

27. LAVENO ARBEITSTAGUNG

der Messie Selbsthilfegruppen und Gesprächsgemeinschaften
in Nordrhein-Westfalen

Austauschtreffen zur Weiterentwicklung der Messies
und der Gruppenselbsthilfe in Nordrhein-Westfalen

Samstag, den 24. Oktober 2015
von 10:00 – 18:00 Uhr

SCHWERPUNKTTHEMA:

Das Machichnicht-Muster. Ich mein Gegenspieler.

Ort:

AWO Düsseldorf Zentrum plus
Wilhelm-Marx-Haus Düsseldorf/Altstadt, 1. Etage
Kasernenstraße 6, 40213 Düsseldorf

Keine Anmeldung und keine Gebühr!

Jede/r kann in die Tagung soviel Zeit investieren, wie sie/er möchte.

INHALTE DER ARBEITSTAGUNGEN:

Die Weiterentwicklung der Selbsthilfegruppenarbeit der Messies unter thematisch gegliederten Aspekten und die regelmäßige Zusammenarbeit von Selbsthilfegruppen der Messies sowie von einzelnen Messies in Nordrhein-Westfalen ist Inhalt der Arbeitstagung. Des weiteren besteht die Möglichkeit zur Gründung neuer Selbsthilfegruppen in NRW:

Praxisnahe Informationen über die Arbeitsweisen von Selbsthilfegruppen der Messies.

Unterstützung von Selbsthilfegruppengründungen, -entwicklungen und -organisationen bei den Messies.

Unterstützung von Selbsthilfegruppen bei der Beantragung von Fördergeldern bei den Krankenkassen.

Die Kooperation zwischen Selbsthilfegruppen

Erfahrungsaustausch zwischen Laveno (Landesverband NRW) und Selbsthilfegruppen und einzelnen Betroffenen.

Kontaktaufnahme der jeweiligen betroffenen Menschen untereinander

Internetpräsenz und Austauschmöglichkeit per E-Mail für die SHGs und den Laveno

Informationen für Betroffene, die neu an der Selbsthilfe interessiert sind

Telefonische Notfallberatung über die Handykontaktnummern.
(Bei finanziellen Engpässen ist Rückruf kein Problem.)



Für den reibungslosen Ablauf der Veranstaltung sorgt Sabine Thiessies, die auch als ständige Ansprechpartnerin bei allen Fragen zur Verfügung steht und ein offenes Ohr für die Belange der Seminarteilnehmer hat.

SCHWERPUNKTTHEMA:

Das Machichnicht-Muster. Ich mein Gegenspieler.

Dr. Rainer Rehberger Seefeld am Bodensee

Wir als Messies sind durchdrungen vom Gefühl »zu müssen« und »zu sollen«. Wenn wir uns vorgenommen haben, etwas zu machen oder zu erledigen, z.B. rechtzeitig einen Termin wahrzunehmen oder zur Behandlung zu kommen, fühlen wir uns dem »nicht gewachsen.«

Wir entwickeln unterschiedliche Notlösungen, uns den Aufgaben oder den eigenen Vorhaben zu entziehen. Wir schieben vieles auf, und machen es dann überhaupt nicht, oder warten, bis äußerer Druck wie beispielsweise Bußgeldbescheide vom Finanzamt drohen, oder unterlassen die Steuererklärung, bis Strafen verhängt werden und die Steuer geschätzt wird. Oder wir schieben die Vorbereitung einer Prüfung auf, lernen erst auf den »letzten Drücker«. Wir liegen niedergeschlagen im Bett, wissen, es wäre sinnvoll, aufzustehen, uns vom Arzt krank schreiben zu lassen, die Krankenschreibung ans Jobcenter weiter zu leiten, damit den schriftlichen Aufforderungen Folge geleistet zu haben, und bleiben dennoch liegen.



Oder wir sind überzeugt, einen dramatisch schwachen Willen zu haben, deshalb überall später oder »zu spät« zu sein. Oft neigen wir dazu, generell auf irgendeinen Vorschlag oder eine Aussage unserer Gesprächspartner mit »aber« zu widersprechen, oder wegzuhören statt zuzuhören, oder blitzschnell zu vergessen, was unser Gegenüber gerade gesagt hat. Dann denken wir, wir hätten ein schlechtes Gedächtnis. Statt aufzuräumen machen wir unwillentlich Durcheinander, und wir schämen uns dann furchtbar für den Zustand unserer Wohnung.

Gelingt uns ein Vorhaben, dann sagen wir schnell, »wir haben es gerade so geschafft«, deutlich angestrengt und überbelastet. Unser »Machichnicht« erleben wir, als ob wir von einer fremden Macht beherrscht würden und hilflos ausgeliefert wären.

Im Vortrag geht es um die uns unbewussten Gründe für unseren Gegenwillen, unser Machichnicht, durch das wir zu unserem eigenen Gegenspieler werden. Bewusst wollen wir, unbewusst aber nicht. Ausführlich wird dargestellt, dass gegenwillig nicht zu machen eine Notlösung ist, die gegen unerträgliche Gefühlszustände schützt, die mit der Ausführung von Aufgaben oder Vorhaben aus unserem Inneren wachgerufen werden, wenn wir als Säuglinge zu viel Strenge, Gewalt und Zwang erlebt haben und dies innerlich gespeichert haben, ohne uns mit Worten an das Erlittene erinnern zu können. In der Therapiegruppe wird vermittelt, wie die Selbsterfahrungsarbeit aussehen kann.

ZEITPLAN:**27. LAVENO ARBEITSTAGUNG**

| | |
|-----------------------|--|
| 10.00 Uhr - 10.30 Uhr | Beginn / Ankommen / Blitzlicht |
| 10.30 Uhr - 11.15 Uhr | Einführung / Einstimmungskreis |
| 11.15 Uhr - 11.30 Uhr | kurze Pause |
| 11.30 Uhr - 13:00 Uhr | Vortrag Dr. Rainer Rehberger |
| 13:00 Uhr - 14:00 Uhr | Mittagspause |
| 14.00 Uhr - 15.00 Uhr | Gruppengespräch mit 9 Teilnehmern |
| 15.00 Uhr - 15:15 Uhr | kurze Pause |
| 15.15 Uhr - 16.15 Uhr | Plenumsdiskussion zum Gruppengespräch |
| 16.15 Uhr - 16.30 Uhr | kurze Pause |
| 16.30 Uhr - 17.30 Uhr | Offene Fragen und Diskussion mit Dr. Rainer Rehberger |
| 17.30 Uhr - 18:00 Uhr | Abschluss / Blitzlicht |

27. LAVENO ARBEITSTAGUNG

AWO Düsseldorf Zentrum plus

Wilhelm-Marx-Haus Düsseldorf/Altstadt, 1. Stock

Kasernenstraße 6, 40213 Düsseldorf

Stadtbahn: Haltestelle „Heinrich-Heine-Allee“

U70, U74, U75; U76, U77, U78; U79

(Fußweg: 2 Minuten)

Straßenbahn: Haltestelle „Heinrich-Heine-Allee“

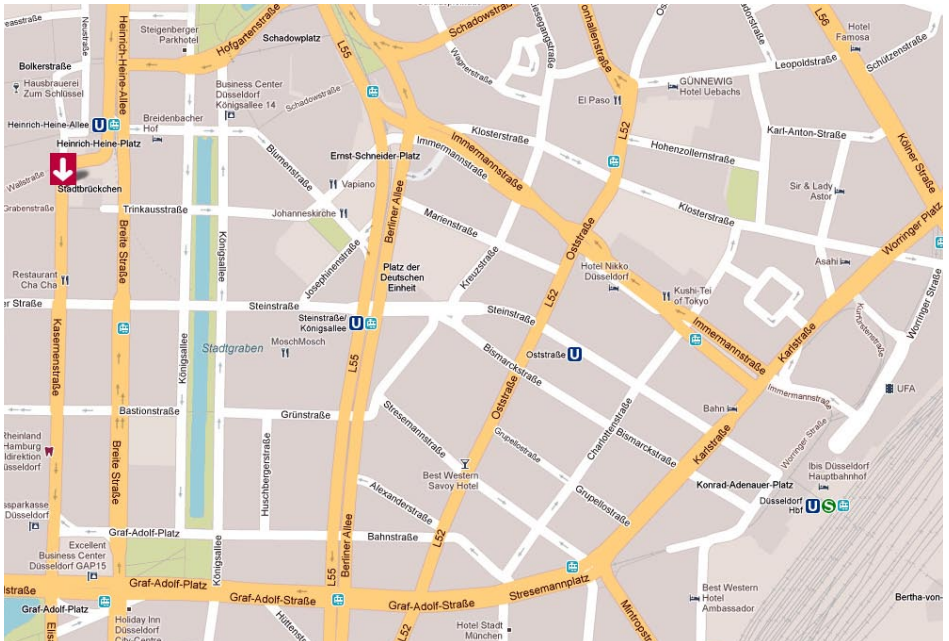
703, 706, 712, 713, 715

(Fußweg: 1 Minute)

Bus: Haltestelle „Heinrich-Heine-Allee (Oper)“

780, 782, 785, 805, 809, 817, 818

(Fußweg: 3 Minuten)



INFORMATIONEN:

Die Tagung wird ausgerichtet vom LAVENO, dem Landesverband Nordrhein-Westfalen der vom Messie-Syndrom Betroffenen und deren Selbsthilfegruppen.

Herzlich eingeladen sind Messie-Selbsthilfegruppen und Betroffene und alle, die in keine SHG gehen können oder wollen.



Messie Landesverband NRW 

Adresse:

LAVENO, Postfach 102422,
33524 Bielefeld
E-Mail: laveno@gmx.de
www.laveno.org

Konto: LAVENO, Postbank Hannover
IBAN: DE06 2501 0030 0014 4363 05
BIC: PBNKDEFF



Sabine Thiessies
Mobil: 0176/70755979
Festnetz: 02103/9940238



Jörg Lemm
Mobil: 0176/61985911
Festnetz: 0521/32701357