



Ziele finden. Kurs nehmen.
Karl Heinz und Hannelore Bösken-Diebels-Stiftung

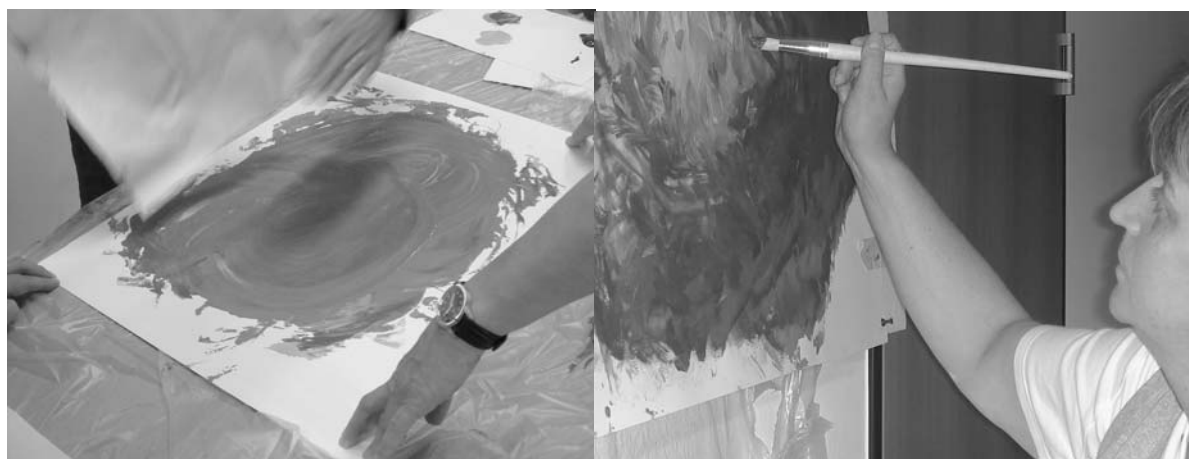
BLAUES KREUZ IN DER EVANGELISCHEN KIRCHE - VEREIN DORSTEN

PROJEKT: BEWUSSTER LEBEN MIT ALLEN SINNEN VOM 19. - 21. SEPTEMBER 2008

An dem Wochenende zum Thema "Bewusster leben mit allen Sinnen" waren 13 TeilnehmerInnen beteiligt.

Sie konnten eigene Erlebenswelten erforschen, auftauchende Gefühle oder Nicht-Gefühle wahrnehmen und - im Austausch miteinander - reflektieren.

Gerade das ist es, was vielen Menschen mit Suchterkrankungen schwer fällt, sich einzulassen auf den Moment, Geduld mit sich und anderen aufbringen und Entspannung zu genießen.



Gestalterische Elemente brachten Bewegung in das eigene Fühlen und Denken und konnten Anlass zu einem persönlichen Austausch über das Gestalten, das Leiten, das Begleiten und Fördern werden.

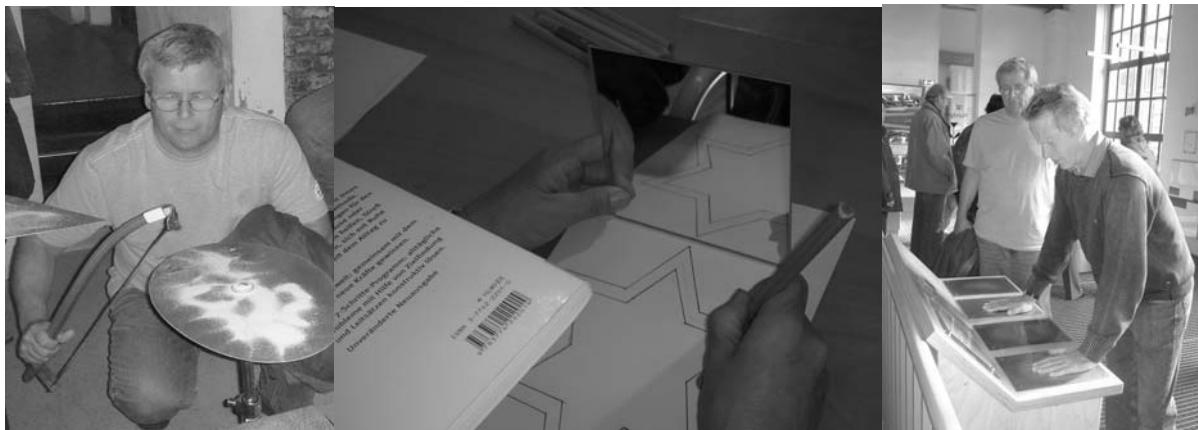




Ziele finden. Kurs nehmen.
Karl Heinz und Hannelore Bösen-Diebels-Stiftung

In geschütztem Rahmen Zugangswege zu sich selbst noch einmal bewusst werden zu lassen, andere kreative Formen des "Redens" von sich und mit anderen kennen zu lernen, ein breiteres Verhaltensrepertoire, als sie es bisher kannten zu erleben, war eines der Resumes der Veranstaltung.

Es war für alle Beteiligten in der Tat eine schöne Erfahrung, sich vollkommen der Gegenwart hinzugeben und sich einzulassen auf Dinge, die sie schon lange nicht mehr gesehen hatten. Die Erkenntnis, dass Aufmerksamkeit zu richten auf das, was geschieht, mehr Farbe und Tiefe ins Leben bringt und keine Zeitverschwendung ist, konnten sie an diesem Wochenende vertiefen. Interesse heißt ja "dabei sein".



Irgendjemand hat einmal gesagt, das Leben sei eine Wanderung auf dem schmalen Grat zwischen Nichtmehr und Nochnicht, auf dem alles liegt. Ein wunderschöner Satz und seine Bedeutung wurde allen während des "Tuns" noch einmal klar.

Die Erweiterung dieser persönlichen Potentiale ist eine wichtige Ressource in der ehrenamtlichen Suchtkrankenhilfe und dient ebenso der Stabilisierung der eigenen Persönlichkeit wie auch der Weiterentwicklung der eigenen Lebensqualität.

Alle waren begeistert vom Angebot und wünschen sich durchaus eine Fortsetzung dieser Möglichkeiten in ihrer Gruppe vor Ort.