



AHG KLINIKEN DAUN
*Verhaltensmedizinisches Zentrum
für Seelische Gesundheit*
Thommener Höhe



**„Wo ein Wille,
da auch ein Weg?“**

Fachtagung für
Selbsthilfegruppen

6. September 2013
AHG Kliniken Daun
Thommener Höhe

Einladung



Wo ein Wille, da auch ein Weg? Der Einfluss des Willens bei Lebensveränderungen

„Ich will mein Leben mehr genießen“, „ich will abnehmen“, „ich will abstinent leben“, „ich will wieder Freude am Leben haben“, „ich will mehr Zeit für mich haben“, „ich will mit dem Rauchen aufhören“ ... Den einen oder anderen Satz kennt sicher jeder von uns. Aber woran liegt es eigentlich, ob wir das, was wir (wirklich) wollen, auch erreichen? Muss man nur „richtig wollen“? Der freie Willen wird oft eingeschränkt – z. B. durch begrenzende Rahmenbedingungen und auch durch Erkrankungen wie z. B. Suchterkrankungen, Depressionen und Ängste. Kann der Wille dabei helfen, gesund zu leben? Kann man Willen stärken und trainieren? Diese und andere spannende Fragen rund um das Thema **WILLEN** möchten wir gerne mit Ihnen gemeinsam einen Tag lang etwas näher erforschen und laden Sie herzlich dazu ein!

Programm

- 9:30 Uhr** Begrüßung und Moderation
Andrea Ehses
Dipl.-Sozialpädagogin
Öffentlichkeitsarbeit AHG Kliniken Daun
- 9:40 Uhr** Einführungsvortrag
Arnold Wieczorek
Chefarzt Abhängigkeitserkrankungen,
AHG Kliniken Daun
- 10:00 Uhr** Vortrag mit Austausch
„Wo ein Wille, da auch ein Weg?“
Der Einfluss des Willens bei Lebens-
veränderungen (Et Sucht)“
Doris Ostermann
Dipl.-Sozialpädagogin MSc.,
Sozialtherapeutin (Sucht),
Lehrsupervisorin (EAG)
- 12:00 Uhr** Mittagessen
- 13:15 Uhr** Workshops
- 15:30 Uhr** Ausklang bei Kaffee und Kuchen

Programm

- WS 1:** „Ist der Wille trainierbar?“
Lauftraining als systematische Willensbildung
Carsten Schubert, Körpertherapeut,
Dieter Bingel-Schmitz, Dipl.-Sozialarbeiter,
Bezugstherapeut, AHG Kliniken Daun Altburg
- WS 2:** „Das Neue entdecken“
Die eigenen Begrenzungen erweitern in
der bildnerischen Gestaltung
Sonja Westerling, Dipl.-Kunsttherapeutin,
AHG Kliniken Daun Thommener Höhe
- WS 3:** „Ich will mich gesund ernähren, aber
schmecken soll es auch – geht das?“
Gertrud Thiel, Stefanie Schönfelder,
Diätassistentinnen, AHG-Care
- WS 4:** Willkommen in Neu-Seh-Land:
„Auf Leben und Tod“
Winfried Haug, Diplom-Pädagoge,
Öffentlichkeitsarbeit AHG Kliniken Daun
- WS 5:** „Du musst nur wollen – stimmt das?“
Meine persönliche Geschichte mit dem Willen
Doris Ostermann, Dipl.-Sozialpädagogin MSc.,
Sozialtherapeutin (Sucht), Lehrsupervisorin (EAG)
- WS 6:** „Ja, ich will! Oder doch nicht?!“
Die Bedeutung von Entscheidungen als
Grundlage zur Veränderung
Svenja Blasen, Dipl.-Psychologin, Bezugsthera-
peutin AHG Kliniken Daun Thommener Höhe
- WS 7:** „So zähmen Sie den inneren Schweinehund“
Janine Grahl, Master-Psychologin,
AHG Kliniken Daun Am Rosenberg
Psychosomatische Abteilung