



# Einladung

*Liebe Frauen im Kreuzbund,*

zu unserem Frauenseminar 2021 laden wir Euch alle herzlich ein.  
Frau Andrea Pfeifer kann wie vorgesehen das Seminar leiten.

Das diesjährige Thema lautet:

## „Zufriedenheit und andere Gefühle“ Teil II

Näheres zum Inhalt des Seminares könnt Ihr dem Beiblatt entnehmen.

Das Seminar beginnt am **Freitag, den 22.10.21 um 18.00 Uhr** mit dem Abendessen

und endet am **Sonntag, den 24.10.21 um 13.00 Uhr** mit dem Mittagessen.

Tagungsort: **St. Bonifatiuskloster Hünfeld, Klosterstr. 5, 36088 Hünfeld.**

Es stehen 20 EZ Teilnehmerplätze zur Verfügung. Anmeldung bitte bis spätestens **26.09.21** an Kreuzbund DV Fulda, Geschäftsstelle: Hirtsgasse 2, 36145 Hofbieber; Tel.: 06684 917314

E-Mail: [geschaeftsstelle@kreuzbund-fulda.de](mailto:geschaeftsstelle@kreuzbund-fulda.de).

Eure Anmeldung ist verbindlich. Der Teilnehmerbeitrag beträgt 54 € für Kreuzbundmitglieder, für Nichtmitglieder 75 €. Bitte überweist den Betrag bei Anmeldung auf das Konto der SPK Fulda, IBAN: DE82 5305 0180 0040 0000 77. Die Anmeldungen werden nach Zahlungseingang berücksichtigt.

Mit freundlichen Grüßen

*Mariaanne Leitsch*



## Zufriedenheit und andere Gefühle I

Was ich habe, will ich nicht verlieren, aber  
wo ich bin will ich nicht bleiben, aber  
die ich liebe, will ich nicht verlassen, aber  
die ich kenne will ich nicht mehr sehen, aber  
wo ich lebe, da will ich nicht sterben, aber  
wo ich sterbe, da will ich nicht hin:

Bleiben will ich, wo ich nie gewesen bin.

(Was ich habe ... von Thomas Brasch)

Das Dilemma der ewigen Unzufriedenheit ist vielen Menschen vertraut. Unzufriedenheit geht dabei mit vielen anderen Gefühlen einher, so mit Neid, Groll, Verbitterung etc. Anhaltende Unzufriedenheit wirkt sich nachteilig auf Körper und Psyche aus und begünstigt die Entwicklung von depressiven Verstimmungen und anderen psychosomatischen Erkrankungen. Im Bereich der Abhängigkeitserkrankungen wirken diese so genannten „nachtragenden Affekte“ deutlich abstinentgefährdend. Der Betroffene sieht sich angesichts von z.B. Ungerechtigkeiten quasi berechtigt für erneuten Konsum.

Zufriedenheit wiederum beruht nach dem Psychologen Jochen Brandstädter auf dem Ergebnis eines Vergleichs zwischen Soll und Ist des eigenen Lebens. Kommt das Soll dem Ist gleich oder übertrifft es sogar, ist man zufrieden. In der Konsequenz gibt es zwei Wege zur Zufriedenheit: Ziele erreichen (Ist-Zustand heben) oder Ansprüche (Soll) senken.

In diesem Seminar soll es darum gehen, eine persönliche Bilanz zu ziehen, Perspektiven zu wechseln und sich in neue Erlebens- und Betrachtungsweisen einzuüben.

Inhaltlich orientiert sich das Seminar an folgenden Themen bzw. Fragestellungen:

- Wie erlebe ich Zufriedenheit?
- Mit welchen Gefühlen geht mein Erleben von Zufriedenheit einher?
- Was haben meine persönlichen Wertvorstellungen mit meiner Vorstellung von Zufriedenheit zu tun?
- Habe ich Einfluss auf mein Befinden – und wenn ja, wie?

## Zufriedenheit und Gefühle II

Während in dem vorangegangenen Seminar „Zufriedenheit und Gefühle“ überblicksartig auf das gesamte Spektrum an Gefühlen fokussiert wurde wie auch auf die Diskrepanz zwischen Ist-Zustand und Erwartungen, so soll in dem aktuellen Seminar verstärkt auf die Basisemotionen eingegangen werden.

Eine Teilnahme an dem ersten Seminar ist nicht Voraussetzung, um an diesem Seminar teilnehmen zu können.

**Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen!**

In Gesprächen aber auch mittels konkreter Übungen (z.B. aus dem Bereich der Motivierenden Gesprächsführung, der Trauma- und der hypnosystemischen Therapie) soll dieses Thema erarbeitet und auch erfahrbar gemacht werden.



# Kreuzbund Diözesanverband Fulda e. V.

Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige

## Datenschutzerklärung - Frauenseminar am 22.10.2021 -24.10.2021

Der sensible Umgang mit den persönlichen Daten der Teilnehmenden ist für uns ein wichtiges Anliegen – wir nehmen das Inkrafttreten der Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) bzw. das Gesetz über den Kirchlichen Datenschutz (KDG) zum Anlass, unseren Umgang mit schutzwürdigen, persönlichen Daten der Teilnehmenden zu überprüfen und diesen transparent zu gestalten.

Für das Frauenseminar am 22.10. -24.10.21 des Kreuzbund Diözesanverband Fulda e. V., Hirtsgasse 2, 36145 Hofbieber sind zuständig:

Marianne Leitsch (Vorsitzende) 06684/917314 [vorsitz@kreuzbund-fulda.de](mailto:vorsitz@kreuzbund-fulda.de)

Robert Leitsch (Geschäftsführung) 06684/917314 [geschaefstelle@kreuzbund-fulda.de](mailto:geschaefstelle@kreuzbund-fulda.de)

## Datenerhebung

Um einen möglichst reibungslosen Ablauf unserer Veranstaltungen zu ermöglichen, benötigen wir einige persönliche Daten der Teilnehmenden, die wir bei der Anmeldung zu einer Veranstaltung erheben. Diese persönlichen Daten sind: Name, Adresse, Telefonnummer, E-Mail-Adresse, Gruppe und Essen normal oder vegetarisch und bei Übernachtung ob Einzelzimmer oder Doppelzimmer. Weitere Daten werden nicht erhoben.

## Datenverarbeitung und Weitergabe persönlicher Daten an Dritte

Mit den Anmeldungen werden die persönlichen Daten der Teilnehmenden erfasst und gespeichert. Die persönlichen Daten der Teilnehmenden werden in Form von Listen festgehalten. Diese Listen werden ggf. an Dritte weitergegeben, sofern es für die Abwicklung der Veranstaltung notwendig ist.

- Tagungshäuser und Referenten
- Organisationen, die Fördergelder zur Verfügung stellen z. B.: Krankenkassen oder Rentenversicherung

## Datenspeicherung/Rechte der Teilnehmenden

Der Kreuzbund Diözesanverband e. V. Fulda speichert die persönlichen Daten der Teilnehmenden auf einer EDV-Anlage. Diese Anlage befindet sich im Besitz und Eigentum des Kreuzbund Diözesanverband e. V. Fulda. Zur Sicherung werden diese Daten auf externen Medien (Backup) gespeichert. Diese Medien befinden sich ebenfalls im Besitz und Eigentum des Kreuzbund Diözesanverband e. V. Fulda. Persönliche Daten der Teilnehmenden werden nach Beendigung der Veranstaltung unter Berücksichtigung der steuerrechtlich relevanten Aufbewahrungsfristen gelöscht.

## Fotos

Während der Veranstaltung werden Aufnahmen gemacht. Diese Bildmaterial wird im Internet ([www.kreuzbund-fulda.de](http://www.kreuzbund-fulda.de)) und in Printmedien des DV Fulda und ggf. des Kreuzbund e. V. Weggefährte veröffentlicht. Dieser Veröffentlichung von Fotos kann rechtzeitig vor Beginn der Veranstaltung mittels einer formlosen E-Mail an die o. a. Adressen widersprochen werden. Darüber hinaus kann ein Widerspruch zu Veröffentlichung von Bildmaterial am Anfang der Veranstaltung bei der Leitung eingelegt werden.

## Einverständniserklärung

Mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung erkennt der Teilnehmende die Datenschutzerklärung an.

Hofbieber, den 19.08.2021

*Marianne Leitsch* (Vorsitzende)

*Robert Leitsch* (Geschäftsführer)