ADULA-Komitee Hamburg – Info

Hallo und herzlich willkommen zum ADULA Nord-Komitee in Hamburg!

Dies Komitee führen wir als Fortsetzung der Klinik-Komitees in Eigenregie zum Zwecke der heilsamen Nachsorge durch. Aus Kostengründen wir verzichten auf die Unterstützung durch Therapeuten. Grundlage sind die Komitee-Regeln der ADULA-Klinik, die natürlich nicht „abgearbeitet“ oder buchstabengetreu eingehalten werden sollen, sondern sie sind lediglich als Hilfe, als Orientierung, als Anregung gedacht, wenn einmal „den Faden verlieren“.

Wir wünschen dir, dass du dich bei uns wohlfühlst.

Absicht	Das vordergründige Interesse gilt der Besserung und Heilung unseres depressiven und/oder emotionalen Leidens – wie auch immer dies vom Einzelnen erlebt wird – aufbauend auf den Erfahrungen, die wir in unserem Klinikaufenthalt gesammelt haben. Auf der Idee der therapeutischen Lehr-Lern-Gemeinschaft kann jeder Teilnehmer seinen eigenen Heilungsprozess fortsetzen. Hier ist der Raum für das Überwinden der Schamschwelle sich anderen erkennbar zu machen, sich Hilfe und Unterstützung aus der verständnisvollen Gemeinschaft zu holen und Bewältigungsmöglichkeiten für innere und zwischenmenschliche Konflikte zu entwickeln. Die Komiteearbeit ist lösungs- und unterstützungsorientiert und arbeitet in Beziehung zu sich selbst und in Beziehung zu anderen Menschen.
Arbeitsweise	➢ Achtsamer, respektvoller und liebevoller Umgang miteinander ➢ Offenheit, Vertrauen, Begegnung und Nähe ➢ Wortmeldungen von Rückfällen, Fortschritten oder Erlebnissen ➢ Rückmeldung zu Wortmeldungen (Resonanz und Spiegelung) ➢ Keine Bewertungen, Ratschläge oder Interpretationen ➢ Konfrontation, bzw. klärende Begegnungen ➢ Moderation in Eigenregie, d.h. ohne Unterstützung durch Therapeuten ➢ Schutz und Anonymität nach außen
Zielgruppe	Es ist ratsam, dass die Teilnehmer die Komiteearbeit aus einer sog. 12-Schritte-Klinik, bzw. einer Klinik nach dem Bad Herrenalber Modell kennen. Daher sind **ehemalige Patienten der ADULA Klinik in Oberstdorf, der Hochgrat-Klinik, der Klinik Bad Grönenbach und der Klinik-Bad-Herrenalb** bevorzugte Komitee-Teilnehmer. Interessenten, die die Komiteearbeit nicht kennen, sind gebeten zuvor Kontakt aufzunehmen, um die Möglichkeiten abzuklären.
Ort + Zeit	**Hamburg-Wandsbek, Brauhausstieg 15, 2. OG, Raum 5** **Jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat um 18:00 Uhr** sowie **Hamburg-Harburg, Neue Straße 27, 3. OG, Klingel „KISS“** **Jeden 1. Und 3. Donnerstag im Monat um 20 Uhr** Die Komitees finden durchgängig statt, d.h. auch in Ferienzeiten. Ein Termin fällt nur dann aus, wenn er auf einen gesetzlichen Feiertag fällt, sowie zwischen Weihnachten und Neujahr.
Kosten	Der Raum ist uns von KISS-Hamburg zur Verfügung gestellt. Für die Miete der Räumlichkeiten fallen **keine Kosten** an. Bedarfe, die darüber hinaus gehen, müssen wir selber tragen. Da es bisher keinerlei Bedarfe gegeben hat, führen wir auch keine Kasse.
Kontakt	eMail: ADULA-Komitee-Hamburg@gmx.de und ehemalige-adulaner@gmx.org Horst B. 0175-244 99 45 — Marco W. 0176-78 16 37 75 — Andreas D. 0157-85 90 50 93 (19-22 Uhr)