

Fortbildung für Besuchsdienste

Auch 2019 veranstaltete das Katholische Dekanat Offenburg – Kinzigtal, der Caritasausschuss der Seelsorgeeinheit Schutterwald- Hohberg -Neuried zusammen mit dem Caritasverband Offenburg-Kehl e.V. zum zehnten Mal eine Fortbildung für pfarrliche Besuchsdienste sowie Interessierte.

So wurde im Pfarrsaal Hofweier auf Anregung des Caritasausschusses das Thema „**Achtsamkeit – eine Hilfe für unsere Besuchsdienste?**“ aufgegriffen.



Als Referent konnte Joachim Hecht, Diplom Psychologe und Psychotherapeut gewonnen werden.

Mit Hilfe eines Impulsreferates, Gruppengesprächen und Übungen eröffnete er einen sensiblen Zugang zum Thema.

Bei unserem Treffen wollten wir uns damit befassen, was unter Achtsamkeit verstanden werden kann und welche Bedeutung sie in der Begegnung mit mir selbst und mit meinen Mitmenschen haben kann. In den Austausch flossen Anregungen ein, wie Achtsamkeit auch im Alltag erlebt wurde.

Selten hat ein so ungewöhnliches Konzept wie das der Achtsamkeit so schnell und breit Anklang in unterschiedlichsten Anwendungsbereichen gefunden.

Unter anderem in Seminaren zur Stressbewältigung als Gegenbewegung zu einer „beschleunigten“ Zeit voller Reizüberflutungen.

Achtsamkeit ist zunächst eine besondere Aufmerksamkeitshaltung sich selbst gegenüber. Nur wer sich seiner eigenen Gedanken, Wahrnehmungen und Gefühle bewusst ist, kann einfühlsam anderen Menschen gegenüber sein.

Mit ihren uralten Wurzeln in der fern-östlichen Tradition steht Achtsamkeit scheinbar im Widerspruch zu den Erfordernissen unseres Alltags mit seinen Pflichten und Terminen.

In der Kaffeepause konnten die Besucherinnen des Fortbildungsnachmittages Kontakt zu Mitarbeiterinnen aus anderen Seelsorgeeinheiten aufnehmen und so Praxiserfahrungen vertiefen.

Mit abschließenden sehr positiven Rückmeldungen endete der Nachmittag.



Praxiserfahrungen werden in der Kaffeepause ausgetauscht

Text und Bilder:
Elmar Rummel