

Freundeskreisseminar der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe vom 02.02.-04.02.2024 in Neumarkt

Das Freundeskreisseminar setzt sich selbstredend wieder mit dem Selbstverständnis, Aufbau und Haltung der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe auseinander (Leitbild, Struktur, Historie und Sinn von Hilfe zur Selbsthilfe). Als Kern zur Darstellung von Selbsthilfegruppen dient uns diesmal Fritz Riemanns Theorie der „Grundformen der Angst“.

Diese Theorie zur Persönlichkeit geht davon aus, dass alle Menschen eigene Ängste haben, es aber auch viele Ängste gibt, die allen Menschen gemein sind. So vielfältig demnach das Phänomen Angst ist geht es dabei immer um Varianten ganz bestimmter Ängste, die Riemann als "Grundformen der Angst" bezeichnet.

Ängste sind grundsätzlich nichts Schlechtes, sondern sie lassen Menschen beispielsweise auch über sich selbst hinauswachsen.

Im Freundeskreisseminar wird erläutert, dass sich alle Ängste unseres Lebens auf vier Persönlichkeitsstrukturen reduzieren lassen:

- die Angst vor der Selbsthingabe, (auf Autonomie bedacht)
- die Angst vor der Selbstwerdung, (Hingabe für Beziehungen)
- die Angst vor der Wandlung, (auf Sicherheit bedacht)
- die Angst vor der Notwendigkeit, (Impuls zur stetigen Veränderung)

Die vier Persönlichkeitsstrukturen, die sich in Ihren Reaktionsmustern in unseren Gruppen wiederfinden, können in Ihrer Polarität zu Irritationen der zwischenmenschlichen Beziehungsgestaltung führen. Das Einordnen und Verstehen des Gegenübers sowie der eigenen Charakterstruktur soll dazu beitragen, den angemessenen Umgang miteinander zu erleichtern bzw. Gruppendynamiken und Konflikte besser zu verstehen und zu managen.