

IGsgMAR

Interessengemeinschaft seelisch gesunder Menschen in Arbeit oder Rehabilitation

Email: igsgmar@aol.com

gefördert durch den Verband der Ersatzkassen

Selbsthilfegruppe IGsgMAR:

Seelische Gesundheit am Arbeitsplatz fördern

Die Interessengemeinschaft seelisch gesunder Menschen in Arbeit oder Rehabilitation (IGsgMAR) entstand im Oktober 2007. Ihr Ursprung ist die Idee, Menschen mit psychischen Erkrankungen eine Selbsthilfegruppe anzubieten, die den Zusammenhang zwischen seelischer Gesundheit und Berufstätigkeit zum Thema macht. Viele dieser Menschen stehen im Arbeitsleben, möchten dorthin zurück und/oder haben Schwierigkeiten, mit den psychischen Belastungen im Arbeitsleben und ihren eigenen Empfindlichkeiten angemessen umzugehen. Es geht z.B. um die Gestaltung der Beziehungen zu Kollegen und Vorgesetzten oder um Bewerbungssituationen, wobei ungewohnte Leistungsanforderungen am Arbeitsplatz, Stresserleben und Versagensängste für Beeinträchtigungen sorgen.

Die IGsgMAR bietet einen Erfahrungsaustausch über die individuelle Arbeitssituation und ihre besonderen Probleme. Sie richtet sich insbesondere an Arbeitnehmer, Arbeitslose und Rehabilitanden. Besondere Zugangsvoraussetzungen gibt es nicht. Eine Bereitschaft, sich konstruktiv mit dem Thema Arbeit auseinanderzusetzen zu wollen, wird erwartet. Die IGsgMAR möchte tendenziell zum Arbeiten ermuntern. Die Gruppenabende beinhalten einen themenzentrierten Erfahrungsaustausch, bestimmt durch die Wortbeiträge der Teilnehmer mit einem Einstieg durch die Anleiter Susanne Beutner und Lorenz Tiedemann.

Die Gruppensitzungen finden einmal monatlich statt.

In der Regel an einem Montag 18:30 bis 20:00 (Termine auf der Rückseite)

Freizeitheim Lister Turm

Walderseestraße 100, 30171 Hannover

U-Bahn 3,7 bis Lister Platz

Therapeutischen Erwartungen und rechtlicher Beratung kann nicht entsprochen werden.

Wir freuen uns auch über neue Mitglieder, die bereits mit dem Themenbereich vertraut sind und mit interessanten Beiträgen die Gruppenabende bereichern können.

Wer Einladungen zu den monatlichen Treffen bekommen möchte, wende sich an KIBIS oder schreibe eine E-Mail. Auf facebook befinden sich viele Fachbeiträge.

Kontakt: KIBIS Tel. 66 65 67 IGsgMAR / Lorenz Tel.: 01 63 - 69 17 10 1

Email: igsgmar@aol.com

facebook: <https://www.facebook.com/Arbeit.und.seelische.Gesundheit/>