caritascampus

Caritasverband für das Erzbistum Köln

Weitere Informationen und Online-Anmeldung unter www.caritascampus.de

Angehörige im Blick – den eigenen Weg finden trotz Sucht in der Familie

Wochenendseminar für Menschen in der Suchtselbsthilfe

Wenn ein Mensch suchtkrank ist, betrifft das nicht nur die betroffene Person. Partner*innen, Eltern, Kinder, Geschwister und Freund*innen tragen oft über lange Zeit Sorgen, Belastungen und Verantwortung mit. Das eigene Leben gerät dabei leicht aus dem Gleichgewicht: Gedanken kreisen um die erkrankte Person, Gefühle schwanken zwischen Hoffnung und Enttäuschung, und die eigenen Bedürfnisse kommen häufig zu kurz.

In diesem Wochenendseminar steht die Perspektive von Angehörigen im Mittelpunkt. Dabei gehen wir bewusst über das Konzept der Co-Abhängigkeit hinaus und nehmen die vielfältigen Erfahrungen, Rollen und Belastungen von Angehörigen in den Blick. Gemeinsam reflektieren wir, welche Auswirkungen eine Suchterkrankung auf Beziehungen, Familien und das persönliche Wohlbefinden haben kann und wie ein selbstbestimmter Umgang mit der Situation gelingen kann.

Themen des Seminars:

- Die Situation von Angehörigen verstehen – zwischen Fürsorge, Verantwortung und Selbstschutz
- Belastungen, Gefühle und innere Konflikte erkennen und einordnen
- Eigene Bedürfnisse und Ressourcen wieder stärker wahrnehmen
- Grenzen setzen und wertschätzend kommunizieren
- Wege zu mehr Selbstfürsorge und emotionaler Entlastung
- Austausch mit Menschen in ähnlichen Lebenssituationen

Das Seminar bietet einen geschützten Raum für Begegnung, Reflexion und gegenseitige Unterstützung. Ziel ist es, neue Perspektiven zu entwickeln, die eigene Handlungsfähigkeit zu stärken und den Blick wieder stärker auf das eigene Leben zu richten – ohne die Verbundenheit zum suchtkranken Menschen zu verlieren.

Denn Angehörige sind mehr als Mitbetroffene – und ihr Wohlergehen verdient ebenso Aufmerksamkeit wie der Weg des erkrankten Menschen.

Hinweis:

Bitte beachten Sie die unterschiedlichen Seminarzeiten:

- 1. Tag: 09:30 - 18:30 Uhr
- 2. Tag: 09:00 - 14:00 Uhr

Zielgruppe:

Dieses Seminar richtet sich besonders an von Sucht betroffene Menschen und deren Angehörige.

Nummer

31827-012

Datum

30.10.2027
31.10.2027

Zeit

09:00 - 16:00 Uhr

Ort

Maternushaus
Kardinal-Frings-Str. 1 - 3
50668 Köln

Zielgruppen

siehe Ausschreibungstext

Referent/in

Georg Seegers
Diplom-Sozialarbeiter
Psychodrama-Leiter
Supervisor und Systemischer Berater
Suchttherapeut

Teilnehmende (max.)

15

Reduzierter Preis für Mitgliedsorganisationen

95.00 €

Normaler Preis für Externe

95.00 €

Bildungspunkte (ECTS)

1.00

Ansprechpartner/in

Angelika Schels-Bernards

Verpflegung

Übernachtung und Vollverpflegung

Unterrichtsstunden

16