

Tagungsort ist „Die Wolfsburg“, Falkenweg 6, 45478 Mülheim an der Ruhr. Sie liegt nur wenige Minuten vom Autobahnkreuz Duisburg Kaiserberg entfernt. Die genauen Seminarblock- und Essenzeiten werden am Vormittag des ersten Seminartages mitgeteilt.

Teilnehmende, die mit dem ÖPNV anreisen, fahren ab Hauptbahnhof Duisburg oder Hauptbahnhof Mülheim an der Ruhr mit der Straßenbahnlinie 901 bis zur Haltestelle „Monning“. Von dort ist die Wolfsburg ausgeschildert.

Die Teilnehmendenzahl für das Seminar ist auf 20 begrenzt. Die Plätze werden bei Zahlungseingang reserviert, schnell sein lohnt sich also.

Anmeldeformulare für das Wochenende und für SPuH liegen diesem Flyer bei, können aber gerne auch über unsere Homepage www.spuh.de heruntergeladen werden.



Wir planen mit folgenden Dozenten/Dozentinnen:

Dr. Kai W. Müller, Dipl. Psych., Grüsser-Sinopoli Ambulanz für Spielsucht / Johannes Gutenberg-Universität zu Mainz

M. Neubauer, Rehasport-Trainerin Psychiatrie / Orthopädie / Krebsnachsorge. Examierte Krankenschwester

A. Wett, Resilienztrainer und emTRACE Emotionscoach, Team 21-coaching.de

M. Knothe, HP-Psych. (HPG), MI Coach und Supervisor, seit 2009 Mitarbeiter der Fachstelle Glücksspielsucht Neuss

N. Verl, Gründungsmitglied SPuH NRW e.V., seit 2008 Leiterin der Angehörigen-Selbsthilfegruppe Mülheim, Ausbilderin für Erste Hilfe und Erste Hilfe am Kind



Glücksspielsucht vs. Spielsucht (Medienabhängigkeit)

Entspannung, Erste Hilfe und Resilienz

Dreitägesseminar vom 03.-05.10.2024



Unsere ReferentInnen und ModeratorInnen:

Dr. Kai W. Müller, Monika Neubauer, Attila Wett, Nicole Verl und Michael Knothe

Am Donnerstag besteht ab 9:30 Uhr die Möglichkeit zur Anreise. Im Anschluss lernen wir uns und die Dozenten/Dozentinnen gegenseitig kennen.



Im ersten Seminarblock wird Dr. Kai W. Müller über den aktuellen Stand des Störungsbildes „Glücksspielsucht“ aus Sicht der Wissenschaft, der ICD 11 und seiner persönlichen Erfahrung mit der Behandlung von Glücksspielsüchtigen an der Grüsser-Sinopoli Ambulanz für Spielsucht in Mainz berichten. Danach besteht die Gelegenheit zu einem gemeinsamen Mittagessen.

Im Anschluss wird Herr Müller das Störungsbild „Spielsucht“ (Medienabhängigkeit, Internetsucht etc.) ebenfalls aus aktueller Sicht der Wissenschaft, der ICD 11 und seiner langjährigen Forschung zu diesem Thema an der Johannes Gutenberg-Universität Mainz, mit einer kleinen Ergänzung zum Stand bei der Social-Media-Abhängigkeit, erläutern.

Nach einer kurzen Kaffeepause werden wir uns erneut mit ihm zusammensetzen und gemeinsam Rückschlüsse für Praxis, Gesellschaft und die Suchtselbsthilfe ausarbeiten und festhalten.

Am Freitag machen wir einen Erste Hilfe-Lehrgang und lernen viel zum Thema Entspannung kennen.

„Es geht nicht darum, perfekt Erste Hilfe zu leisten, mir geht es vielmehr darum, wie sich der Helfende nach der Situation fühlt. Denn ganz oft ist nicht das Pflaster das Entscheidende, sondern dass da jemand ist, der Dir das Pflaster reicht“, so unsere Dozentin Nicole Verl.

Die Teilnahmebescheinigung über den Erste Hilfe-Lehrgang kann in vielen Bereichen eingesetzt werden, z.B. bei der Fahrerlaubnisbehörde, aber auch als betrieblicher Ersthelfer und für die Verlängerung von Sporttrainerlizenzen. Viel wichtiger ist jedoch, dass mit dem Erlernten Menschenleben gerettet werden können.

Den Themenbereich der Entspannung wird uns Monika Neubauer in Theorie und Praxis nahebringen. Sie plant unter anderem Übungen zur progressiven Muskelentspannung und zum autogenen Training. Wer mag, kann sich für den praktischen Teil gerne eine Übungsmatte, dicke Socken und eine Decke mitbringen.



Am Samstag geht es um Resilienz. Hier konnten wir Attila Wett als Referenten gewinnen:

„Resilienz ist die Fähigkeit, schwierige Lebenssituationen ohne anhaltende Beeinträchtigung zu überstehen“. Es erwarten uns Themen wie z.B. die Bedeutung von Zielen, Optimismus und positiver Umgang mit Stress.

Wir freuen uns auf viele neue Erkenntnisse, die wir in kleinen Gruppen üben werden.

Im Anschluss an das Seminar findet ab 16 Uhr unsere Jahreshauptversammlung 2024 statt.