



Warum?

In den von mir gegründeten Selbsthilfegruppen wurde seit dem Jahr 2007 Themenarbeit gemacht.

Die Gründe warum ich Themenarbeit für notwendig halten lesen Sie bitte unter "Warum" nach.

Welche Themen wir behandeln bzw. auf dem Plan stehen lesen Sie bitte auf dem separat hinterlegten Vordruck - Themen - welche?

Selbstverständlich gehört auch immer der Austausch untereinander dazu! Aufklärung über die Krankheit selber, über Behandlungsmöglichkeiten, Antidepressiva usw. Ich bin auch sehr am Austausch von Themen und Ergebnissen interessiert.

Warum Themenarbeit?

Ich halte Themenarbeit aus mehreren Gründen für wichtig und notwendig. Allerdings ist kein absolut fester Rahmen gegeben. Das bedeutet, wenn sich bei der Blitzrunde ein Problem herausstellt oder von einem Teilnehmer eingebracht wird, kann der Abend auch anders verlaufen wie geplant.

Gründe:

Herauslösen der Probleme von den Anwesenden. Es ist leichter sich bei dem Thema "Trennung" einzubringen, wie sich über die eigene Trennung zu unterhalten.

Die Themen werden namensneutral besprochen, das bedeutet, dass die Ergebnisse duplizierbar sind.

Die Teilnehmer erhalten eine Ausarbeitung über das jeweilige Thema und können darauf auch zurückgreifen, wenn sie nicht mehr in der Gruppe sind.

Auch neue Teilnehmer können sofort mitmachen und sich ungezwungen einbringen. Durch die Vielfältigkeit der Teilnehmer und deren Ergebnisse oder sogar die Ergebnisse mehrerer Gruppen werden Themen von unterschiedlicher Betrachtungsweise erörtert.

Welche Themen?

Die Themen ergeben sich aus den Gruppen. Allerdings sind Themen wie Gründe für eine Depression

Trennungen - Kränkungen - Überforderung - Notfallplan

immer im Plan.



Selbstverständlich auch Themen die Mut machen sollen:

- Ich kann was . . .
- Ich finde mich gut weil . . .
- Selbstbewusstsein
- u. a.

Von zehn Treffen dürfen sind

- 5 - 6 Abende mit positiven Themen
- 2 - 3 Abende mit neutralen Themen
- 2 - 3 Abende mit Themen zur Krankheit

Selbstverständlich habe aktuelle Probleme - wenn vom Teilnehmer gewünscht - immer Vorrang vor der Behandlung eines Themas.

Selbstverständlich wird / sollte ein Thema nicht in Form eines Vortrages gemacht werden. Zielführender und vor allem auch interessanter für die Teilnehmer ist es, wenn die Themen von den Anwesenden erarbeitet werden.



*„Wenn du ein Schiff bauen willst,
dann trommle nicht die Männer und
Frauen zusammen,
um die Aufgaben zu vergeben,
sondern lehre sie die Sehnsucht nach
dem weiten, endlosen Meer.“*



01.09.2012

Günter Schallenmüller

Dipl. Familien- und Konfliktberater / Mediator