

Tagungsorganisation: Landschaftsverband Westfalen-Lippe
LWL-Koordinationsstelle Sucht
48133 Münster

Fragen zum Inhalt: Barbara Harbecke
Tel.: 0251 591-5508
barbara.harbecke@lwl.org

Fragen zur Organisation: Susanne Kübel
Tel.: 0251 591-5383
Fax: 0251 591-3245
susanne.kuebel@lwl.org

Anmeldung: Nutzen die Vorteile der
Online-Anmeldung unter:
www.lwl.org/fortbildung

Eine Anmeldung per Post oder
Fax mit dem Anmeldeformular
ist ebenfalls möglich.

Teilnahmezusage nach
Anmeldeschluss

FORTBILDUNG

Achtsamkeit als Chance und Ressource in der Suchtarbeit

6. – 8. Mai 2019
Steinfurt



www.lwl-ks.de

LWL

Für die Menschen.
Für Westfalen-Lippe.

ANGABEN ZUR ABRECHNUNG

Die Rechnung wird an die Einrichtung/Dienststelle gesendet.
Nur auszufüllen, falls abweichend.

Rechnungsempfänger

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Meine Anmeldung ist verbindlich. Eine kostenfreie Abmeldung ist nur bis zum Anmeldeschluss möglich. Ich erkenne die unter www.lwl.org/ fortbildung und im Fortbildungsprogramm aufgeführten Teilnahmebedingungen mit meiner Anmeldung vollständig an. Grundsätzlich wird von einer Teilnahme an der gesamten Veranstaltung ausgegangen. Personenbezogene Daten werden elektronisch erfasst.

Datum, Unterschrift

An das
**LWL-Landesjugendamt,
Schulen, Koordinationsstelle Sucht**
Zentrales Fortbildungsbüro
48133 Münster

FORTBILDUNGSSEMINAR

Achtsamkeit als Chance und Ressource in der Suchtarbeit

»Meditation ist eine Reise ins eigene Innere, bei der man Schritt für Schritt zum besten Experten für sein eigenes Leben wird.«

(Jon Kabat-Zinn)

Achtsamkeitsbasierte Interventionsansätze finden immer häufiger Beachtung, sowohl in der Behandlung von körperlichen oder psychischen Erkrankungen, als auch im Bereich der Prävention und im Umgang mit Stress im privaten und beruflichen Leben. Mitarbeitende in der Suchthilfe sind neben der anspruchsvollen Arbeit mit den Unterstützung suchenden Menschen u. a. durch Arbeitsverdichtung und Finanznot in den Einrichtungen vielfältigen Stress- und Belastungssituationen ausgesetzt. Regelmäßig angewandte Achtsamkeitsübungen sind in diesem Zusammenhang für die eigene innere Balance und Zentriertheit überaus hilfreich.

Eine Grundhaltung der Achtsamkeit kann die praktische Arbeit mit Klienten sehr bereichern. Suchtmittelabhängige Menschen erleben häufig innere Unruhe und Unausgeglichenheit. Das Heranführen von Klienten an und die regelmäßige Anwendung von Achtsamkeitsübungen können die Abstinenzstabilität fördern und so ein Element von Rückfallprophylaxe sein.

Fortbildungsziele

Die Teilnehmer/innen lernen den Ansatz der Achtsamkeitspraxis kennen und durch eigene Übung auch im ersten Schritt für sich selbst anzuwenden. Ziel ist ebenfalls die Grundhaltung der Achtsamkeit in die eigene Beratungsarbeit übertragen zu können.

Fortbildungsinhalte

Theoretische Einführung in die Praxis der Achtsamkeit und Wahrnehmungs- und Meditationstechniken in Anlehnung an den Ansatz der Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR) nach Jon Kabat-Zinn und Transfer des Erfahrenen in den (Berufs-)Alltag. Praktische Durchführung der folgenden Achtsamkeitstechniken:

- Sitzmeditation
- Körperübungen
- Bodyscan/Körperwahrnehmung
- Gedankenwahrnehmung



ANMELDUNG Pro Veranstaltung und Person ein separates Formular nutzen und bitte in Druckschrift ausfüllen! Bitte senden Sie Ihre Anmeldung in einem frankierten Briefumschlag an untenstehende Adresse oder per Fax an: 0251 591-3245.

ANGABEN ZUR VERANSTALTUNG

Achtsamkeit als Chance und Ressource in der Suchtarbeit

Titel

Mo – Mi , 6. – 8. Mai 2019

Termin

PERSÖNLICHE ANGABEN

Vorname, Nachname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Telefon/Mobil

E-Mail (Über diese E-Mail-Adresse nehmen wir Kontakt zu Ihnen auf.)

Beruf/Funktion

ANGABEN ZUR EINRICHTUNG/DIENSTSTELLE

Einrichtung / Dienststelle

E-Mail

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Telefon / Mobil

Datum Mo – Mi , 6. – 8. Mai 2019

Methoden Theorie-Inputs, Achtsamkeitsübungen, Körperwahrnehmungsübungen, Kleingruppenarbeit, Schweigezeiten, Selbstreflektion

Zielgruppe Fachkräfte der ambulanten und stationären Suchthilfe

Referentin Birgit Kühne

Teilnehmerzahl maximal 16 Personen

Arbeitszeiten Erster Tag: 12:00 – 20:00 Uhr
Zweiter Tag: 9:00 – 17:00 Uhr
Dritter Tag: 9:00 – 15:00 Uhr

Anmeldeschluss 11. März 2019

Kosten 445,00 Euro (inkl. Unterkunft/Verpflegung)

Ort Haus Karneol, Steinfurt

Alle Veranstaltungen der LWL-Koordinationsstelle Sucht sind nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz anerkannt.