht jeder Mensch damit überfordert? Ist das der Grund, warum so wenige Gruppenmitglieder sich um diese Funktion reißen? Darf die Gruppenleitung auch Krisen haben? Was ist, wenn sie rückfällig wird? Wie kann die Gruppenleitung gut für sich sorgen und wo hört die Sorge für andere Gruppenmitglieder auf? Nicht nur über die Persönlichkeit der Gruppenleitung soll gesprochen werden, auch über Erwartungen von anderen und über das Selbstbild. Gleichzeitig werden Wege aufgezeigt, wie und wo die Gruppenleitung Unterstützung erfahren kann."



**Kreuzbund Diözesanverband Köln e.V.**

Georgstr. 20, 50676 Köln

Tel.: 0221-2722 785

Mail: [info@kreuzbund-dv-koeln.de](mailto:info@kreuzbund-dv-koeln.de)

Andrea Stollfuß: 0171-7500666

[andrea.stollfuss@kreuzbund-dv-koeln.de](mailto:andrea.stollfuss@kreuzbund-dv-koeln.de)

**Kreuzbund Diözesanverband Aachen**

Caritashaus , Kapitelstr.3, 52066 Aachen

Karen Sprenger

Tel.: 02151-7899714

Mail: [karen.sprenger@kreuzbund-aachen.de](mailto:karen.sprenger@kreuzbund-aachen.de)

**Tagungshaus:**

Katholisch-Soziales Institut

Bergstr. 26

53721 Siegburg

Tel.: 0224-25170

## *Der eine Weg...*



*Wege fordern Bewegung, machen uns Beine, sind ausgetreten und neu. Sie führen uns zu vertrauten Plätzen oder ins Ungewisse, sie machen Hoffnung, bergen Spannung. Wege verzweigen sich in Auswege, Umwege, Irrwege, gerade und verschlungene Wege. Am Ziel jedoch solltest du sagen können: I did it my way!*