

2 | 2021
Sommer

Selbst Hilfe

Verband Ariadne - für die psychische Gesundheit aller EO

**Zueinander (finden) -
trovarsi**

Inhalt

- 3 Editorial
- 4-6 Zueinander (finden) - trovarsi - Ein Sensibilisierungsprojekt zum Thema der psychischen Gesundheit
- 7 Zum Verhältnis von Kunst und psychischer Gesundheit
- 8-9 Kunst trifft Psyche - Künstlerische Performances bei den Auftaktveranstaltungen
- 10 Reden
- 11 Zuhören bedeutet...
- 12-13 Impressionen
- 14-17 Gekommen, um zu bleiben - die orange Bank als Möglichkeit zur Reflexion
- 18 Vorankündigung Finissage
- 18 Herzlichen Dank für die großzügige Spende!
- 19 Urban Goose Game - Meran wird bunt am 26. September für die erste Ausgabe des UGGAME
- 20 Tagung: Hilfeleistung Psychiatrie

Impressum

Dritteljährliche Informationsschrift des Verbandes Ariadne - für die psychische Gesundheit aller EO
Eintragung beim Tribunal Bozen: Nr. 17/95 R. St. vom 3.7.1995

Herausgeber: Verband Ariadne - für die psychische Gesundheit aller EO, G.-Galilei-Str. 4/a - 39100 Bozen, Tel. 0471 260 303 - Fax 0471 408 687, info@ariadne.bz.it - www.ariadne.bz.it

Verantwortlich für den Inhalt: Carla Leverato

Redaktion: Martin Achmüller, Ulrike Federspiel, Margot Gojer, Carla Leverato, Carmen Premstaller, Sonia Simonitto;

Übersetzung: Martin Achmüller, Margot Gojer, Carla Leverato, Carmen Premstaller, Sonia Simonitto, Paola Zimmermann;

Layout: Carmen Premstaller

Druck: Karo Druck, Frangart

Bilder: Archiv; pixabay.com; unsplash.com; pexels.com;

Bilder „Zueinander (finden) - trovarsi“: Damian Pertoll www.damianpertoll.com; VB Ariadne

Design Bank: Annika Terwey; **Logo:** Sophie Lazeri

Nachdruck und Verbreitung - auch auszugsweise - nur mit Einwilligung des Herausgebers. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die Meinung des Autors wieder.

Die Redaktion dankt allen, die durch verschiedene Beiträge zur Veröffentlichung dieser Ausgabe beigetragen haben. Sie behält sich das Recht vor, Kürzungen an den Texten vorzunehmen.





Carla Leverato

Liebe Leserinnen und Leser!

Wenn die orangen Bänke symbolisch dafür stehen, sich gegenseitig (wieder) zu begegnen, miteinander zu reden, einander zuzuhören und mitzuempfinden, dann wünsche ich mir viele solcher Bänke...

 ...eine auf der psychiatrischen Abteilung, um den Schmerz und die Verwirrung meiner Freundin aufzufangen, die vor kurzem eingeliefert wurde und die nicht versteht, weshalb sie dort ist. Ich möchte sie in den Arm nehmen und ihr all die Ruhe und Gelassenheit schenken, die ich in mir habe.

 ...eine mitten im Grünen, um mich mit Silvia zu unterhalten, die ihren Sohn überzeugen konnte, den Anweisungen des Arztes zu folgen und die verordneten Medikamente regelmäßig einzunehmen. Außerdem hat er endlich eine für ihn passende Arbeit gefunden: Er kümmert sich um die Pflanzen in einem Gewächshaus.

 ...eine im Büro des Verbandes Ariadne, um den Mitarbeiterinnen zu sagen, wie wichtig ihre oft unsichtbare Arbeit für die Mitglieder ist. Wie durch Zauberhand organisieren sie Ferienaktionen, Tagungen,

trialogische Treffen..., die für die Mitglieder so wertvoll sind.

 ...eine in der Gaismairstraße, wo sich für viele Jahre das Büro des Verbandes, der damals noch Verband Angehöriger und Freunde psychisch Kranker hieß, befand. Ich wünsche mir, dass alle Vertreter*innen der Vorstände des Verbandes der vergangenen Jahre zusammenkommen. Gemeinsam haben sie intensiv daran gearbeitet, den Verband zu dem zu machen, was er heute ist: ein auf festen Beinen stehender, gesellschaftlich respektierter und angesehener Verband.

 ...eine am Eingang zur psychiatrischen Abteilung, wo die Angehörigen unter sich sein können, um sich auszutauschen und sich gegenseitig zu trösten, wo man sich bei allen Mitarbeiter*innen für ihre Aufmerksamkeit, ihr offenes Ohr, ihre Professionalität den Patient*innen und Angehörigen gegenüber bedanken kann.

 ...eine inmitten einer grünen Wiese für die zahlreichen Freiwilligen des Verbandes Ariadne, die die Angebote des Verbandes zum Wohle der Mitglieder garantieren, unterstützen und begleiten und die ohne sie nicht möglich wären.

 ...eine Bank auf dem Silvius-Magnago-Platz um die vorbeigehenden Politiker*innen zu fragen,

was sie über psychische Gesundheit wissen, um ihnen in die Augen zu schauen und sie zu bitten, ihre Priorität nicht auf die Kosteneinsparung zu legen, sondern auf den Menschen, auf die Gesundheit.

 ...eine vor den Oberschulen, um mich mit den Jugendlichen über psychische Gesundheit zu unterhalten und um sie zu bitten, ihren Klassenkolleg*innen beizustehen, wenn diese eine Krise durchleben, wenn diese auffällige Symptome wie übermäßige Aggression, Anorexie, Apathie... zeigen. Und ich möchte mit den Eltern und Lehrpersonen sprechen und sie bitten, auffälliges Verhalten nicht zu ignorieren und als rein pubertäres Phänomen abzutun, sondern sich rechtzeitig an eine kompetente Stelle zu wenden.

 ...und eine weitere Bank würde ich bei meinen Freunden auf dem Ritten aufstellen. Dort finden im Laufe des Sommers die Arbeiten des Redaktionskomitees ihren Abschluss. Texte, Übersetzungen, grafische Gestaltung usw. werden begutachtet und die Arbeit, die für jede Ausgabe ca. drei Monate dauert und einen offenen Ideenaustausch sowie die Verteilung der Aufgaben mit sich bringt, findet ein Ende, auf das Carla, Sonia, Ulli, Martin, Margot und Carmen stolz sein können. ●



Zueinander (finden) - trovarsi

Ein Sensibilisierungsprojekt zum Thema der psychischen Gesundheit

Ulrike Federspiel

Eine auffällige orange Sitzbank fordert zum Betrachten auf und regt zum Verweilen an. Drei Menschen finden Platz auf dieser ungewöhnlichen Bank, sie fällt ins Auge und unweigerlich kommt der Gedanke auf: Warum drei einander zugewandte Sitzplätze? Warum die orange Farbe?

Und genau das ist der Sinn dieses Projekts mit der besonderen orangen Bank: neue Wege gehen, alte Muster aufbrechen und zum Nachdenken anregen.

Auf dieser orangen „sozialen Bank“ können Menschen sitzen, reden und im Gespräch zueinander finden: einander zugewandt und nicht nebeneinander, wodurch ein sozialer Austausch vielleicht leichter gelingen kann. Die Sitzmöglichkeiten auf der Bank sind im übertragenen Sinne zu verstehen: Menschen sollen sich einander zuwenden, statt sich abzuwenden. Es ist wichtig, dass wir einander zuhören, uns Zeit für andere Menschen nehmen und jeden Menschen so annehmen, wie er ist – mit all seinen Stärken und Schwächen. Öffentliches Stigma durch Vorurteile, Ausgrenzung und Diskriminierung sind nämlich beim Thema der psychischen Gesundheit immer noch an der Tagesordnung.

Die Farbe Orange wurde gewählt, weil sie mit den Farben des dörflichen und städtischen Raumes bricht, sie sticht hervor aus dem eher grauen Alltag der Dörfer und Städte und lädt uns ein hinzuschauen und innezuhalten.

Mit diesem Projekt will der Verband Ariadne - für die psychische Gesundheit aller EO in Zusammenarbeit mit dem Dachverband für Soziales und Gesundheit - DSG und dem Südtiroler Künstlerbund die Bevölkerung für das Thema psychische Gesundheit sensibilisieren. Das Projekt wird von der Autonomen Provinz Bozen - Abteilung Gesundheit und dem Ministerium für Arbeits- und Sozialpolitik finanziert.

Das Projekt

Ziel der Initiatoren des Projektes ist es, Menschen aller Altersgruppen durch die „soziale Bank“ zum Nachdenken über dieses immer noch tabubehaftete Thema anzuregen. Vielleicht gelingt es dadurch dem einen oder anderen Menschen auch, seine eigene Haltung zu reflektieren und seinen Blickwinkel zu verändern, denn die psychische Gesundheit ist ein kostbares Gut und für alle Menschen gleichermaßen wichtig, da eine psychische

Erkrankung jeden von uns treffen kann.

Deshalb unterstützt der Verband Ariadne bereits seit mehr als 30 Jahren Menschen mit psychischen Erkrankungen und speziell deren Angehörige. Das Thema psychische Gesundheit wird vom Verband in verschiedenster Weise thematisiert, wobei seit mehreren Jahren der sogenannte „Offene Dialog – open dialogue“ gefördert wird, denn offen mit anderen Menschen über psychische Erkrankungen zu sprechen, ist eigentlich immer noch ein Tabu. Viele Menschen in Südtirol leiden unter verschiedensten Formen von psychischen Erkrankungen, wie beispielsweise Depressionen oder Angststörungen.

Die gesetzmäßig verordnete Distanz während der Corona-Pandemie hat ihres dazu beigetragen, um diese Gefühle und Empfindungen noch zu verstärken. Im letzten Jahr haben bei vielen Menschen Belas-



tungen und Unsicherheiten, Einsamkeit und gesellschaftliche Isolation zugenommen, was sich bei sehr vielen Menschen aller Altersgruppen und sozialen Schichten enorm auf die psychische Gesundheit ausgewirkt hat.

Die Idee

Gemeinsam mit zwei jungen Südtiroler Designerinnen entstand die Idee, Menschen durch eine Kunstinstallation im öffentlichen Raum auf das Thema der psychischen Gesundheit aufmerksam zu machen. Die in Berlin lebenden Designerinnen Annika Terwey und Sophie Lazari haben hierfür eine orange Bank mit drei Sitzplätzen entworfen.

Die Installation ist von Mai bis Oktober 2021 im öffentlichen Raum von zehn Südtiroler Gemeinden im Zwei-Wochen-Takt zugänglich. Start der Wanderausstellung war am 12. Mai in Bozen, dann folgten Lana, Brixen, Innichen, Salurn, Mals, St. Ulrich, Kaltern, Meran und Kastelruth. In den jeweiligen Gemeinden wird der Start des Projektes „soziale Bank“ durch eine Auftaktveranstaltung umrahmt. Dabei werden verschiedene Künstler*innen in ihrer Darbietung verschiedene Aspekte der seelischen Gesundheit aufgreifen.

In der Umgebung der Sitzbank werden am Boden kurze Texte in deutscher und italienischer Sprache auf Keramiktafeln zu finden sein. Diese Botschaften sollen zu einer kritischen Reflexion anregen.

Als Zeichen der Nachhaltigkeit auf sozialer und ökologischer Ebene wünschen sich der Verband Ariadne und seine Kooperationspartner, dass die „soziale Bank“ weiterhin Teil des öffentlichen Lebens der jeweiligen Gemeinde bleiben kann und an einem bestimmten Ort der Gemeinde, wie zum Beispiel vor der Bibliothek oder Schule, dauerhaft installiert wird. ●

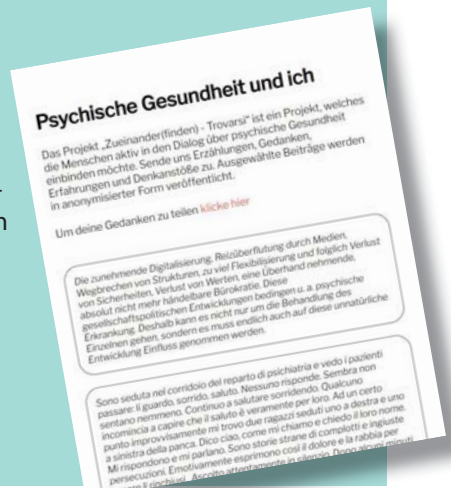
Mach mit und werde Teil des Projektes!

Rund um die Sensibilisierungskampagne wurde auch eine eigene Website erstellt. Dort finden alle Interessierten weitere Informationen zum Projekt, zu den Orten und Terminen sowie zahlreiche Fotos zur Aktion:

www.zueinander-trovarsi.it

Um das Stigma rund um psychische Erkrankungen abzubauen, ist es wichtig, darüber zu reden! Auf der Website können Gedanken, Erlebnisse und Erfahrungen zum Thema in anonymer Form geteilt werden.

Folgt uns und der Aktion auf



Zum Verhältnis von Kunst und psychischer Gesundheit

Sophie Lazari und Annika Terwey

Im urbanen Raum, zwischen malerischen Landschaften und idyllischen Dörfern, zieren kreischorangene Bänke Südtirols Stadt- und Dorfplätze. Unübersehbar bieten sie Platz für Diskussion: Für jene, die sich hinsetzen, sowie für andere, deren Blicke die Aussagen von Betroffenen psychischer Erkrankungen streifen. Die Installation „Zueinander (finden) - trovarsi“ - ein starker Kontrast zu den pittoresken Sehnsuchtsorten - regt an, sich einander zuzuwenden und über die alltäglichen seelischen Lasten zu sprechen.

Nach mehr als einem Jahr Pandemie und mehreren Lockdowns und der

damit verbundenen Isolation, haben die psychischen Belastungen stark zugenommen - darüber zu reden wurde aber nicht leichter. Wie starre Konstrukte verankern sich angelernte Verhaltensmuster und überholte Tabuthemen in einer traditionsbewussten Gesellschaft. Diese zu entstigmatisieren kostet Zeit, Geduld und vor allem eine gewisse Offenheit.

Musik, Kunst, Tanz oder Design ermöglichen es, diese Prozesse anzukurbeln und spielerisch aufzubrechen. Ein einfaches Verändern oder Verschieben von Komponenten im Raum stellt die Dynamik auf den Kopf und setzt die Teilnehmer*innen in neue Verhältnisse. Kunst im öffentlichen Raum ermöglicht es, die Botschaft und Relevanz psychischer Gesundheit flächendeckend zu streuen, indem sie verschiedene soziale Schichten jeden Alters zu erreichen versucht. Das soziale Kunstprojekt „Zueinander (finden) - trovarsi“ spielt genau mit diesen Komponenten und setzt sie ein.

Durch ein Abwandeln der gewohnten Sitzpositionen von Parkbänken verändert sich die zwischenmenschliche Dynamik. Die Bank öffnet einen neuen Spielraum und wird zu einem Symbol der Begegnung und des Austausches. Gebündelt mit den Denkanstößen auf Keramiktäfelchen in Banknähe wird der Sensibilisierungsgedanke rund um psychische Gesundheit auf sprachlicher Ebene unterstützt.

Da wo Worte nicht ausreichen, kann Kunst sprechen. Durch verschiedene Performances konnte das komplexe Thema zusätzlich vermittelt werden.



Ungewöhnliche Formen, Rhythmen und Tänze kreierten einschneidende, schöne und absonderliche Momente. Die Happenings und Begegnungen in den verschiedenen Ortschaften wurden zu Events, an die sich Personen dauerhaft erinnern werden.

Dieser wichtige Bestandteil der Sensibilisierungskampagne ermöglicht, dass Menschen sich auf heikle Themen in einer neuen, ganz ungewohnten Form einlassen können. Dabei wird die Botschaft unterstützt, der Einstieg erleichtert, innovative Räume gebildet und Individuen in neue Verhältnisse gestellt. All dies soll anregen, über alte Dynamiken und Stigmen nachzudenken und zu hinterfragen, ob diese je erforderlich waren. Wie Picasso einmal sagte: „Kunst ist dazu da, den Staub des Alltags von der Seele zu waschen“, um das Leben ein bisschen bunter und leichter zu gestalten. So laden wir mit ähnlichem Gedanken zum Seele baumeln lassen auf den Bänken ein. ●



Kunst trifft Psyche

Künstlerische Performances bei den Auftaktveranstaltungen

Das Ankommen der Bank in einer neuen Gemeinde wird (meist) mit einer Auftaktveranstaltung gefeiert. Neben Grußworten der jeweiligen Gemeindevertreter*innen sprechen Verbandsvertreter*innen über Sinn und Ziel des Projektes und die Künstlerinnen vermitteln den künstlerischen Aspekt daran.

Begleitet wird die Auftaktveranstaltung jeweils durch eine künstlerische, und/oder literarische Performance, die einen Zusammenhang zwischen Kunst und Psyche herstellt und so einen neuen, ungewohnten Zugang zum Thema erlaubt.

Literarische Performance mit Klangbegleitung

Die Schriftstellerin Marianne Ilmer Ebner und der Musiker Georg Maria Lang lassen aus Poesie und Percussion ein Gemeinschaftswerk entstehen, mit dem sie die Anliegen dieser Veranstaltung weitertragen. Die Gedichte der Schriftstellerin erzählen vom Möglichen, vom Ruf nach einer gesunden gesellschaftlichen Veränderung, sie stellen Empfindungen der Krise jenen der Genesung gegenüber. Der Musiker interpretiert die Gedichte mit seinen Instrumenten, reflektiert sie, verdichtet sie, vertieft die Aussagen und schafft für das Gesagte einen eigenen Wirkungsraum.



Bozen - Innichen

Simply (artistic) me

Die Tanzperformance greift die fiktive Geschichte einer Betroffenen auf: Unter depressiven Schüben leidend, fühlt sie sich, trotz äußerer Zuwendung, von der Außenwelt unverstanden. Sie verschließt sich zunehmend. Sie ist müde. Müde von einer andauernden kräftezehrenden Suche – einer Suche, ohne je wirklich zu wissen wonach. Dennoch gelingt es ihr, die letzten Kräfte zu sammeln und sich aufzuraffen. Mit der Tanzperformance, unter der künstlerischen Leitung der Kunsttherapeutin Patrizia Trafoier und der performativen Umsetzung von Yunjung Kim, möchte der lokale ehrenamtliche Verein Healing Arts auf die umfangreichen Möglichkeiten hinweisen, wie Kunst(therapie) Menschen in schwierigen Lebenssituationen unterstützen kann.



Brixen - Salurn - Meran

Literarisch-provokative Performance

Martin Achmüller, Kinderarzt in Pension, seit über 30 Jahren an Depressionen leidend, möchte durch ausdrucksvolle und eindringliche Worte auf die Situation von psychisch erkrankten Menschen aufmerksam machen. Damit soll jeder Mensch angesprochen werden und ein besseres Verständnis für psychisch erkrankte Menschen entwickeln können.

Mals



Approach

Die Performance zeigt Protagonistinnen, die von einem „neutralen Zustand“ – Normalität oder innerem Kern, symbolisiert durch das Grundkleid, das sie tragen – immer wieder in verschiedene Symptome kippen. Für jedes Krankheitsbild gibt es eine neue Bekleidung, einen neuen Rhythmus, eine neue Bewegungsart. Zuerst wirken die Protagonistinnen fremd und unabhängig voneinander, ohne sich gegenseitig zu beachten. Doch im Lauf der Performance schaffen sie Wege, um mit dem Gegenüber in Kontakt zu treten...

Sylvie Riant, bildende Künstlerin und Kunsttherapeutin, und Petra Massardi, Tanz- und Bewegungstherapeutin, sind beide im psychiatrischen Bereich tätig. Musikalisch begleitet wird die Performance von der Cellistin Maria Bozzetta.

St. Ulrich - Kastelruth



kapitel des (miss)verstehens - Performance mit Musik

In lyrischen Textpassagen, eingebettet in schwebende Soundteppiche, thematisiert die Performance von Wolfgang Nöckler die Fragen, die bleiben, wenn ein geliebter Mensch die finale Entscheidung trifft; eine bipolare Störung hatte Wunden gerissen, doch nichts wäre endgültig erschienen, wäre da nicht... vieles bleibt unverständlich, manches erhellt sich, alles wird Teil davon: dem Versuch, zu verstehen, anzuerkennen, dass manches stärker ist... Zu den Sounds von Jakob Schuierer versucht Wolfgang Nöckler Worte zu finden, die andere Menschen in ihrer Befindlichkeit, in ihrem Dasein erreichen sollen.

Kaltern



Reden

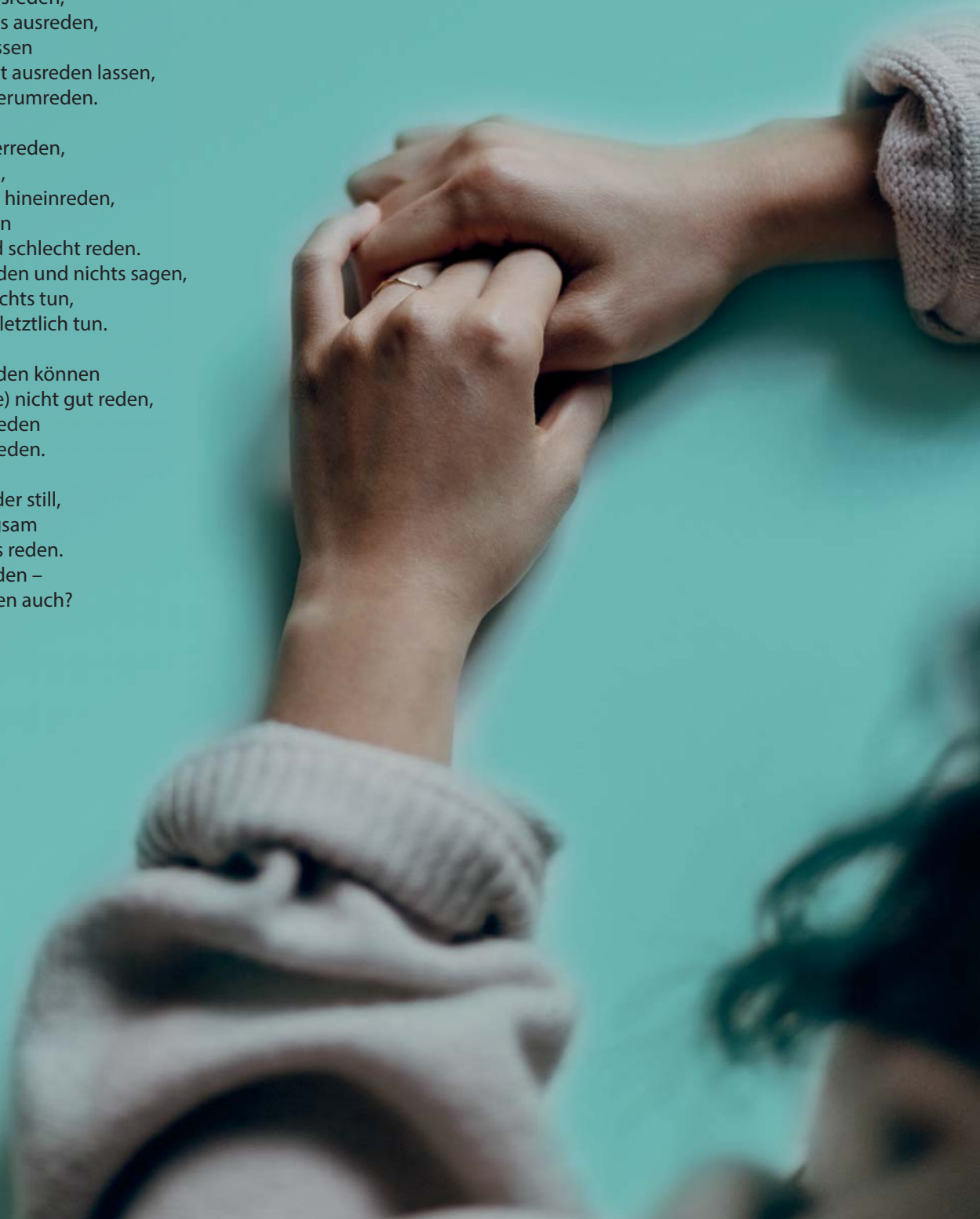
Man kann miteinander reden,
durcheinander reden,
gegeneinander reden;
mit jemand reden,
über jemand reden,
jemand überreden,
jemand zureden
jemand dreinreden,

jemand etwas vorreden,
jemand etwas ausreden,
mit jemand etwas ausreden,
jemand reden lassen
und jemand nicht ausreden lassen,
lang um etwas herumreden.

Man kann sich verreden,
sich herausreden,
sich selber etwas hineinreden,
etwas schönreden
und über jemand schlecht reden.
Man kann viel reden und nichts sagen,
viel reden und nichts tun,
anders reden als letztlich tun.

Man kann gut reden können
und (über andere) nicht gut reden,
man kann groß reden
und etwas kleinreden.

Man kann laut oder still,
schnell oder langsam
oder auch endlos reden.
Du hast leicht reden –
Kannst du zuhören auch?



Zuhören bedeutet...

Carla Leverato

*„Aufmerksam zuhören ohne zu verurteilen ist das größte Geschenk, das man einem Menschen machen kann.“
(Denis Waitley)*

Wer jemals die Erfahrung gemacht hat, dass einem wirklich zugehört wird, weiß, wie gut das tut. Probleme scheinen nicht mehr so groß zu sein. Man schöpft neue Hoffnung und neuen Mut und fühlt sich leichter.

Was bedeutet wirkliches zuhören? Gute Ratschläge geben, erklären, fragen, bewerten, Wege aufzeigen...? Nein, nichts davon!

Zuhören bedeutet vor allem still sein, da sein, aufmerksam sein für das, was gesagt wird. Körpersprache und Stimme zeigen sehr deutlich, ob man wirklich da ist und zuhört.

Einmal bin ich mit einer Frau, die an schweren Depressionen litt, spazieren gegangen. Sie war verzweifelt, redete und weinte ständig.

Als ich heimkam, machte ich mir Vorwürfe, dass ich sie nicht trösten, ihr keinen guten Rat habe geben können. Da erhielt ich von ihr eine Nachricht: „Danke, dass du mich hast reden lassen und mir einfach nur zugehört hast!“

Wie oft meinen wir, wir müssten etwas sagen, gut zureden, die richtige Lösung anbieten?

Wer sagt uns, dass der andere in sich nicht die Kraft hat, selbst einen Weg zu finden, und nur ein Gegenüber, eine Ansprechperson dazu braucht?

Wer wirklich zuhört, kann die Emotion hinter den Worten sofort erfassen, und nimmt manchmal sogar etwas wahr, was der Person selbst noch gar nicht bewusst ist..

Zuhören bedeutet auch, zwischen den Emotionen der anderen und den eigenen zu unterscheiden und letztere für den Moment zurückzustellen. Und das scheint der schwierigste Teil des Zuhörens zu sein.

-

Zuhören bedeutet nicht, den anderen zu unterbrechen, um ihn wissen zu lassen, dass wir sehr wohl wissen, was er sagen wird, und dies als Vorwand zu nutzen, über sich selbst zu sprechen..

Zuhören bedeutet nicht, unbedingt eine Antwort zu haben oder dem anderen zu sagen, was er tun sollte. Zuhören bedeutet nicht, über das Gesagte zu urteilen. Zuhören bedeutet nicht zu verlangen, dass der andere sich ändert. Zuhören heißt nicht, um jeden Preis trösten zu wollen.

Zuhören bedeutet, sich Zeit zu nehmen, die Menschen als das zu nehmen, was sie sind, sie dafür zu schätzen, und zu glauben, dass alles der Wahrheit entspricht – ihre Wahrheit, wenn auch vielleicht nicht meine.

Es bedeutet, ein Stück des Weges gemeinsam zu gehen, sich dem Schritt des anderen anzupassen, anzuhalten, wenn der andere Halt macht und weiterzugehen, wenn der andere weitergeht. ●

Wenn dir jemand zuhört, ohne dich zu verurteilen, ohne zu versuchen, Verantwortung für dich zu übernehmen, ohne zu versuchen, dich zu formen, fühlt es sich sehr gut an. Wenn du mir zugehört hast, kann ich meine Welt mit anderen Augen sehen und weitergehen.

(Carl Rogers)

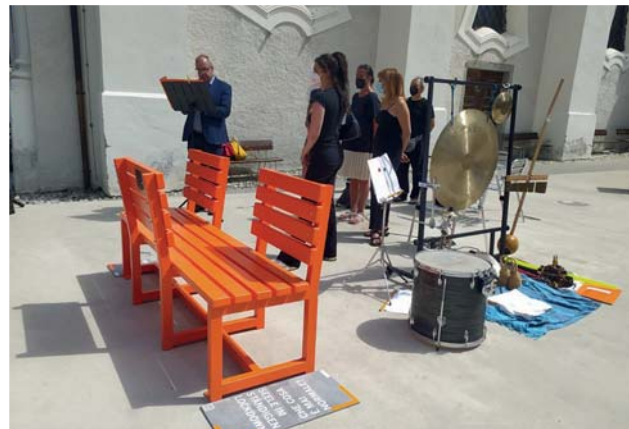




Eind



rücke



Zueinander (finden)
trovarsì



Gekommen, um zu bleiben - die orange Bank als Möglichkeit zur Reflexion

Elisa Erlacher, Koordinatorin des Projektes

Eine Bank als Symbol für Gemeinschaft, Inklusion und Dialog. Was anfangs als zögerliche Idee entstand, ist heute greifbare Wirklichkeit. Dank vieler denkender Köpfe, tätiger Hände und einiger Glücksfälle darf das Projekt „Zueinander (finden) - trovarsi“ durch Südtirol wandern und wir mit ihm mit.

Ziel war es, mit diesem Projekt zu den Menschen zu gehen, sie in ihrem Alltag oder im Urlaub abzuholen, ihnen auf eine neue Art und Weise mitzuteilen: „Hey, setz' dich! Denk darüber nach! Psychische Gesundheit ist für uns alle wichtig!“ Ob es uns wohl gelungen ist?

So ganz werden wir es wohl nie erfahren, denn es war auch so gewollt, dass die Menschen mit der Installation machen sollten was sie wollen und auch können. Leise und doch laut sollte sie präsent sein, aber nicht aufdringlich.

Und doch stellt sich dann die Frage: Aber was bleibt?

Ich begleite die Bank in jede der teilnehmenden Gemeinden, und es ist spannend beobachten zu können, dass die Atmosphäre immer wieder eine andere ist. Jede Gemeinde, jeder Ort, jedes Setting bietet einen neuen Rahmen für „Zueinander (finden)-trovarsi.“

Ich mag es, mich irgendwo hinzustellen und die Menschen zu beobachten. Die Blicke sind neugierig, einige auch skeptisch, andere verwundert.

Wir sind mit Menschen ins Gespräch gekommen, haben offen über psychische Gesundheit diskutiert und

Eindrücke sowie Befindungen gesammelt.

Immer wieder nähern sich Menschen, schauen neugierig und möchten verstehen, worum es hier geht. So manche Person ist auch interessiert am Angebot des Verbandes Ariadne.

Die Bank kommt, macht laut auf sich aufmerksam und bleibt dann hoffentlich auch bei jedem und jeder auf eigene Art und Weise und sei es nur ein flüchtiger Gedanke. Dieses Objekt und die ganze Idee dahinter hat seine Wirksamkeit und bringt Gedanken ins Rollen, ermöglicht Gespräche und Austausch.

Wir sagen „Danke“ all jenen, die sich herantrauen, die sich überwinden etwas Neues auszuprobieren, die sich Fragen stellen und eigene Vorurteile hinterfragen, die es sich erlauben, über die eigenen Grenzen zu wachsen. Wir möchten nicht aufhören daran zu glauben, dass es uns irgendwann gesamtgesellschaftlich gelingen wird, uns auf Augenhöhe zu begegnen. ●



Marco und Sabrina



Anni

Ich glaube, da haben Sie einen ganz guten Schritt gemacht. Ich denke, damit bringen sie viele Menschen zum Nachdenken. Vielleicht wird der eine oder andere ja auch offener, dass man auch wieder mehr persönlich mit den Menschen in Kontakt tritt. Gerade für ältere Menschen ist das so wichtig. Was die psychische Gesundheit betrifft, glaube ich, dass es ein weiter Weg ist, von der eigenen Erkenntnis bis hin zur Möglichkeit mit einer Krankheit oder einer Belastung leben zu können. Ich hoffe, die Bank wird von den Menschen angenommen. Es wird nur mehr über Corona gesprochen, unser ganzes Leben dreht sich nur mehr um dieses eine Thema und bei vielen Menschen ist die Psyche jetzt belastet. Nicht nur bei jungen Leuten, auch bei den Älteren. Auf die Kinder wird eher geschaut, aber ab einem gewissen Alter ist man nicht mehr systemrelevant. Aber ich hab nicht nur um die älteren Menschen Angst, sondern auch um die Jugendlichen.

Menschen mit psychischer Erkrankung sollen so viel wie möglich am sozialen Dorfleben teilnehmen und deshalb ist es wichtig, Gelegenheiten dafür zu schaffen.



Martina Comploi
Vize-Bürgermeisterin Gemeinde St. Ulrich

Marco und Sabrina machen Urlaub in Mals und wurden auf die Bank durch ihre knallige Farbe und die außergewöhnliche Form aufmerksam. Die beiden sind am Thema interessiert, u. a. weil Marco als Kind oft bei seinen Großeltern war, die in der Nähe des Enrico-Fermi-Krankenhauses wohnten, in dem Menschen mit einer psychischen Erkrankung behandelt wurden und werden. Er hat sich also schon seit jeher auf irgendeine Weise mit dem Thema auseinandergesetzt. Ansprechend finden die beiden die Aussagen am Boden: Malattia mentale: un tabù? „Purtroppo sì. Ancora sì“, sagen sie.

Auf der orangen Bank fällt das Erzählen leicht. Man schaut sich in die Augen, bemerkt den Ausdruck und nimmt Emotionen wahr. Die stärkste Emotion, die ich in Silvias Haltung, Tonfall und Worten wahrnehme, ist Wut. Wut aufgrund von Sorgen, Hilflosigkeit und vor allem dem Gefühl, von den Menschen, die ihr Kind begleiten, nicht gehört und unterstützt zu werden.

Sie erzählt mir, dass ihr Sohn Federico zwei Jahre lang in Trient betreut worden ist. Nach seiner Rückkehr nach Bozen wurde die Unterstützung ständig geringer. Sicher hat die Covid-19-Krise vieles verschlechtert, vor allem bei jenen, die am meisten Unterstützungsbedarf haben. Derzeit hat Federico an drei Vormittagen in der Woche für je zwei Stunden eine Beschäftigung. Das ist viel zu wenig für einen so empfindsamen Jungen.

Was soll er mit dem Rest der Zeit anfangen, wie soll er die langen Nachmittage ohne Aufgabe verbringen? Soll er ziellos durch die Stadt streifen? Mit wem trifft er sich? Was kann alles passieren?

Es ist beängstigend. Silvia ist es leid, sich von den Betreuern sagen zu lassen, dass sie momentan nichts tun könne, dass man abwarten müsse... Wie lange denn noch?

Das Treffen auf der orangen Bank ist fast zur Gewohnheit geworden. Heute ist Silvia zuversichtlicher. Sie hat um einen Termin beim Betreuer, der sich um Federico kümmert, gebeten und ist davon zuversichtlicher zurückgekommen. Sie fühlte sich verstanden, man erklärte ihr, worin die derzeitigen Schwierigkeiten bestehen, man machte ihr Hoffnung, dass Federico sehr bald eine für ihn geeignete Arbeit finden wird.

Mir stellen sich jedoch zwei wichtige Fragen: Wie viele und welche Wünsche und Bedürfnisse der Erkrankten und besonders der jungen Menschen sind noch unerfüllt? Wird die orange Bank dazu dienen, die Menschen einander näher zu bringen, einander ins Gesicht zu schauen, einander zuzuhören und einander zu verstehen?



Rosa Maria Rienzner
Referentin für Soziales Gemeinde Innichen

Die Initiative ist sehr gut angekommen. Mehrere Bürger*innen und Tourist*innen fragen nach, interessieren sich dafür, finden es sehr gut, dass gerade die psychische Gesundheit im Vordergrund steht. Momentan gibt es in unserer Gesellschaft fast nur ein Thema, nämlich Covid-19, Impfungen, Testungen,

Einhalten von Regeln und Erhalten von offenen Betrieben... Gerade die Pandemie hat wesentliche Änderungen im Sozialen mit sich gebracht: Zusammenkünfte, Plaudern, Treffen mit Freunden, Angehörigen... sind weniger geworden. Die Herausforderung ist enorm. Die gesamte Gesellschaft erlebt eine Krise, die sie in ihrem grundlegendsten Gefüge erschüttert. Es erwarten uns schwierige Monate, jede und jeder von uns ist gefordert, das Beste von sich zu geben. Wir werden diese Herausforderung bewältigen.



Gudrun

Gudrun hat die Bank schon an mehreren Standorten gesehen und sie schon öfters genutzt. Die Farbe ist für sie sehr ansprechend und sie findet die Bank als Objekt schön. „Ich sitze hier gerne mit Menschen, die ich kenne. Ich glaube, mit einer unbekannten Person wäre mir der Kontakt zu nahe“, sagt sie. Für Gudrun ist es wichtig, mit der Thematik der psychischen Gesundheit an die Öffentlichkeit zu gehen: „Ich bin der Meinung, dass es die Corona-Krise ermöglicht hat, den Dialog rund um die psychische Gesundheit teilweise zu normalisieren. Wichtig wäre es, das Thema auch den Kindern und Jugendlichen näher zu bringen und resilienzfördernde Maßnahmen zu unterstützen.“



Samantha Endrizzi
Gemeindereferentin für Kultur Salurn



Marion Januth
Vize-Bürgermeisterin Marktgemeinde Mals

Psychische Erkrankungen und Belastungen sind längst keine Seltenheit mehr in unserer Gesellschaft. So brauchen auch in unserer Gemeinde Menschen Unterstützung in Krisensituationen. Wichtig ist, dass wir als Gesellschaft offen über psychische Erkrankungen sprechen und so Betroffene vor Stigmatisierung schützen! Um Offenheit und Solidarität zwischen den Menschen zu fördern, braucht es Aufklärung. Besonders Corona hat viele psychische Leiden verstärkt und diese gilt es genauso aufzugreifen wie offensichtliche Bedürftigkeit.



Manuel

Manuel hat ein längeres Gespräch mit Martin Achmüller über psychische Gesundheit auf der orangenen Bank geführt und dabei feststellen können, dass auch er sich selbst als Familienvater durch die verschiedenen, während der Pandemie entstandenen Unsicherheiten derzeit als nicht belastbar einschätzt. Während des Gesprächs sind Fragen entstanden: Wie kann man feststellen, ob jemand psychisch krank ist? Was passiert, wenn man wirklich den festen Gedanken hat, seinem Leben ein Ende setzen zu wollen? Martin hat offen geantwortet und erklärt: „Der Mensch kann ohne Weiteres zur Arbeit gehen, er funktioniert in seiner Rolle, lebt seinen Alltag aber unter starker Belastung. Sobald der Zustand der Schwerfälligkeit mehr als zwei Wochen andauert, muss man aufpassen.“ Manuel überlegt: „Ich fühle mich wie in einem Hamsterrad, ich habe zu funktionieren. Ich muss mich und meine eigenen Bedürfnisse ganz hinten anstellen. Mir hat es gut getan, offen reden zu dürfen und Fragen stellen zu können, auf die ich sonst keine Antwort gefunden hätte.“

Es war ein heißer Sommertag und trotzdem wurde die Initiative von mehreren Personen wahrgenommen. Bewusst haben wir den Mittwoch als Tag gewählt, denn da wird der Wochenmarkt abgehalten und es sind mehr Menschen im Dorf unterwegs als sonst. Einige haben sich auch nachträglich, dank der Bank selbst und der Presseberichte, über die Thematik informiert.

Psychische Gesundheit bzw Folgen der Erkrankung sind ein Thema für unsere Gemeinde. Einige Salurner*innen müssen leider mit dieser Erkrankung leben und außerdem haben wir in Salurn das Rehaszentrum Gelmini, wo Menschen mit solchen Erkrankungen aus dem ganzen Land untergebracht sind. Die Solidarität und der Zusammenhalt in der Gemeinde für Menschen mit einer psychischen Erkrankung ist groß.

Wenn ich hier auf dieser Bank sitze (als „psychisch Erkrankter“) und über die psychische Gesundheit nachdenke, dann werde ich wütend! Wütend auf die Politiker*innen, die alle paar Monate von neuem versprechen, was sie alles tun wollen für die Menschen mit Beeinträchtigung, zu denen sie ja uns psychisch Erkrankte auch zählen (offiziell laufen wir ja als „psychisch behindert“!!!). Dabei sind das grundlegende Gesetze, die weltweit seit langem gelten, auch bei uns als Staatsgesetz! Aber so vieles wird nicht eingehalten. Überall heißt es, wir haben zu wenig Geld. Bei den Politiker*innen habe ich den Eindruck nicht. Die gesundheitliche Betreuung wurde gesundgeschrumpft. Die Corona-Pandemie hat gezeigt, was die Folgen sind. Jetzt ist plötzlich die periphere Versorgung wieder wichtig, jetzt fängt man an, die Mängel zu erkennen. Und die „Helden“ der Corona-Zeit, die Menschen, die in der Krankenbetreuung tätig sind, die hat man ein paar Wochen hochleben lassen und dann monatelang warten lassen auf Gehaltsaufbesserung für ihre „übermenschlichen Leistungen“! Viele warten immer noch und dürfen ihre geleisteten Überstunden wohl auf dem himmlischen Konto verrechnen!

Und wütend bin ich auch auf „die Gesellschaft“! In den letzten „Corona-Monaten“ war so oft die Rede, wie sehr die „soziale Distanz“ und die „Isolierung“ alle Menschen psychisch belastet. Aber dass psychisch erkrankte Menschen die ganze Zeit von sich aus isoliert und auf Distanz sind wegen ihrer Erkrankung und zusätzlich von den meisten Menschen gefürchtet und gemieden werden, das haben die wenigsten in ihrem Blickfeld! Alle verlangen ihre „persönliche Freiheit“ – psychisch Erkrankte haben sie lange schon nicht mehr!

Die Verantwortlichen in der Gesundheitsversorgung gründen Kommissionen, in denen „Menschen mit Beeinträchtigung“ zwar dabei sein dürfen, vielleicht auch mitreden – aber dann ist es aus! Die Umsetzung wird auf die lange Bank geschoben, die Kommissionen schlafen langsam ein. Und dass Menschen mit psychischen Erkrankungen etwas anderes brauchen als Menschen mit anderen Beeinträchtigungen, weiß man zwar, aber man handelt nicht danach! Und wenn man es wagt, auf solche Missstände hinzuweisen, dann wird man abgetan als „psychisch Kranke“, auf die man nicht hören muss!

GEMEINSAM

- aufeinander zu...
- nebeneinander...
- miteinander...

~~**GEMEINSAM**~~

- aufeinander los...
- gegeneinander...
- auseinander...



Anna Holzner
Referentin Marktgemeinde Lana

Allein schon ihre orange Farbe macht die „soziale Bank“ zum Eye-Catcher im Innenhof des Hofmannareals in Lana. Mitten im Zentrum, vor Geschäften, Bibliothek und Gastronomie fand die Initiative die gewünschte Aufmerksamkeit, regte zum Nachdenken an und schuf gleichzeitig die Möglichkeit, sich aus einem noch eher ungewohnten Blickwinkel zu begegnen.

Da die Bank sehr gut ankommt, haben wir als Gemeindeverwaltung beschlossen, sie hier mitten im Zentrum stehen zu lassen, um somit das Zu- und Miteinander durch die „soziale Bank“ auch in Zukunft zu ermöglichen.

Vorankündigung

Finissage



Die Sensibilisierungskampagne „Zueinander (finden) - trovarsi“ findet Ende Oktober nach ihrer monatelangen Reise durch Südtirol ihren Abschluss in Bozen.

Neben einem spannenden bleibt genügend Zeit für und Miteinander bei einem gemütlichen Aperitiv - sofern es die Bestimmungen rund um Corona erlauben. Bleibt gespannt, weitere Informationen folgen bald!



mit interessanten Gästen
Begegnung, Austausch

SAVE THE DATE: **Freitag, 29. Oktober 2021** - später Nachmittag



-lichen Dank

für die großzügige Spende!

Bereits zum 51. Mal fand heuer der Internationale Raiffeisen Jugendwettbewerb statt, an dem sich neben Südtirol auch Deutschland, Österreich, die Schweiz, Frankreich und Luxemburg beteiligen. Grund-, Mittel-, Berufs- und Oberschüler*innen setzten sich heuer trotz schwieriger Rahmenbedingungen und zeitweiligem Fernunterricht aufgrund von Corona intensiv mit dem Thema „Bau dir deine Welt“ auseinander und hielten ihre Ideen und Visionen in Malarbeiten, Kreativprojekten und Filmen fest. Allein in Südtirol beteiligten sich (fast) 10.000 Kinder und Jugendliche.

Jedes eingereichte Bild wird, wie in den vergangenen Jahren, vom Raiffeisen Hilfsfonds mit einem symbolischen Betrag von 50 Cent honoriert. Heuer durfte sich der Verband Ariadne über diese großzügige Spende in Höhe von insgesamt 5.000 Euro freuen, die zum Wohle und zur Unterstützung von Betroffenen und Angehörigen eingesetzt werden.

Im Rahmen einer feierlichen Schlussveranstaltung wurden am 25. Juni 2021 in Brixen nicht nur die nationalen und internationalen Gewinner ausgezeichnet, der Präsident des Verbandes Günther Plaickner durfte auch die Spende entgegennehmen. Vielen herzlichen Dank dafür! ●





Meran wird bunt am 26. September für die erste Aus- gabe des UGGAME

Beim „Urban Goose Game“ handelt es sich um ein outdoor-Kollektivspiel mit dem Ziel, Spaß zu haben, das soziale Miteinander (wieder) zu fördern und die Stadt bunter zu machen. Ideengeber ist dabei das sogenannte „Gänse-spiel“, ein traditionelles, weit verbreitetes Brettspiel, das zu den ältesten und bekanntesten der Welt zählt. Dieses wird hier neu interpretiert und die Aktivität wird ins Freie verlegt.

Ob jung oder alt, in der Stadt oder auf dem Land – Einsamkeit ist in unserer Gesellschaft weit verbreitet. Man ist oft „Allein unter Vielen“. Und wenn dann noch Krankheit, Armut oder andere Notstände, wie wir sie seit ungefähr einem Jahr erleben, dazukommen, wächst das Risiko, sich einsam zu fühlen. Der Gedanke, das weitgehend tabuisierte gesellschaftliche Problem der Vereinsamung und Isolation öffentlich zu machen und mit einem so tollen Projekt gegen-zusteuern, trifft genau die Werte und die Haltung von Ariadne.

Über die ganze Stadt verteilt werden 7 Spielstationen aufgebaut. Jede davon leuchtet in einer anderen Farbe. Jede Station stellt ein Spiel dar, das nur durch Teamarbeit gewonnen werden kann. Zusammenhalt und -arbeit ist also gefragt, denn ohne eine zweite Person sind die Herausforderungen nicht zu bewältigen. Auf die Teams, die alle 7 Stationen meistern, wartet ein Preis.

Die Weigh Station organisiert jedes Jahr unter dem Slogan „WS Call“ einen Wettbewerb um kreative und kulturelle Projekte in Südtirol zu unterstützen. „The Urban Goose Game“ ist eines der fünf Gewinnerprojekte des WSCall 2021. Unterstützt wird die Aktion vom Amt für Jugendpolitik der Autonomen Provinz Bozen und der Gemeinde Bozen. ●

Besorgt euch ein T-Shirt zur Aktion und unterstütze damit den Verband Ariadne!

Diese können auf der Website www.theurbangoosegame.com gegen eine freiwillige Spende bestellt werden! Der Erlös daraus kommt dem Verband Ariadne zu Gute! Vielen vielen Dank!



Tagung

Hilfeleistung Psychiatrie

Datum: Donnerstag, 14. Oktober 2021

Zeit: 08:30 bis 13:00 Uhr

Ort: Bozen, Pastoralzentrum

Sprache: deutsch/italienisch mit Simultanübersetzung

Referent*innen und Themen:

- **Nicolas Rüsch, Psychiater (D)**
Das Stigma psychischer Erkrankung: Folgen und Interventionen
- **Antonio Luchetti, Psychiater (I)**
Die Geschichte der Psychiatrie. Von der Psychiatrie zur psychischen Gesundheit.
- **Andreas Conca, Primar des Psychiatrischen Dienstes in Bozen (I)**
Ethik und Psychiatrie: zwischen Folge-Ethik und Prinzipien-Ethik
- **Verena Perwanger, Primarärztin des Psychiatrischen Dienstes Meran (I)**
Verhandeln statt behandeln – das individuelle Therapieprojekt mit Gesundheitsbudget („budget di salute“)
- **Tanja Umari, Psychiaterin, Psychotherapeutin (I)**
Teamarbeit mit Jugendlichen und die „Substanz“ in der Beziehung zur Bezugsperson
- **Stefan Weinmann, Psychiater, Psychotherapeut (D)**
Psychiatrie neu denken – begleiten statt behandeln

Weitere Informationen finden Sie auf der Website des Verbandes www.ariadne.bz.it oder scannen Sie den folgenden QR Code um das vollständige Programm zur Tagung herunterzuladen:

