



Deutsche
Rentenversicherung
Baden-Württemberg



Baden-Württembergischer
Landesverband für Prävention
und Rehabilitation gGmbH

Informationsblatt zum *Refresher Angebot*

[für Versicherte der DRV Baden-Württemberg]
Haus Renchtal und Fachstelle Sucht Offenburg

Therapie erfolgreich abgeschlossen- und jetzt?!

Zur **Absicherung** des bisherigen Therapieerfolges und zur **Auffrischung** der erlernten Bewältigungsstrategien bieten wir einrichtungsübergreifende Module für Menschen mit erfolgreichem Therapieabschluss in der stationären, teilstationären und ambulanten Rehabilitation Sucht an.

Der inhaltliche Schwerpunkt unserer Refresher Angebote
liegt in den Bereichen:

**Arbeit – Freizeit – Stärkung der sozialen Kompetenz und Kommunikation
Stärkung der Ressourcen und Bewältigungsstrategien
Förderung der Resilienz – Paar- und Familienorientierung.**

Zu diesen Themenbereichen bieten wir folgende Halbtages-Seminare an:
(Freitag 15:00 Uhr - 18:30 Uhr und Samstag 09:30 Uhr - 13:00 Uhr)

Modul 1: (Beschreibung Seite 3)		
Training der sozialen Kompetenzen	29.04. - 30.04.2022	FS Sucht Offenburg
Modul 2: (Beschreibung Seite 4)		
Paar- und Angehörigen-Seminare	20.05. - 21.05.2022	FK Haus Renchtal
Modul 3: (Beschreibung Seite 5)		
Stärken der eigenen Selbstmanagement Fähigkeiten mit dem Zürcher Ressourcenmodell	15.07. - 16.07.2022	FS Sucht Offenburg
Modul 4: (Beschreibung Seite 6)		
Arbeit	24.06. - 25.06.2022	FK Haus Renchtal
Modul 5: (Beschreibung Seite 7)		
Resilienz lernen – Widerstandskraft stärken	02.09. - 03.09.2022	FS Sucht Offenburg
Modul 6: (Beschreibung Seite 8)		
Freizeit – Bogenschießen	05.08. - 06.08.2022	FK Haus Renchtal

Detaillierte Modulbeschreibungen finden sie auf den nachfolgenden Seiten.
Ihre **Anmeldung** richten Sie bitte je nach Veranstaltungsort an folgende Adresse:

Fachstelle Sucht Offenburg
Grabenallee 5
77652 Offenburg
Tel. 0781-948788-0 Frau Molitor
per Mail: fs-offenburg@bw-lv.de

Fachklinik Haus Renchtal
Renchtalstr. 14
77871 Renchen
Tel. 07843-949-113 Frau Klein/Frau Lanzillotti
per Mail: sekretariat.Haus-Renchtal@bw-lv.de

TRAINING SOZIALER KOMPETENZEN (FS OFFENBURG)



Das Angebot richtet sich an Menschen, die sich in ihrer sozialen Kompetenz beeinträchtigt oder unsicher fühlen. Auf dem Hintergrund einer verhaltenstherapeutisch orientierten Vorgehensweise beinhaltet das Programm folgende thematische Schwerpunkte, die sich am Manual von Hinsch und Pfingsten orientieren: Einführung des Erklärungsmodells, Merkmale von selbstsicherem, unsicherem und aggressivem Verhalten, das Einüben von selbstsicherem Verhalten in den Bereichen Recht durchsetzen, Beziehungen und um Sympathie gewinnen.

Ziele des Angebots sind die Aufrechterhaltung und Verbesserung, der ggf. in der Rehabilitation bereits erworbenen kognitiven, emotionalen und motorischen Fähigkeiten im sozialen Kontext. Auf individuelle Bedarfe wird eingegangen.

PAAR- UND ANGEHÖRIGEN-SEMINARE (HAUS RENCHTAL)



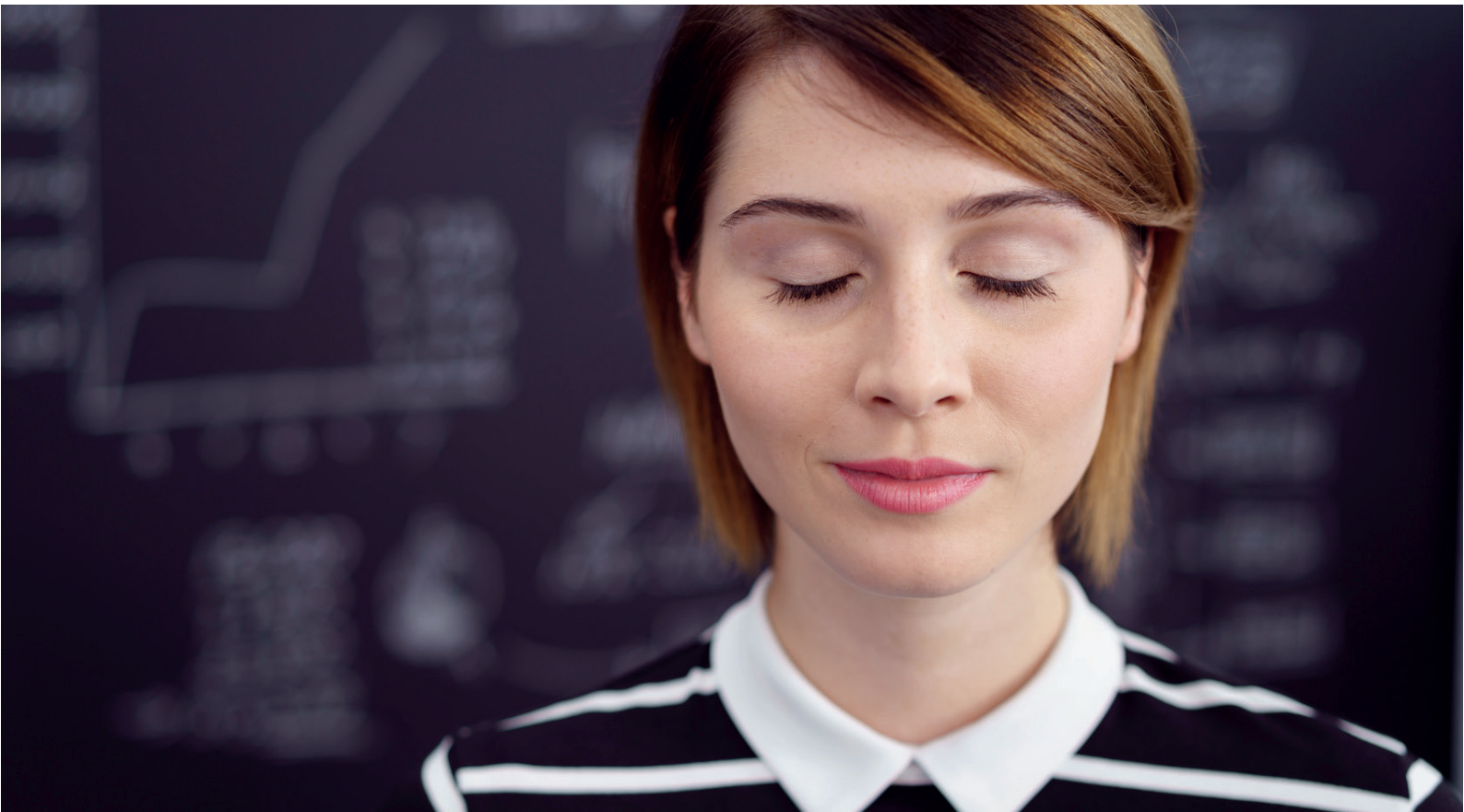
Gerade nach einer suchttherapeutischen Reha-Maßnahme stellt in vielen Fällen eine notwendige Neuorientierung und Ausrichtung der bisherigen partnerschaftlichen und familiären Beziehungsstrukturen eine immense Herausforderung und häufig auch Überforderung dar. Wir möchten deshalb in diesem Behandlungsmodul einen Schwerpunkt auf Paar- und Angehörigenseminare legen, in denen die Teilnehmer unter fachlicher Anleitung Aufklärung und Unterstützung in der Bewältigung familiärer und partnerschaftlicher Problemlagen erhalten.

Insbesondere sollte in diesem Behandlungsmodul auf folgende Themen schwerpunktmäßig eingegangen werden:

- Erlernen des Umgangs mit wiederkehrenden unangenehmen Gefühlen wie Misstrauen, Angst und Ärger;
- Überwindung gegenseitiger Schuldzuweisungen und Vorwürfe;
- Erlernen des Umgangs mit einem Rückfall in alte Verhaltensweisen oder einem Trinkrückfall, der nie ganz ausgeschlossen werden kann;
- Abbau von unbeabsichtigter Unterstützung für das alte Problemverhalten „Co-Abhängigkeit“ Aufbau von gezielter Bestärkung für neue suchtmittelfreie Verhaltensweisen;
- Ermöglichen einer offenen Aussprache zwischen den Betroffenen, um problematische Ereignisse der Vergangenheit und der Gegenwart zu klären und zu bewältigen.

In den durchgeführten gruppentherapeutischen Sitzungen können mehrere Parteien gleichzeitig von den Erfahrungen und Lösungswegen einzelner Parteien profitieren, da diese sich in der Regel in wesentlichen Bereichen und Dynamiken ähneln.

STÄRKEN DER EIGENEN SELBSTMANAGEMENT FÄHIGKEITEN MIT DEM ZÜRCHER RESSOURCENMODELL (FS OFFENBURG)



In diesem Modul können Menschen mehr Klarheit über eigene, vielleicht verborgene Lebensthemen und Lebensziele finden.

Das Zürcher Ressourcenmodell arbeitet auf neurowissenschaftlicher Basis und verbindet die Arbeit mit emotional positiv besetzten Bildern mit einem verhaltenstherapeutisch orientierten mentalen Training.

In entspannter und wertschätzender Atmosphäre wählen die Teilnehmenden ihr Bild, arbeiten ihr Motto-Ziel heraus und entwickeln Handlungsschritte zur Zielerreichung.

Mit therapeutischer Begleitung bieten Kleingruppen die Möglichkeit zur Ideenfindung und zum persönlichen Austausch.

ARBEIT (Haus Renchtal)



Neben einer Beziehungs- dürfte die aktuelle Arbeitsplatzsituation als eine der beiden gewichtigsten Einflussfaktoren für eine Fähigkeit zur abstinenten Lebensweise gelten.

Dieses Modul beschäftigt sich deshalb umfassend mit den Themen wie der aktuellen Arbeitszufriedenheit; Belastungen am Arbeitsplatz, Umgang mit Konflikten am Arbeitsplatz; Möglichkeiten der Inanspruchnahme externer Hilfsangebote, aber auch bei Bedarf Unterstützung im Umgang mit Arbeitslosigkeit und Aufzeigen möglicher Wege aus dieser Situation.

Vorrangiges Ziel dieses Behandlungsmoduls sollte sein, dass die Rehabilitanden in Gruppengesprächen Raum finden, um über ihre wahren Emotionen bezüglich ihrer Arbeit bzw. Nichtarbeit zu diskutieren, sich auszutauschen und mit fachlicher Hilfe Lösungswege bei etwaigen belastenden Situationen zu erhalten.

RESILIENZ LERNEN – WIDERSTANDSKRAFT STÄRKEN

(FS OFFENBURG)



Resilienz - die psychische Widerstandskraft - lässt sich stärken, ein Leben lang!

Die Fähigkeit, Krisen zu bewältigen und daran zu wachsen. Wie das „Steh-auf-Männchen“, das sich aus jeder Lage wieder aufrichtet.

Dieses Modul gibt Einblick in die gegenwärtige Resilienz-Forschung und beleuchtet zahlreiche Beispiele resilienten Verhaltens. Der Schwerpunkt des zweitägigen Moduls liegt jedoch ganz ausdrücklich auf praktischen Übungen.

Wir lernen „Alltagshelfer“ kennen, besinnen uns auf eigene Stärken und fördern unsere Fähigkeit zielgerichtet Probleme und Schwierigkeiten zu meistern.

Es bleibt viel Zeit und Raum für den gegenseitigen Austausch und Inspiration.

FREIZEIT – BOGENSCHIESSEN (HAUS RENCHTAL)



Bogenschießen trainiert die Muskeln und den Geist.

Das Treffen ins Ziel ist dabei aber nicht unbedingt das Wichtigste: Es geht um Körpergefühl und Achtsamkeit; Konzentration und Zielfokussierung.

Wir wollen unter Anleitung einer geschulten Trainerin Grundfertigkeiten des Bogenschießens und den dazu gehörenden mentalen Hintergrund vermitteln. Gerade bei Personen, die sich oft vielen unterschiedlichen Anforderungen ausgesetzt fühlen, unter Abgrenzungsschwierigkeiten, einer Unsicherheits- und Angstproblematik und damit häufig zusammenhängend an Überlastungsgefühlen leiden, kann dieses Behandlungsmodul einen vollkommen neuen Zugang zu dem Erlernen neuer Einstellungen und mentaler Fähigkeiten darstellen, welcher in die zukünftige tägliche Alltagssituation übertragen werden kann.

Ziel des Behandlungsmoduls sollte sein, dass es dem Rehabilitanden zukünftig besser gelingt in alltäglichen Situationen die Gefahr von Überlastungsgefühlen zu minimieren, um sich so eine zufriedenere und entspanntere Lebensgestaltung zu ermöglichen. Zudem kann die Erfahrung des Umgangs mit diesem Sportgerät eine Anregung für eine ergänzende sinnvolle und aktive Freizeitgestaltung sein.