

## INFORMATIONEN

Die Leitung des Seminars hat Marianne Bönigk-Schulz (Vorsitzende des Fördervereins zur Erforschung des Messie-Syndroms (FEM) e. V.). Die Arbeitstagung und die Koordination und Entwicklung von MESSIE - Selbsthilfegruppen wird durch den FEM e. V. unterstützt.

Zu dieser Arbeitstagung werden folgende Gruppen und Institutionen eingeladen:

- Messie-Selbsthilfegruppen und Betroffene



## ARBEITSTAGUNG

# MESSIE - SELBSTHILFEGRUPPEN GESPRÄCHSGEMEINSCHAFTEN IN BERLIN

Austauschtreffen zur Weiterentwicklung der Messies und der Gruppenselbsthilfe

**Samstag, 21. Mai 2005**

ab 11 Uhr

Erfahrungsaustausch

Intensive Gruppensitzungen

Anleitung zur Selbsthilfe bei Messies

## SCHWERPUNKTTHEMA

**Umgang mit Konflikten**

Ort:

Kinder-, Jugend- und Familienzentrum

Jeverstr. 9

12157 Berlin (Steglitz)

Erreichbar: von dem S1-Bahnhof Feuerbachstr. ca. 5 Min. zu Fuß

**Keine Anmeldung und keine Teilnahmegebühren!**

## Inhalte der Arbeitstagung

Die Weiterentwicklung der Selbsthilfegruppenarbeit der Messies unter thematisch gegliederten Aspekten und die regelmäßige Zusammenarbeit von **Selbsthilfegruppen der Messies** in der Bundeshauptstadt und anderen Ländern sowie auch von **Messies**, die in keiner Selbsthilfegruppe sind, ist Inhalt der Arbeitstagung. Des weiteren besteht die Möglichkeit zur Gründung **neuer Selbsthilfegruppen** in dieser Region.

- Praxisnahe Informationen über die Arbeitsweisen von Selbsthilfegruppen der Messies (Methodenseminar).
- Unterstützung von Selbsthilfegruppengründungen, -entwicklungen und -organisationen bei den Messies.
- Erfahrungsaustausch zwischen Selbsthilfegruppen untereinander sowie mit Betroffenen ohne Selbsthilfgruppenerfahrung.
- Kontaktaufnahme der einzelnen Messies untereinander.

### ZEITPLAN

11.00 h - 11.30 h *Gespräche der Teilnehmer miteinander*

11.30 h - 13 h *Beginn*

13 h - 14.30 h *Mittagspause*

14.30 h - 15.00 h *gemeinsame Arbeitsgruppe*

15.00 h - 15.30 h *Kaffeepause*

15.30 h - 17.30 h *Arbeitsgruppe. anschließend Abschlussdiskussion bis 18 h*

**BUNDESGESCHÄFTSSTELLE DER MESSIE - SELBSTHILFEGRUPPEN  
DEUTSCHLAND** beim FEM e. V.

Tegerstr. 15, 32825 Blomberg - Tel.: 05236-888795 Fax: 05236-888796

eMail: [femmessies@t-online.de](mailto:femmessies@t-online.de)

Internet: <http://www.messie-selbsthilfe.de> und <http://www.femmessies.de>

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

**Wir freuen uns über jeden Besuch, sollte er noch so kurz sein.**

## Schwerpunktthema

### Umgang mit Konflikten

**Ab heute will ich ein problemabstinentes Leben führen** ,“  
hieß es in einer alternativen Kontaktanzeige.

Die hoffnungsvolle Vorstellung eines konfliktfreien Lebens oder einer von Widersprüchen unbehelligten Beziehung ist eine gefährliche Illusion. Wer eine wirkliche Harmonie mit sich oder mit anderen erreichen möchte, muss an den Satz des amerikanischen Kriegsforschers Kahn erinnert werden: **Es gibt kein Leben ohne Probleme, das Leben selbst ist ein problemproduzierendes Verfahren.** „Also gilt es als Erstes mit Problemen zu Rande zu kommen und das heißt: **Konfliktfähigkeit zu entwickeln.**

**Unsere gemeinsame Gruppenarbeit bedeutet, erst einmal die Konfliktfähigkeit zu entwickeln, damit wir (Messies) konfliktbeladene Situationen nicht vermeiden müssen!**

**Erfahrungsaustausch der MESSIE - SELBSTHILFEGRUPPEN  
und von Betroffenen, die in keine Gruppe gehen.**

**Anreise per Bahn nach Berlin:** (Tipp: Nutzen Sie die Sonderangebote der BAHN - z. B. Wochenendticket oder Spezialtarif ab 2 Personen). Die für Sie beste Verbindung erfragen Sie bitte direkt bei der DB AG.

**Mit dem Auto:** (für Auswärtige)

Berliner Ring - A 115 - Abfahrt Kreuz Zehlendorf - Richtung Zentrum (B 1) - immer geradeaus Potsdamer Chaussee - Berliner Str. - Unter den Eichen - Schloßstr. - Achtung: nicht geradeaus auf die Autobahn A 103, sondern eher links weiter Schloßstr. - an der 2. größeren Kreuzung rechts ab Tiburtiusstr. - hinter der S-Bahn links ab Bergstr. (s. Skizze)