



Trialog

Begegnung auf gleicher
Augenhöhe zwischen
Betroffenen, Angehörigen
und Fachpersonal

Julia Kaufmann & Manuel Gatterer



Trialog

Konzept und
Entstehungsgeschichte

Dr. Julia Kaufmann
Dienststelle für Selbsthilfegruppen im
Dachverband für Soziales und Gesundheit



Trialog: eine Initiative von

- Verband Ariadne - für die psychische Gesundheit aller
- Lichtung - Verein zur Förderung der psychischen Gesundheit
- Dienststelle für Selbsthilfegruppen des Dachverbandes
- Psychiatrischer Dienst Meran
- Sozialdienste der Bezirksgemeinschaft Burggrafenamt



Bezirksgemeinschaft Burggrafenamt
Comunità Comprensoriale Burgraviato



Trialog: was ist das?

Menschen mit psychischen Problemen,
deren Angehörige und
im Bereich der psychischen Gesundheit tätige Personen
treffen sich,
nicht um übereinander, sondern um miteinander auf
Augenhöhe über die eigenen Erfahrungen zu sprechen.



Trialog: was ist das?

Durch das gegenseitige Zuhören und miteinander Reden wird ein **Lernen voneinander** möglich.

In einem Klima von gegenseitiger Wertschätzung, Offenheit und Vertraulichkeit kann es zu wirklichen **Begegnungen** und einem **tieferen, gemeinsamen Verständnis von psychischer Erkrankung** kommen.



Trialog: was ist das?

Jedes trialogische Treffen steht unter einem anderen, gemeinsam vereinbarten **Thema**, zu dem sich die Teilnehmer/innen mit ihren Erfahrungen austauschen.

Ein/e **Moderator/in** (dies kann ein/e Betroffene/r, ein/e Angehörige/r oder eine Fachperson sein) hütet Zeit und Thema und sorgt für ein konstruktives Gesprächsklima.

Absolute **Vertraulichkeit** muss natürlich auch bei trialogischen Treffen gewährleistet sein: alles, was hier gesagt wird, bleibt im Raum.



Trialog: Ziele

- Begegnung und **Erfahrungsaustausch** auf Augenhöhe
- Mehr und besseres wechselseitiges **Verständnis** durch dieses Anteilgeben und Anteilnehmen
- **Stärkung** der Einzelnen und **Wertschätzung** ihrer Kompetenzen
- Vermittlung von **Kraft, Hoffnung und Solidarität**
- **Perspektivenwechsel** wird möglich



Trialog: eingeladen sind

- Menschen mit psychischen Problemen
- Angehörige von Menschen mit psychischer Erkrankung
- Fachpersonen, die beruflich mit psychisch erkrankten Menschen zu tun haben
- Alle interessierten Mitbürger/innen

Trialog: die Treffen

Die Treffen finden in der Regel am **1. Donnerstag** im Monat von 18:00 bis 20:00 Uhr in der Fachoberschule „Marie Curie“, Mazziniplatz 1 in **Meran** statt.

Die Teilnahme an den Treffen ist **kostenlos** und für alle offen. Es ist **keine Anmeldung** erforderlich. Die Treffen finden in deutscher Sprache statt.





Trialog: die bisherigen Themen

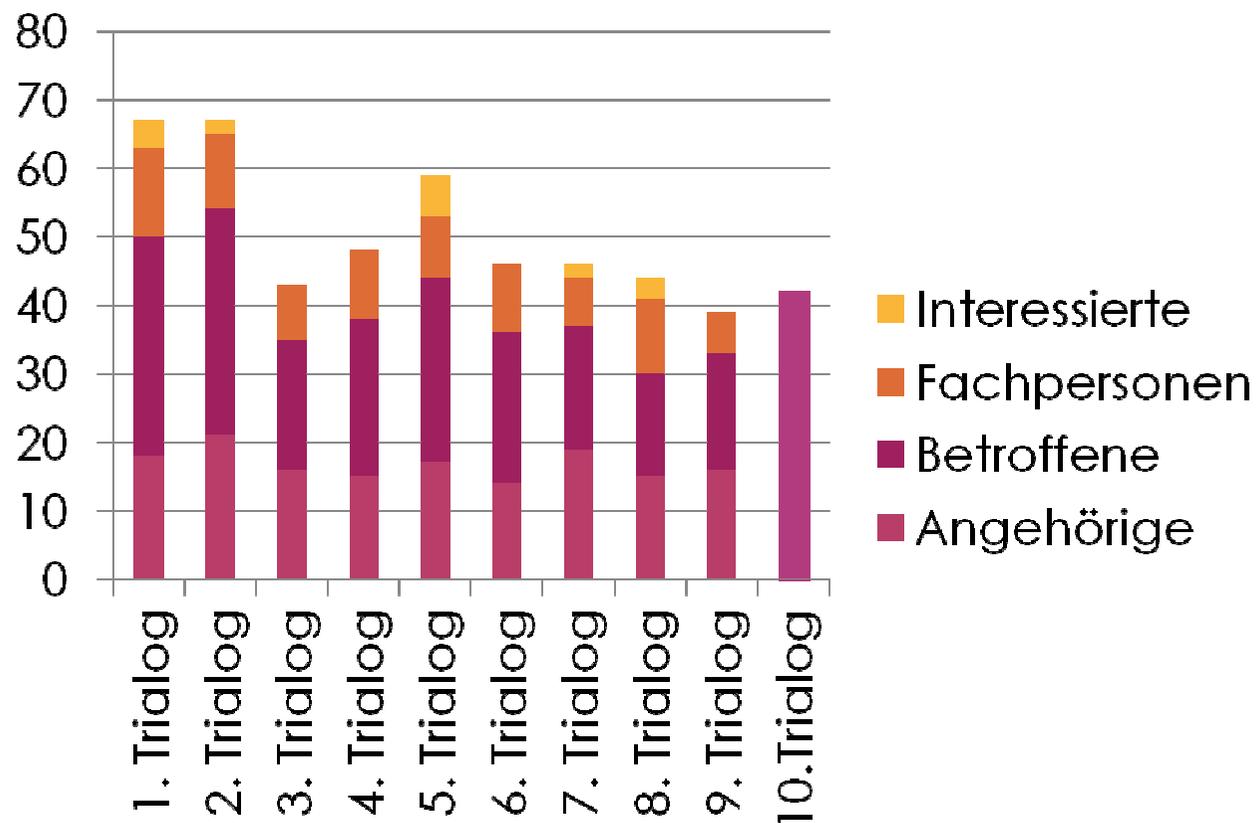
1. Was mir schon geholfen hat...
2. Kann ich - wie kann ich seelisches Leiden verstehen?
3. Wie komme ich in Kontakt zu mir, zu meinen Gefühlen und in Beziehung zu den Anderen?
4. Wie gehe ich mit Medikamenten um und welche Erfahrungen habe ich damit gemacht?
5. Zur psychischen Erkrankung stehen - Wege aus Scham und Schuld
6. Was ist schon normal? Wie wir es schaffen können, gut zu leben
7. Erschütterungen im Leben: Wie schaffe ich es, wieder Stabilität herzustellen?
8. Arbeit im Spannungsfeld zwischen Chance und Risiko: Wie wichtig ist Arbeit für mein Leben, welche Gefahren und Risiken kann sie bergen und wie bewege ich mich in diesem Spannungsfeld?
9. Beziehungen - Welche Rolle spielen sie in meinem Leben? Wie erhalte ich Beziehungen die mir gut tun und wie distanziere ich mich von solchen, die mir Energie rauben?
10. Wie knüpfe und gestalte ich ein stabiles Netz(werk), das auch in Krankheitszeiten, in Zeiten von Beziehungs-losigkeit und Isolation helfen kann?



Trialog: die Teilnehmeranzahl

	Angehörige	Betroffene	Fachpersonen	Interessierte	Gesamt (ohne Mehrfachnennungen)
05.11.2015	18	32	13	4	75
03.12.2015	21	33	11	2	65
07.01.2016	16	19	8	0	44
04.02.2016	15	23	10	0	48
03.03.2016	17	27	9	6	50
07.04.2016	14	22	10	0	47
05.05.2016	19	18	7	2	38
09.06.2016	15	15	11	3	44
01.09.2016	16	17	6	0	32
06.10.2016					42
	151	206	85	17	485

Trialog: die Zielgruppen





Trialog: die Treffen finde ich

hilfreich (4); informativ (2); super gute Sache; notwendig; (sehr) wertvoll (3); Spitzel;
wundervoll; herrschaftsfrei; inklusiv; sehr gut (3); lehrreich (3); interessant (7);
ausgesprochen wohltuend; gut (2); großartiges Projekt; alle gleichberechtigt,
teilnahmeberechtigt; zielführend; sehr gute Erfahrung; man fühlt sich wohl und
angenommen und stärker; gemeinschaftsbildend; man kann sich austauschen;
aufschlussreich (2); offen; tolle Atmosphäre; einfach super; gehe nach jedem Treffen
erleichtert nach Hause; wichtig; orientierend; motivierend; sehr gut (2); sinnvoll;
angebracht; anregend (2); oft auch berührend; schätze Offenheit und Respekt der
Beteiligten; geben mir einen Sinn; Gedankengänge; ein Weg der beruflichen
Erneuerung; spannend; subjektiv; wichtig, um sich austauschen zu können und Personen
besser kennen zu lernen; eine Chance; immer ein schönes Treffen; auszuweiten auf
Menschen, die noch nicht so weit sind; sehr viel Gesprächsbedürfnis der einzelnen; warte
noch ab

Betroffene (Blau)

Angehörige (Rot)

Fachpersonen (Orange)

Angehörig & Betroffen (Lila - rot & blau)

Fachperson & Betroffen (Grün - orange & blau)

Fachperson & Angehörig (Braun - orange & rot)



Trialog: das nächste Treffen



Einladung zum 11. trialogischen Treffen in Meran

Das Treffen steht unter dem Thema **Kinder von Eltern mit psychischen Problemen**

Datum: Donnerstag, 10. November 2016
Zeit: von 18:00 bis 20:00 Uhr
Ort: Fachoberschule „Marie Curie“, Mazziniplatz 1, Meran

Das Treffen findet in deutscher Sprache statt. Die Teilnahme ist kostenlos. Es ist keine Anmeldung erforderlich!

**Seien Sie dabei!
Wir freuen uns!**



Eingeladen sind:

- ★ Menschen mit psychischen Problemen
- ★ Angehörige von Menschen mit psychischer Erkrankung
- ★ Fachpersonen, die beruflich mit psychisch erkrankten Menschen zu tun haben
- ★ Alle interessierten Mitbürger/innen

Ziel der trialogischen Treffen ist es:

- ★ Begegnung und Erfahrungsaustausch auf Augenhöhe
- ★ Mehr und besseres wechselseitiges Verständnis durch dieses Anteilgeben und Anteilnehmen
- ★ Stärkung der Einzelnen und Wertschätzung ihrer Kompetenzen
- ★ Vermittlung von Kraft, Hoffnung und Solidarität

Wichtig für das Gelingen trialogischer Treffen ist:

- ★ Jede/r spricht über eigenes Erleben und eigene Erfahrungen.
- ★ Unterschiedliche Erlebens- und Sichtweisen haben ihre Berechtigung und werden nicht bewertet.
- ★ Jede/r ist eingeladen, sich am Gespräch zu beteiligen, entscheidet dies aber selbst.
- ★ Ein/e Moderator/in hütet Zeit und Thema und sorgt für ein konstruktives, wertschätzendes Gesprächsklima.
- ★ Absolute Vertraulichkeit muss natürlich auch gewährleistet sein: alles, was gesagt wird, bleibt im Raum.

Eine Initiative von



in Kooperation mit:

 LICHTUNG/GIRASOLE Associazione di Comunità Familiari e di Supporto Psichico	 Disabilità (e) Subaltipleggia Servizio per i Gruppi di Auto Aiuto Previdenza per i Servizi di Base
 Servizio Sociale Società Cooperativa Società Cooperativa Società Cooperativa	 Comunità Comprenditoriale Burgraviato SocAidOnline - Servizi Sociali

mit Unterstützung



Trialog

Ein Erfahrungsbericht

Manuel Gatterer

Verband Ariadne, für die psychische
Gesundheit aller

EX-IN Genesungsbegleiter in Ausbildung