

## 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:

x Messie-Selbsthilfegruppen und Betroffene



## ARBEITSTAGUNG

# MESSIE - SELBSTHILFEGRUPPEN GESPRÄCHSGEMEINSCHAFTEN IN BERLIN

Austauschtreffen zur Weiterentwicklung der Messies und der Gruppenselbsthilfe

**Sonntag, 5. Dezember 2004**

Erfahrungsaustausch  
Intensive Gruppensitzungen  
Anleitung zur Selbsthilfe bei Messies

## SCHWERPUNKTTHEMA

**Selbsteilungskräfte in Selbsthilfegruppen**

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

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

### ZEITPLAN

10.00 h - 10.30 h Gespräche der Teilnehmer miteinander

10.30 h - 11.30 h Beginn

12.30 h - 14.00 h Mittagspause

14.00 h - 15.00 h Arbeitsgruppe

15.00 h - 15.30 h Kaffeepause

15.30 h - 16.30 h Arbeitsgruppe. anschließend Abschlussdiskussion bis 17 h

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

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

eMail: 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.**

### SCHWERPUNKT

Bemerkenswerterweise entgeht den meisten, dass die Wirksamkeit der Selbsthilfgruppen nahezu ausschließlich auf Selbstheilungskräften beruht. Die Kernfrage stellt sich daher, wie dieses Heilungspotential aktiviert werden kann. Wie kann dieser Mechanismus der Selbstheilung von den MESSIES bewusst genutzt werden?

Ganz offensichtlich vollziehen sich in Selbsthilfgruppen der MESSIES Vorgänge, die sowohl eine Verarbeitung wie eine seelische Neugestaltung ermöglichen.

**Wir wollen auf dieser Arbeitstagung den Chancen und Behinderungen dieses Selbstheilungsprozesses nachgehen.**

Ja, sie geben darüber hinaus die Entwicklungen an, die wir alle im Zuge der Lebenserfahrungen vollziehen. Soviel vorweg: Es handelt sich nicht um Wege, die wir bis zu einem bestimmten Ziel durchschreiten, z. B.: die Wohnung aufzuräumen, sondern um eine Entwicklung, die sich uns eröffnen kann, und um die Erlangung psychischer Stabilität.

### SCHWERPUNKTTHEMA:

Selbstheilungskräfte in den MESSIE - Selbsthilfgruppen

**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)