



Fortbildungen für Selbsthilfegruppen 2026

Workshops für Leitungen von Selbsthilfegruppen

Generative KI in der Selbsthilfe nutzen – Chancen für die Öffentlichkeitsarbeit entdecken

Wirksame Öffentlichkeitsarbeit benötigt Zeit und personelle Ressourcen. Generative KI, also Tools wie ChatGPT, Claude oder Perplexity könnte hier gute Unterstützung leisten und sogar neue Möglichkeiten eröffnen. Im Webinar richten wir den Blick sowohl auf realistische Einsatzmöglichkeiten als auch auf wichtige Einschränkungen.

Inhalte: KI-Grundlagen verstehen, Praktische Anwendungen für die Selbsthilfe und KI für Fortgeschrittene.

Referentin: Annette Jäckel, Strategische Kommunikation

**Mo.,
23.3.2026
18-20 Uhr**

online

Kommunikation in Selbsthilfegruppen

Selbsthilfegruppen leben vom Austausch und Gesprächen. Um sich auf Inhalte fokussieren zu können, sollten die Gespräche strukturiert und begleitet werden. Diese Verantwortung kann beängstigend wirken und zu Unsicherheit führen.

In diesem ganztägigen Workshop können Sie die Grundlagen und Techniken der wertschätzenden und konstruktiven Kommunikation kennenlernen. Ihre eigenen Stärken im Umgang mit bestimmten Kommunikationsstilen, Störungen und Konflikten stehen im Fokus des Workshops.

Referent: Christian Harneit, Diplom-Psychologe
Gesellschaft für angewandte Kommunikation

**Sa.,
25.4.2026
10-16 Uhr**

Caritas-
Begegnungsstätte
Kasernenstraße 37
54516 Wittlich

Gewaltfreie Kommunikation

Das Seminar orientiert sich an dem von M. B. Rosenberg entwickelten Kommunikations- und Konfliktlöseprozess der „Gewaltfreien Kommunikation“, der uns Menschen darin unterstützt, mit sich selbst und anderen in eine einfühlsame Verbindung zu gehen. Das Seminar lädt ein, sich die eigenen Bedürfnisse und Verhaltensmuster bewusst zu machen und gibt Impulse, darauf aufbauend sinnvolle kommunikative Strategien zu entwickeln. Aspekte der Stressbewältigung und Resilienz werden aufgegriffen und die Konfliktfähigkeit der Teilnehmenden gestärkt.

Referentin: Judith Denker, M.Sc. Psych., Eichenberg Institut

**Do.,
18.6.2026
17-18:30 Uhr**

online



Fortbildungen für Selbsthilfegruppen 2026

Workshops für Leitungen von Selbsthilfegruppen

Engagement im Wandel -

Wie Selbsthilfegruppen ihre Anziehungskraft neu entdecken

Die Art und Weise, wie sich Menschen (ehrenamtlich) engagieren, verändert sich. Dies stellt auch Selbsthilfegruppen vor grundsätzliche Herausforderungen: Wie weiterhin neue Mitglieder gewinnen? Wie bestehende Organisationsstrukturen an aktuelle Bedürfnisse anpassen? In diesem Workshop diskutieren wir Möglichkeiten, wie Selbsthilfegruppen relevant bleiben, neue Personen erreichen und das Engagement in der Gruppe stärken können.

Referentin: Annette Jäckel, Strategische Kommunikation

**Mo.,
7.9.2026
18-20 Uhr**
online

Das Gruppen-Konto im Griff

Grundlagen der Buchführung für Selbsthilfegruppen

Eine Selbsthilfegruppe verursacht Kosten – etwa für Räume, Referenten oder Infomaterial. Oft übernehmen Engagierte ohne Vorkenntnisse die Finanzverwaltung und stehen vor Fragen wie: Welche Belege brauche ich? Wie führe ich ein Kassenbuch? Was ist bei Fördermitteln wichtig?

Im zweistündigen Seminar vermitteln wir leicht verständlich die Grundlagen der Kassen- und Buchführung für Selbsthilfegruppen – ohne Fachsprache, mit vielen praktischen Beispielen. Das Angebot richtet sich an Gruppenleitungen und alle, die für Finanzen verantwortlich sind.

Referent: Andreas Schleimer, Sozialmanager B. A., Leiter der SEKIS Trier

**Di.,
27.10.2026
18-20 Uhr**

Seminarraum SEKIS
Stresemannstr. 5-9
54290 Trier

Gruppenleitung sein – Teilnehmer:in bleiben

Oft übernehmen Gruppenleitungen Moderation und Organisationsaufgaben für die Selbsthilfegruppe. Gleichzeitig haben auch sie Unterstützungsbedarfe und Anliegen an die Anderen. Diese beiden Rollen unter einen Hut zu bringen, kann herausfordern.

Im Workshop beschäftigen wir uns mit den Aufgaben einer Leitung und mit der gemeinsamen Verantwortung einer Selbsthilfegruppe. Wir sprechen über Möglichkeiten und Grenzen des Einzelnen ebenso wie über Absprachen und Aufgabenteilung, die hilfreich sein kann.

Referentin: Ingrid Sauer, Diplom-Sozialpädagogin, Coach, TZI-Ausbildung

**Sa.,
07.11.2026
10-16 Uhr**

DRK-Lehrraum
Gerolstein
Hauptstraße 7a
54568 Gerolstein



Fortbildungen für Selbsthilfegruppen 2026

Workshops für Leitungen von Selbsthilfegruppen

SEKIS
Selbsthilfe Kontakt- und
Informationsstelle e.V. Trier

Krise als Chance

Krisen gehören zu unserem Menschsein, wie das Ein- und Ausatmen, wie Freud und Leid. Durch Krisen werden wir gezwungen innezuhalten und uns mit uns selbst auseinanderzusetzen.

Um die möglichen Chancen einer Krise zu betrachten, werden wir im Workshop an individuellen Beispielen Krisen reflektieren, betrachten und eine Vision entwickeln, zu welchen Veränderungen die Krise führen könnte.

Im Workshop werden themenbezogene Phantasie Reisen angeboten. Dazu werden individuelle Bilder gemalt.

Referent: Walter Zender,
Kunsttherapeut, Focussing, Heilpraktiker Psychotherapie

Sa.,

21.11.2026

10-16 Uhr

Seminarraum SEKIS
Stresemannstr. 5-9
54290 Trier

ANMELDUNG UND KONTAKT

Die Veranstaltungen richten sich ausschließlich an Leitungen von Selbsthilfegruppen.

Hinweise zum Datenschutz finden Sie auf unserer Webseite www.sekis-trier.de im Bereich Downloads.

Die Teilnahme kostet 6 Euro.

Wenn die Bezahlung für Sie schwierig ist, sprechen Sie uns bitte an – wir finden gemeinsam eine Lösung. Anmeldungen erfolgen über www.sekis-trier.de oder QR-Code scannen.



Vielen Dank an die IKK Südwest für die Förderung.

SEKIS Trier

Stresemannstr. 5-9, 54290 Trier

Telefon: 0651-141180

E-Mail: kontakt@sekis-trier.de

www.sekis-trier.de

Sprechzeiten:

MO 9-12 und 16-19 Uhr

MI 14-16 Uhr

DO 9-12 Uhr

FR 9-12 Uhr