

# Herbstseminar vom 05. – 07. Oktober 2018

Liebe Weggefährtinnen und Weggefährten, liebe Gruppenbesucher,

zu unserem Herbstseminar 2018 laden wir Euch alle herzlich ein. Als kompetenten Referenten konnten wir Herrn Klaus Schmitt, Diplom- Sozialpädagoge, Sozialtherapeut, Systemische Familientherapie, integrative Therapie, gewinnen.

Das diesjährige Thema lautet:

## **„Resilienz – was macht uns widerstandsfähig und stark“**

Näheres zum Inhalt des Seminares könnt Ihr dem Beiblatt entnehmen.

Das Seminar beginnt am **Freitag, den 05.10.2018 um 18.00 Uhr** mit dem Abendessen und endet am **Sonntag, den 07.10.2018** mit dem Mittagessen.

Tagungsort: **Kur- und Gästehaus St. Bonifatius, St. Vinzenz- Allee 1, 36364 Bad Salzschlirf**

Es stehen 20 Teilnehmerplätze zur Verfügung. Anmeldung bis spätestens **28.09.2018** an Kreuzbund DV Fulda, Geschäftsstelle: Hirtsgasse 2, 36145 Hofbieber; Tel.: 06684 917314  
E-Mail: [vorsitz@kreuzbund-fulda.de](mailto:vorsitz@kreuzbund-fulda.de).

Eure Anmeldung ist verbindlich. Der Teilnehmerbeitrag beträgt 42 € für Kreuzbundmitglieder, für Nichtmitglieder 69 €. Bitte überweist den Betrag bei Anmeldung auf das Konto der SPK Fulda, IBAN: DE82 5305 0180 0040 0000 77.

**Datenschutz:** Wir informieren Sie darüber, dass ihr Name in eine Liste aufgenommen wird und an das Tagungshaus im Rahmen der Veranstaltung weitergeleitet wird. Wenn Sie damit nicht einverstanden sind, benachrichtigen Sie uns bitte rechtzeitig vor der Veranstaltung.

Mit freundlichen Grüßen

*Marianne Leitsch*



### **Verbindliche Anmeldung:**

Hiermit melde ich mich für das Seminar vom 05.10. – 07.10.2018 in Bad Salzschlirf an.

Name, Vorname: .....

Anschrift und Gruppe: .....

KB-Mitglied: Ja/Nein .....

Essensbesonderheiten ? .....

Datum/ Unterschrift: .....

## Thema:

### ***„Resilienz – was macht uns widerstandsfähig und stark“***

Es gibt Menschen, die nichts aus der Bahn zu werfen scheint. Sie verzweifeln nicht an ihrem Schicksal, sondern wachsen sogar daran. Was unterscheidet diese Menschen von denjenigen, die mit Schicksalsschlägen hadern und manchmal sogar daran zerbrechen? Das Zauberwort lautet Resilienz: Manche Menschen sind immun gegen Angriffe von außen. Haben solche Stehaufmännchen einfach Glück gehabt, weil ihnen diese hilfreiche Fähigkeit in die Wiege gelegt wurde, oder kann jeder lernen, resilient zu sein?

**"Mitten im Winter habe ich erfahren, dass es in mir einen unbesiegbaren Sommer gibt."** Was der Schriftsteller Albert Camus so poetisch ausdrückte, hat von der Psychologie einen technischen Namen bekommen: Resilienz, ein Begriff aus der Werkstoff-Physik. Hier gelten Materialien als resilient, die nach Momenten der extremen Spannung wieder in ihren Ursprungszustand zurückkehren, wie etwa Gummi.

Bei Menschen funktioniert das Prinzip ähnlich: Resiliente Menschen besitzen eine seelisch hohe Widerstandskraft und Beweglichkeit und sind deswegen psychisch immun gegen die Angriffe des Schicksals. Diese Stehauf-Menschen erholen sich nicht nur erstaunlich schnell von extremen Stress-Situationen, sondern gehen ganz im Sinne Camus' sogar gestärkt aus ihnen hervor.

Im Fokus dieses Seminars steht die Resilienzstärkung und dem Wiederentdecken von möglicherweise verschüttenden Fähigkeiten.

Die Zielgerade könnte sein: wir suchen nach den verschüttenden Fähigkeiten, um sie wieder zu beleben und perfektionieren die Fähigkeiten, die vorhanden sind.

**Wir vermögen mehr, als wir glauben!!!!**

