

2 | 2023  
Sommer

# Selbst Hilfe

Verband Ariadne - für die psychische Gesundheit aller EO

Jugend  
und Resilienz

# Inhalt

- 3 Editorial
- 5-6 Gerade jetzt brauchen Jugendliche Halt, eine Perspektive und Zuversicht!
- 6-7 Pfadfinder - Bewegung für die Jugend
- 8-9 Fit for Future
- 9 Selbstwert stärken
- 10 Jugendliche haben seit der Pandemie große Zukunftsängste
- 11 Gemeinschaft erleben – ohne Leistungsdruck
- 13 Katholische Jungschar Südtirols: Glaube, Gemeinschaft und Sinn
- 14-17 Verhandeln über Behandlung schafft Beziehung  
Vortragsabend im Waaghaus in Bozen
- 18 „Giardino MoMente Garten“
- 18 30 Jahre Dachverband für Soziales und Gesundheit
- 19 Trialogische Treffen: Herbsttermine
- 19 Selbsthilfegruppen des Verbandes: Herbsttermine
- 20 Mut zur Selbstfürsorge: Gruppenangebot im Überetsch
- 20 Filmabende zum Welttag der psychischen Gesundheit
- 21 Deeskalation: Seminar für Angehörige in italienischer Sprache
- 21 Theaterstück in italienischer Sprache: Ali (Flügel)
- 22 Buchvorstellung
- 22 Vorankündigung Tagung:  
„Gemeinsam unterwegs: Sozialpsychiatrie in Südtirol“

## 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 - 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:** Ulrike Federspiel, Margot Gojer, Carla Leverato, Carmen Premstaller, Sonia Simonitto;

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

**Layout:** Carmen Premstaller

**Druck:** Lanarepro, Lana

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!

**J**ugend und Resilienz“ lautet der Titel dieser Ausgabe. Doch was hat das Wort Resilienz mit der aktuellen Situation der Jugendlichen zu tun? Und vor allem: Ist Resilienz mehr als ein Modebegriff?

Unter Resilienz versteht man allgemein die Fähigkeit eines Menschen, sich an stark veränderte äußere Bedingungen anzupassen und dabei funktionsfähig zu bleiben. Nicht aufgeben, sondern die Fähigkeit haben, weiterzumachen, kann jungen sowie älteren Menschen helfen, das Leben konstruktiver und zufriedenstellender zu gestalten.

Um zu verstehen, woran es den Jugendlichen heutzutage tatsächlich fehlt und was sie angesichts der Schwierigkeiten, die insbesondere durch die Pandemie entstanden sind, anfälliger macht, möchten wir uns nicht mit den psychischen Beschwerden und Störungen, über die viel gesprochen wurde und wird,

sondern vielmehr mit dem psychischen Wohlbefinden der Jugendlichen befassen und vor allem mit der Frage, wie dieses gefördert werden kann.

Zu diesem Zweck haben wir mehrere Jugendorganisationen und die Kinder- und Jugendanwältin kontaktiert. Aus sämtlichen Beiträgen geht ganz klar hervor, dass es Aufgabe der Erwachsenen ist, den Kindern und Jugendlichen aus der schwierigen Situation, in der sie sich derzeit befinden, herauszuhelfen. Die Erwachsenen müssen lernen, Jugendliche geduldig zu begleiten, damit sie wieder vertrauensvoll in die Zukunft blicken und auf ihre eigenen Fähigkeiten vertrauen können, ohne jedem Modetrend zu folgen und ohne ständig auf dem neuesten Stand durch die sozialen Medien sein zu müssen.

Kurz gesagt: Die Jugendlichen müssen dahin gehend unterstützt wer-

den, gute Strategien der Kommunikation und Konfliktlösung zu erlernen, sich gegenseitig zu helfen und Beziehungen aufzubauen, sich auch Problemen und schwierigen Situationen zu stellen und einen Ausweg daraus zu finden.

Bemerkenswert war das Interesse der Teilnehmer\*innen am Vortragsabend mit Stefano Egidi und Harald Tappeiner, den der Verband Ariadne organisiert hatte. Die beiden Referenten stellten eine Methode für ein besseres Netzwerken in der Psychiatrie, bei der der Mensch im Mittelpunkt steht. Einen ausführlichen Artikel mit den wichtigsten Punkten dieser Methode findet ihr in dieser Ausgabe.

Und save the date: Denkt daran, die zahlreichen Herbstveranstaltungen des Verbandes in euerem Terminkalender zu notieren.

Vielen Dank an alle, die zur Gestaltung dieser Ausgabe beigetragen haben! ●

*Für den Verband Ariadne ist das psychische Wohlergehen von Kindern und Jugendlichen von Bedeutung. Mehrere Studien belegen jedoch, dass dieses durch die gegenwärtige psycho-soziale Situation in vielerlei Hinsicht beeinträchtigt ist. Diese Altersgruppe leidet oft unter psychischen Belastungen und/oder emotionalen Schwierigkeiten, Angststörungen, Depressionen.*

*Aus diesem Grund wandten wir uns an Organisationen und Institutionen, die im regen Kontakt mit Jugendlichen sind und fragten sie nach ihren Aktivitäten: bereits bestehenden und solchen, die aufgrund der veränderten Situation notwendig geworden sind, um Kinder und Jugendliche zu unterstützen, bei Problemen intervenieren zu können und Präventionsarbeit zu leisten.*

*Wie aus den folgenden Beiträgen hervorgeht, sind sich die Autor\*innen einig, dass den Bedürfnissen von Kindern und Jugendlichen größte Aufmerksamkeit gewidmet werden muss.*

*Das Leben von Kindern und Jugendlichen wird häufig von Unsicherheit dominiert; dies kann zur Folge haben, dass sie kein Vertrauen in die Zukunft mehr haben und oft zeigen sie auch Ängste um ihren beruflichen Werdegang.*

*Junge Menschen brauchen in diesen Zeiten Perspektiven und Vertrauen und müssen gehört und ernst genommen werden. Ihren Wünschen, Ideen und Fähigkeiten muss Raum gegeben werden.*



# Gerade jetzt brauchen Jugendliche Halt, eine Perspektive und Zuversicht!

Daniela Höller, Kinder- und Jugendanwältin von Südtirol

**F**ür eine Antwort auf die Frage, was junge Menschen brauchen, damit sie die Möglichkeit haben, einer für sie lebens- und lohnenswerten Zukunft entgegenzuschauen, könnte man wohl die Seiten eines ganzen Buches füllen. Die Bedürfnisse sind vielfältig und individuell, eine Krise jagt gefühlt die nächste; technologische Fortschritte, gesellschaftliche Veränderungen, all das beeinflusst uns Menschen maßgeblich. Um Kinder und Jugendliche bestmöglich zu begleiten und auf das Erwachsenenleben vorzubereiten, ist es der Kinder- und Jugendanwaltschaft ein großes Anliegen, sie über ihre Rechte und Pflichten zu informieren, sie aber auch bei Problemen und Fragen zu beraten und gegebenenfalls zur richtigen Stelle zu begleiten. Also Prävention, aber auch Intervention zu leisten. Zudem gilt es auf die Bedürfnisse, Anliegen, aber auch auf eventuelle Risiken aufmerksam zu machen und Verbesserungsvorschläge auszuarbeiten. Wenn nötig, immer und immer wieder. Dies passiert in Form von Stellungnahmen, Gutachten und Pressemitteilungen. Auch das Anknöpfen bei den zuständigen Stellen und Diensten kann vonnöten sein.

Dabei zeigt sich, dass es Themen gibt, welche für Jugendliche aller Generationen ähnlich sind und waren, z. B. Schwierigkeiten zu Hause oder in der Schule. Aber es gibt auch Unterschiede: Was uns als Jugendliche beschäftigt hat, kann für junge Menschen heute kein Thema mehr sein und umgekehrt. Um zu verstehen, was die einzelnen Jugendlichen heute besonders beschäftigt, muss man sie nur fragen! An dieser Stelle verweise ich auf das Kinderrecht auf Beteiligung (Arti-



kel 12 der UN-Kinderrechtskonvention), das besagt: „Die Vertragsstaaten sichern dem Kind, das fähig ist, sich eine eigene Meinung zu bilden, das Recht zu, diese Meinung in allen das Kind berührenden Angelegenheiten frei zu äußern, und berücksichtigen die Meinung des Kindes angemessen und entsprechend seinem Alter und seiner Reife.“ Junge Menschen müssen also bei Entscheidungen miteinbezogen werden, gerade bei den Anliegen, die auch sie betreffen. Sie müssen gehört und ernstgenommen werden und ihren Wünschen, Ideen und Fähigkeiten muss ein angemessener Raum eingeräumt werden. Kinder- und Jugendpartizipation ist daher von grundlegender Bedeutung.

Das Landesinstitut für Statistik (ASTAT) liefert in der Publikation „Südtiroler Jugendstudie“ ein umfas-

sendes Bild über das Leben und die Vorstellungen der Südtiroler Jugend. Aus dieser Studie geht hervor, dass sich Jugendliche unter anderem eine noch effizientere Jugendpolitik sowie mehr Einsatz im Umwelt- und Naturschutz wünschen. Ebenso geht hervor, dass 2021 „Chatten, Influencern folgen oder soziale Netzwerke benutzen“ noch die häufigste Freizeitaktivität der 14- bis 25-Jährigen war und Freund\*innen treffen weit dahinter lag. Soziale Medien dienen Jugendlichen als Unterhaltung, Zerstreuung und Ablenkung, zeigen gleichzeitig oft aber auch eine falsche Realität und können einen negativen Einfluss auf die psychische Gesundheit haben. Als Kinder- und Jugendanwaltschaft empfehlen wir daher, medienfreie Alternativen zu schaffen und verstärkt wieder auf das echte Leben und echte soziale Kontakte zu setzen, denn ▶

Kinder brauchen Kinder und Jugendliche brauchen Jugendliche, um sich gut zu entwickeln.

Um Jugendliche angemessen auf dem Weg in das Erwachsenenleben zu begleiten, gehört aber auch die Förderung von persönlichen Schutzfaktoren dazu. Wichtig sind eine gewaltfreie Erziehung, gute Vorbilder, Stabilität und das Erlernen gewaltfreier Konfliktlösungsstrategien.

Zum anderen brauchen Jugendliche Anerkennung und Erfolgserlebnisse sowie die Möglichkeit ihre Energie in sportliche, musikalische, künstlerische oder anderweitige sinnstiftende Tätigkeiten umzuwandeln.

Nicht zuletzt muss Jugendlichen Halt gegeben und Perspektiven gesichert werden. Auch Orientierung im Hinblick auf den beruflichen Werdegang: Dies startet bei einer hilfreichen Be-

ratung in Bezug auf die vielfältigen Möglichkeiten, einem guten Zugang aller zu Ausbildung und Arbeit und angemessenen Arbeitsbedingungen. Im Hinblick auf die weitere Zukunft als junge Erwachsene spielen dann verstärkt Aspekte, wie leistbares Wohnen, eine gute Gesundheitsvorsorge, soziale Fürsorge und Gleichberechtigung eine wichtige Rolle. Die Liste ist lang und es gibt noch einiges zu tun, gehen wir's gemeinsam an! ●

## Pfadfinder - Bewegung für die Jugend

Don Paolo Zambaldi, AGESCI (Associazione Guide e Scouts Cattolici Italiani)

**Mit den Worten des Gründers: „Hier also liegt das wichtigste Ziel des Pfadfindertums: zu erziehen, nicht nach deinem Willen formen, sondern zu erziehen, d. h. befähige den Jungen, für sich selbst, durch seine eigenen Ansprüche die Dinge zu lernen, die dazu beitragen, seinen Charakter zu bilden.“**

*Robert Baden-Powell, Aids to Scoutmastership*



**D**ie Pfadfinderschaft ist eine Bewegung, der ich mich verbunden fühle und die ich in verschiedenen Lebensabschnitten und in unterschiedlichen Rollen erleben durfte. Ich begann dieses „Abenteuer“ schon als Kind/Jugendlicher, und ich hatte das Glück, als geistlicher Assistent mit einer Gemeinschaft von Leiter\*innen zusammenarbeiten zu dürfen. Meine Erfahrung bezieht sich auf die AGESCI (Associazione Guide e Scouts Cattolici Italiani) und insbesondere auf die Gruppe Bolzano 4, die ihren Sitz an der Bozner Pfarrei Regina Pacis hat. Hier werden Aktivitäten für Kinder, ab der 3. Grundschule sowie Jugendliche und junge Erwachsene bis nach der Matura, angeboten.

Die zwei Jahre der Pandemie waren sicherlich eine sehr schwierige Zeit

für alle, vor allem aber für die jungen Leute. Abstand halten, Verbot/Einschränkungen der Freizeitveranstaltungen, einzuhaltende Regeln, die ständigen Änderungen unterworfen waren... haben es vielen Organisationen, die mit Jugendlichen arbeiten, die Pfadfinder eingeschlossen, (fast) unmöglich gemacht bzw. sehr erschwert, ihren Tätigkeiten wie gewohnt nachzugehen.

Dabei möchte ich betonen, dass die Aktivitäten niemals völlig ausgesetzt wurden. Aber man musste sich anpassen und kreativ sein, alle Gelegenheiten nutzen und auch die Möglichkeiten, die die neuen Technologien bieten, bestens einsetzen.

Zu sagen ist auch, dass die Leiter\*innen von Bolzano 4 – so wie auch viele andere in der Region und im Land –



trotz allem immer den Wunsch hatten, für die Kinder und Jugendlichen da zu sein, weil sie sehr wohl wussten, wie wichtig es ist, den jungen Leuten und der Gesellschaft Kontinuität zu bieten.

Es ist kein Zufall, dass der 8. Punkt des alten Pfadfindergesetzes lautet: „Ein Pfadfinder singt und pfeift in allen Lebenslagen.“ Dieser Satz ist nicht wortwörtlich zu nehmen, aber Geist und Begeisterung waren und sollen immer dieselben bleiben.

Ich persönlich glaube, dass es für junge Menschen, insbesondere in einer schwierigen Zeit wie der von Covid-19, ungeheuer wichtig war, neben Familie und Erzieher\*innen, weitere erwachsene Vorbilder um sich zu haben, wie jene Pfadfinder-Leiter\*innen, die sich fortwährend um sie gekümmert, sich für sie interessiert haben und auf unterschiedliche Art und Weise mit ihnen in Kontakt geblieben sind... und die ihnen so Hoffnung, Vertrauen und den Wunsch nach einem Neuanfang vermitteln konnten.

Sowohl die Methode als auch die Ideale, die den Pfadfindern zugrunde liegen, sind immer noch äußerst aktuell, wenn es darum geht, sich mit den vielfältigen Problemen der Ju-

gend auseinanderzusetzen. In erster Linie geht es darum, dass der Einzelne sich innerhalb der Gruppe entfalten kann und dass die Jugendlichen sinnvolle Beziehungen aufbauen können; wichtig ist auch, den Zusammenhalt in der Gruppe zu fördern und zu lernen Situationen und Schwierigkeiten durch gegenseitige Hilfe anzugehen. Dadurch können Fähigkeiten altersentsprechend entwickelt werden, wie zum Beispiel Entscheidungsfähigkeit, Vertrauenswürdigkeit und Verantwortungsbewusstsein. Auch im Glauben Halt zu finden oder zu lernen, Projekte umzusetzen sind wichtige Entwicklungen, die Jugendliche auf ihrem Weg machen können.

Eine weitere Stärke der Pfadfinder-Methode, die ich immer sehr mochte und die heute noch ihre Bedeutung hat, aber den jungen Menschen nicht immer einfach zu vermitteln ist, ist die Entwicklung handwerklicher Fähigkeiten sowie die Fähigkeit, die eigene Fantasie einzusetzen. Dies führt zu einer weniger „besessenen“ und ständigen Nutzung digitaler Medien und technischer Geräte, die maßvoller und verantwortungsbewusster eingesetzt werden sollten.

Ein weiteres Ziel besteht darin, die Jugendlichen zu unterstützen, eine

gesunde und ausgewogene Beziehung zu ihrem Körper, ihrer Umwelt und der Natur zu entwickeln und sie als „Geschenke“ zu betrachten, die es zu entdecken, zu schützen, zu respektieren gilt.

Gleichzeitig muss daran gearbeitet werden, dass Kinder und Jugendliche mit sozialem Bewusstsein heranwachsen: durch Erziehung zu friedlichem Miteinander und die Bereitschaft, bereits als Jugendliche für andere da zu sein und sich als Erwachsene ehrenamtlich zu engagieren und nach christlichen Werten zu leben. ●



# Fit for Future

Michael Reiner, Psychologe, Young+Direct



**W**as aus zahlreichen Studien hervorgeht, zeigt sich auch in der Jugendberatungsstelle Young+Direct: Die Jugendlichen beschreiben vermehrt Gefühle von Verunsicherung, Orientierungslosigkeit, Sinnlosigkeit, Überforderung,

Ohnmacht, erhöhter Belastung. Sie äußern Ängste in Bezug auf die eigene Zukunft, viele beschreiben sich selbst auch als depressiv. Welche Unterstützung bietet Young+Direct?

Das Bedürfnis nach Sicherheit ist in unserer Gesellschaft sehr hoch. Und bisher war das Gefühl von Sicherheit selbstverständlich. Durch die Coronapandemie, den Klimawandel, den Ukrainekrieg, die Inflation hat dieses Gefühl Risse bekommen, um nicht zu sagen, es wurde tief erschüttert.

Bei vielen Jugendlichen haben diese Krisen zu einem Gefühl von Ohnmacht und Kontrollverlust über das eigene Leben geführt. Was dabei eine bedeutende Rolle spielt, ist der hohe Konsum von digitalen Medien. Wenn bedrohliche Nachrichten und verstörende Bilder die Schlagzeilen dominieren, rund um die Uhr verfügbar sind und gewissermaßen bis in die Schlafzimmer vor-

dringen, dann macht das etwas mit den Jugendlichen.

Aber auch digitale Botschaften anderer Art verunsichern die Jugendlichen: über die Social Media wird den Jugendlichen unaufhörlich signalisiert, wie perfekt sie sein und aussehen müssen, um geliebt zu werden und Erfolg zu haben. Dies führt häufig dazu, dass Jugendliche ihr Selbstwertgefühl ausschließlich über ihre Leistung und/oder über die Bestätigung, die sie von außen bekommen, definieren. Bleibt die Bestätigung aus oder kommt es zu Kritik, erleben sie das als Misserfolg. Eine Welt bricht für sie zusammen und sie fühlen sich wertlos und unfähig.

Überforderung spüren manche Jugendliche auch hinsichtlich der unendlichen Möglichkeiten, die sie in Bezug auf ihre Zukunftsgestaltung haben. Die ganze Welt steht ihnen offen, sie haben die Wahl. Doch sich für etwas zu entscheiden, bedeutet immer auch, sich gegen all das zu entscheiden, was sonst noch möglich wäre. Unter diesen Gegebenheiten den für sie richtigen Weg zu finden, ist für manche Jugendliche schwierig.

## Ressourcen aktivieren und Selbstwirksamkeit zurückerlangen

Damit Jugendliche zuversichtlich sein können, brauchen sie (wieder) das Gefühl, dass sie das eigene Leben selbst gestalten können, sie müssen sich (wieder) als selbstwirksam erleben können. Hier setzt die Jugendberatungsstelle Young+Direct an. In der Beratung versuchen die Mitarbeiter\*innen von Young+Direct die Jugendlichen dabei zu unterstützen,

---

**Schreib uns**

- 345 081 70 56
- [online@young-direct.it](mailto:online@young-direct.it)
- Young+Direct

---

**Ruf uns an**

- 0471 155 155 1
- [young.direct](https://www.young.direct)

---

**Besuch uns**

- J.-W.-v.-Goethe Str. 42 Bozen

---

**Folge uns**

- [younganddirect](https://www.younganddirect.it)

---

**Info**

- [www.young-direct.it](http://www.young-direct.it)



aus ihrer Ohnmacht herauszufinden, sich wieder als handlungsfähig zu erleben, ihre Selbstwirksamkeit und Selbstsicherheit zurückzuerlangen und auch zu lernen, sich zu arrangieren.

#### Ein erster Schritt kann beispielsweise sein, zu differenzieren:

Was sind Ursachen, was sind Symptome? Was davon kann ich beeinflussen und eventuell verändern? Was hingegen sind Gegebenheiten, auf die ich gar keinen Einfluss habe, die ich nicht ändern kann? Und wie kann ich mit diesen bestmöglich klarkommen?

Durch die gemeinsame Reflexion solcher und anderer Fragen lassen sich festgefahrene Gedanken und Einstel-

lungen aufbrechen und in eine neue Richtung lenken. Hilfreich dabei ist auch der Ressourcencheck:

Was habe ich schon alles gut hingekriegt?

Was schätzen andere an mir und meinem Charakter?

Was läuft gut in meinem Leben und möchte ich so lassen?

Was hingegen möchte ich ändern und was könnten erste Schritte in diese Richtung sein?

Dies alles ins Bewusstsein zu rücken, kann viel Energie und Motivation freisetzen und die Zuversicht stärken.

Helfen kann auch, den Blick nach außen zu richten auf jene Jugendlichen, die – trotz allem und nach wie vor – glücklich sind und zuversichtlich durchs Leben gehen. Von

ihnen lässt sich einiges lernen bzw. abschauen.

#### Hilfe finden und annehmen

Das Angebot von Young+Direct ist sehr niederschwellig. Jugendliche können sich anonym, kostenlos und über verschiedene Wege mit allem, was sie beschäftigt und bedrückt, an das Team aus Psycholog\*innen und Pädagog\*innen wenden. Diese halten sich an die Schweigepflicht, nehmen sich viel Zeit, hören zu, ermutigen die Jugendlichen und suchen mit ihnen gemeinsam nach Wegen, wie sie wieder klarkommen und gut auf sich schauen können. Schließlich geht es darum, dass die Jugendlichen sich als Expert\*innen ihres eigenen Lebens begreifen und die Zügel selbst in der Hand halten. ●

## Selbstwert stärken

Manuel Thoman, Hausleiter „Juwog“, Südtiroler Kinderdorf

Themen wie sozialer Rückzug, depressives Verhalten, Angststörungen etc. bei Jugendlichen gibt es schon länger. Seit der Pandemie erleben wir jedoch verstärkte Tendenzen.

Die ständigen neuen Beschlüsse in der Pandemie lösten bei den Jugendlichen große Ungewissheit und Traurigkeit aus. Sie konnten nicht mehr nach Hause zu ihren Eltern fahren, ihre Freunde nicht treffen, ihren Sportverein nicht besuchen. Die zwischenmenschlichen Beziehungen zu Peers gerieten somit vermehrt in den Hintergrund. Ein Resultat davon ist beispielsweise, dass die Schulabstinz zugenommen hat. Wir haben versucht, die Jugendlichen wieder in das Schulsystem zu integrieren, damit sie die Schule abschließen können und eine berufliche Perspektive haben. Bei jenen, wo dies nicht möglich war, haben wir

nach Alternativen geschaut. Eine wirklich tolle und unserer Meinung nach gute Alternative sind Orientierungspraktika. Hierbei konnten die Jugendlichen in verschiedene Betriebe hineinschnuppern und eventuell auch Fuß fassen. Somit hatten auch jene Jugendlichen eine berufliche Perspektive, welche nicht so „in das Schulsystem passen“.

Ebenfalls eine wichtige Maßnahme, damit die Jugendlichen mit Zuversicht eine Zukunft erwarten können, war es, mit ihnen an ihren Ressourcen zu arbeiten.

Oftmals neigen junge Menschen dazu, sich selbst abzuwerten. Hierbei versuchten wir mit den Jugendlichen zu schauen wo ihre Stärken liegen, ihnen diese aufzuzeigen und zu fördern. Somit konnte vermehrt der Selbstwert gesteigert werden. ●



# Jugendliche haben seit der Pandemie große Zukunftsängste

Raffaella Vanzetta, Koordinatorin Bereich Essstörungen, Forum Prävention



**D**ie Welt hat sich verändert und niemand weiß, in welche Richtung es weitergehen wird. Werden wir Zeugen eines Weltuntergangs sein? Wird die Klimakatastrophe schneller als gedacht eintreffen und die Menschheit ausrotten? Die heutige Jugend steht vor diesen Fragen, bei denen es auch für uns Erwachsene schwer ist, ihnen Zuversicht zu vermitteln.

Dazu kommt eine Verunsicherung bezüglich der beruflichen Zukunft. Jugendliche haben stark das Gefühl, dass sie Exzellente sein müssen, um berufliche Chancen zu haben und der Druck, immer und überall brillieren zu müssen, ist enorm.

Was Jugendliche brauchen, ist weniger Druck. Halb so gut ist auch ok. Perfektion ist kein erstrebenswertes Ziel. Auch das Glücklich sein müssen, erzeugt Druck (ich will ja nur, dass du glücklich bist!) Aber wer ist schon immer glücklich?

Jugendliche brauchen Menschen, die ihnen helfen, einen Sinn im Leben zu finden und der Sinn ergibt sich durch das Mitgestalten, durch die Übernahme von Verantwortung. Wir müssen Jugendlichen mehr Freiräume lassen, Ihnen Möglichkeiten der Gestaltung bieten, sie sollen an der Gestaltung unserer Gesellschaft mitwirken können, ihre Meinungen äußern können, das Gefühl entwickeln, dass sie gebraucht werden, dass sie wichtig sind und dass sie ihre Zukunft mitgestalten können.

Durch Workshops in Schulen versuchen wir, gewisse gesellschaftliche Trends (du musst schlank sein, du musst ein Sixpack haben, du musst perfekt aussehen) in Frage zu stellen und Jugendliche auf ihre Fähigkeiten und ihre Potentiale aufmerksam zu machen, um dadurch ihr Selbstwertgefühl zu stärken. ●

# Gemeinschaft erleben – ohne Leistungsdruck

Heidi Gamper, Pressereferentin, Südtirols Katholische Jugend

Jugendliche brauchen einen Ort fernab vom Leistungsdruck, in dem sie sich entfalten dürfen. Dabei gilt es die Wünsche der Jugendlichen ernst zu nehmen, ein offenes Ohr für ihre Anliegen zu haben und ihnen mit ihren konstruktiven Vorschlägen Verantwortung zu übergeben. Denn die Jugend von heute ist die Zukunft von morgen.

Auch ehrenamtliche Vereine spielen in der Stärkung und Begleitung der Jugendlichen eine wichtige Rolle, damit sich junge Menschen mit ihren Potentialen einbringen und entfalten können.

Südtirols Katholische Jugend (SKJ) ist ein selbstständiger Jugendverein und beschäftigt sich mit der kirchlichen Jugendarbeit in Südtirol auf Landes-, Bezirks-, und Ortsebene. Die Aktivitäten in den rund 80 Ortsgruppen sind vielseitig: Veranstaltungen und Ausflüge, Gestaltung von jugendgerechten Gottesdiensten, Solidaritätsprojekte und vieles mehr. Unterstützung bei ihren Ideen, Projekten und Fragen erhalten junge Erwachsene von den hauptamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern im kirchlichen Kinder- und Jugendzentrum „Josef Mayr-Nusser“ in Bozen. Südtirols Katholische Jugend baut ihre Inhalte und Aktionen bereits seit über 40 Jahren auf drei Grundsäulen auf: jung sein, Christ\*in sein, solidarisch sein. SKJ-Mitglieder haben zudem die Möglichkeit an verschiedenen Kursen und landesweiten Aktionen und Veranstaltungen teilzunehmen, junge Menschen kennenzulernen und Gemeinschaft zu erleben. Im Mittelpunkt des Jahresthemas

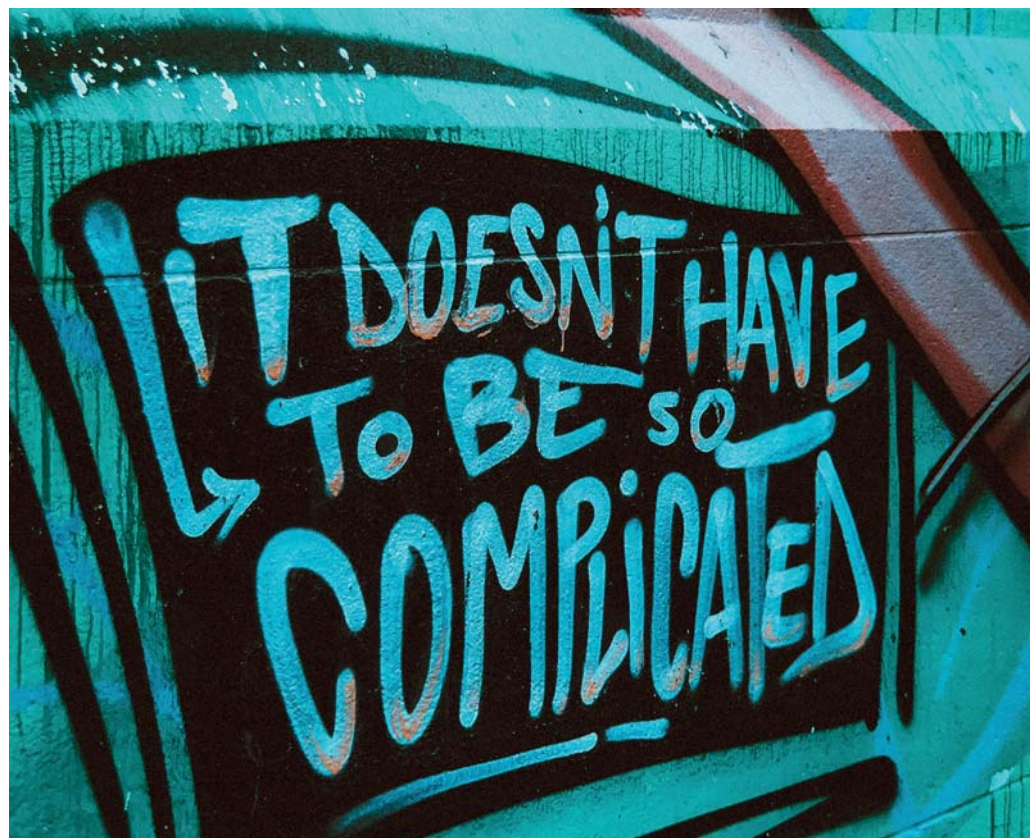
2023/24 steht die Säule Solidarisch sein mit dem Motto: „We are the world – zusammen stark!“

Was uns besonders wichtig ist:

- Leistungsdruck adieu: Jugendliche brauchen einen Ort, an dem sie sich ohne Druck oder Bewertung entfalten können
- Selbstbestimmung: Jugendliche dürfen mitgestalten, mitreden, das machen, was ihnen wichtig ist
- Füreinander da sein: Vorbilder und Gleichaltrige, denen sie vertrauen.

Durch das gemeinsame ehrenamtliche Engagement können junge Menschen wertvolle Erfahrungen für ihr weiteres Leben sammeln. Freund-

schaften und ein Netz an sozialen Kontakten stärken Jugendliche auch in schwierigen Situationen und helfen ihnen dabei, sich gemeinsam für verschiedenste Dinge stark zu machen und ihrer Meinung Ausdruck zu verleihen. ●



make  
people  
feel  
loved  
today

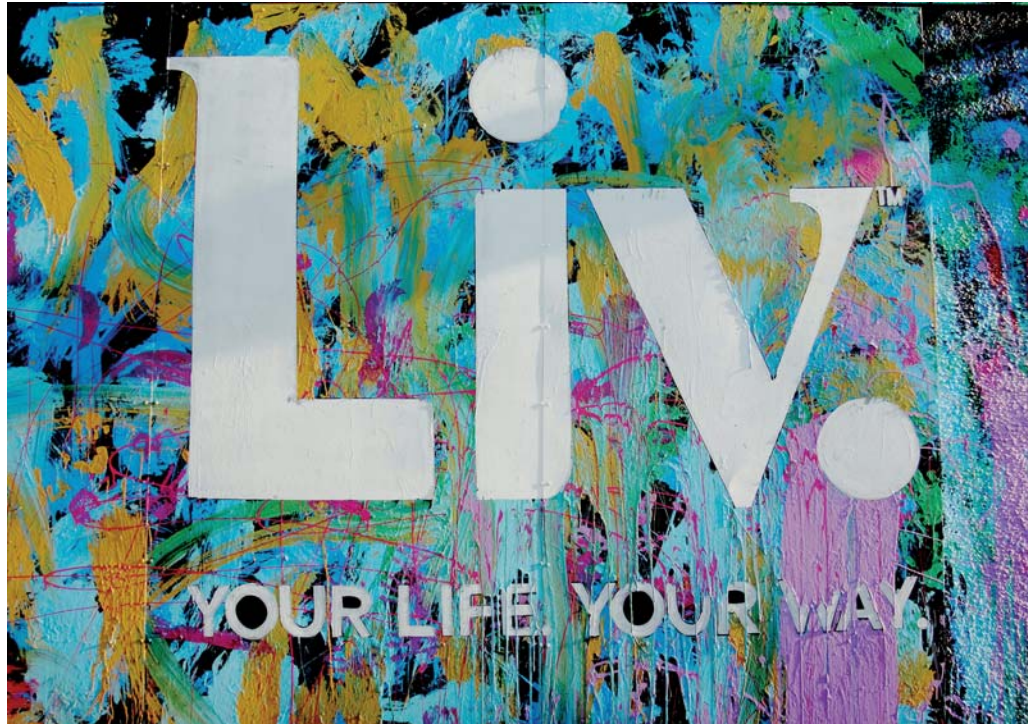
# Katholische Jungschar Südtirols: Glaube, Gemeinschaft und Sinn

Daniela Tschöll, Pädagogische Mitarbeiterin, Katholische Jungschar Südtirols (KJS)

In unserer Gesellschaft spielen Leistung und Digitalität eine immer wichtigere Rolle. Damit zusammenhängend treten leider auch Unsicherheiten, Unzufriedenheit und Isoliertheit immer mehr auf, vor allem auch bei Kindern und Jugendlichen. Während alles immer schneller wird, bleibt für die Frage nach dem eigentlichen Sinn des Lebens wenig Zeit, die Frage und die Suche danach wird dabei aber immer lauter. Der Glaube, der Zusammenhalt in der religiösen Gemeinschaft, Zugehörigkeit, Identifikation, das Miteinander und die Hoffnung, die der Glaube uns vermittelt, können den Menschen Halt und Zuversicht geben.

Die Katholische Jungschar Südtirols (KJS) besteht seit 1953 und ist mit über 300 Jungschar- und Ministrantengruppen die größte Kinderorganisation in Südtirol, die sich mit der außerschulischen kirchlichen Arbeit mit Kindern im Alter von 8 bis 14 Jahren beschäftigt. In über 300 Ortsgruppen gestalten Ehrenamtliche regelmäßige Gruppenstunden und andere Aktionen für die Kinder in den Pfarreien. Die vier Säulen der Jungschar sind: Lebensraum für Kinder, Kirche mit Kindern, Hilfe getragen von Kindern und Lobby im Interesse der Kinder. Die Angebote der Jungschar unterstützen die Kinder und Jugendlichen in ihrer Entwicklung und tragen zur psychischen Gesundheit bei.

**Sinnvolle Freizeitbeschäftigung:** In den Gruppenstunden der Jungschar können Kinder eine leistungsfreie Zeit erleben und als Gruppe wachsen. Spaß und Gemeinschaft



stehen dabei im Vordergrund. Die Kinder werden so angenommen, wie sie sind – mit all ihren Stärken und Schwächen und ihr Selbstvertrauen wird gestärkt. Sie werden von den Gruppenleiter\*innen betreut, die für viele Kinder wichtige Bezugspersonen und Vorbilder sind. Durch verschiedene partizipative Projekte und Anregungen lernen Kinder und Jugendliche, dass ihre Stimme wichtig ist und auch, dass man ihnen zuhört.

**Ehrenamtliches Engagement:** Die Gruppenleiter\*innen selbst erfahren im Team nicht nur Zusammenhalt und finden Halt im Glauben, sondern können gemeinsam etwas schaffen. Sie werden selbst tätig, übernehmen Verantwortung und können ihre Fähigkeiten einsetzen. Sie übernehmen

wichtige und sinnstiftende Aufgaben, können dadurch wachsen und vieles lernen. Das Gefühl, etwas Sinnvolles zu tun und seine Zeit nicht zu „verschwenden“, kann Halt geben. Ehrenamtliche Tätigkeit stärkt außerdem das Selbstbewusstsein und fördert die soziale Kompetenz. Dass „Gutes tun“ auch einen selbst glücklich macht beweist auch die Aktion Sternsingen. Die Kinder und Jugendlichen lernen andere Lebenssituationen kennen und können selbst aktiv werden, um anderen Menschen zu helfen.

Die Gemeinschaft in der Jungschar, die sinnstiftenden Tätigkeiten und der Glaube können die Resilienz stärken. Diese hilft uns im Umgang mit Krisen und lässt uns gestärkt daraus hervorgehen. ●

# Verhandeln über Behandlung schafft Beziehung

Vortragsabend im Waaghaus in Bozen

*Am Vortragsabend vom 15.06.2023 im Waaghaus in Bozen zum Thema „Das Netzwerk der Gemeindepsychiatrie“ mit den beiden Experten des Zentrums für psychische Gesundheit Schlanders haben gut 40 Personen teilgenommen. Die Veranstaltung dauerte sogar weit über die vorgesehene Zeit hinaus an, da sich auch die Teilnehmer\*innen mit ihren Beiträgen und Fragen interessiert zu Wort meldeten.*

*Eine Mutter, die aus Rücksicht auf ihre Tochter anonym bleiben möchte, hat uns ihre Erfahrung zugeschickt, die im Anschluss an den Artikel nachgelesen werden kann.*

*Von Stefano Egidi und Harald Tappeiner erfuhren wir von einer Methode für ein besseres Funktionieren des Netzwerkes für psychische Gesundheit, die das territorial zuständige Team von Schlanders täglich anwendet und die den Menschen, d. h. den Klienten bzw. die Klientin des psychiatrischen Dienstes, in den Mittelpunkt stellt.*

*Es ist Ziel des Verbandes, dass eine solche Netzwerkarbeit der verschiedenen territorialen Dienste, mit der betroffenen Person und ihrem Umfeld, überall und bei allen Menschen angewandt würde, um ein personalisiertes Behandlungsprojekt zu entwickeln.*

*All dies erfordert natürlich eine Stärkung der territorialen Dienste hinsichtlich der einzusetzenden Humanressourcen sowie einer adäquaten Ausbildung, insbesondere angesichts der Zunahme von leidenden Menschen, die alle ab dem ersten akuten Auftreten sofortige Netzinterventionen benötigen würden.*

*Im Folgenden wird die Methode in ihren Kernpunkten erläutert.*

**Ziel der Vermittlung des Verhandlungsansatzes ist es, neben den Mitarbeiter\*innen des Psychiatrischen Dienstes auch Betroffene und deren Familien für aktivere Nutzung ihrer Handlungs- und Verhandlungskompetenzen in Behandlungsgesprächen zu sensibilisieren, zu motivieren und zu ermächtigen, um verstärkt konstruktiv auf ihren Genesungsprozess oder den ihrer erkrankten Familienmitglieder einwirken zu können.**

Stefano Egidi und Harald Tappeiner,  
zusammengefasst von Ulrike Federspiel

## Der Mensch steht im Mittelpunkt – bei jeder Verhandlungssituation

Einen der wesentlichen Grundpfeiler des verhandlungsorientierten Therapieansatzes stellt der Netzwerkgedanke dar. Der Netzwerkgedanke markiert einen Wendepunkt gegenüber dem – nach wie vor in Medizin und Psychologie vorherrschenden Individuum zentrierten Krankheits- und Therapieverständnisses. Mit dem Blick auf die Kontexte und Netzwerke eines Betroffenen werden nämlich Ressourcen aufspürbar, die für eine Lösung des Problemkomplexes hilfreich und unterstützend wirken können.

## Verhandlungsbasierte Therapie

Um überhaupt in eine Verhandlung zu treten ist es notwendig, dass die subjektiven Interessen erkannt und bekannt werden. Die Interessen und

Blickpunkte der Vertragspartner im verhandlungsbasierten Konzept sind durch (Hinter-)Fragen zu erschließen. Denn je besser die Interessen bekannt sind, desto größer kann eine Schnittstelle der Zufriedenheit bezogen auf das Behandlungserleben erreicht werden. Auch Widerstände und kritische Positionen sollen im Therapiesgespräch gut abgeholt werden, indem die Interessen der betroffenen Person gezielt abgefragt werden. Dies hilft Vertrauen und/oder Verständnis zwischen den Verhandlungspartnern aufzubauen und schafft die Voraussetzungen für eine tragfähige Arbeitsbeziehung.

## Empowermentorientiertes Vorgehen

Dieses soll dazu beitragen, die Selbstbestimmung und Selbstwirksamkeit zu fördern und eine autonome Lebensgestaltung ermöglichen. Durch Empowerment gelingt es den Patienten und Patientinnen aus subjektiv wahrgenommener Abhängigkeit und Bevormundung

herauszutreten und eine aktivere selbstwirksamere Perspektive in der Kommunikation mit den Behandlern/Therapeuten im psychiatrischen Bereich einzunehmen. Dies bedingt im verhandlungsbasierten Therapieprozess eine verstärkte aktive Einflussnahme auf die Therapie selbst und deren Ausgestaltung. Den Raum dafür schaffen geplante, verhandlungsbasiert geführte Therapiesprache.

Patienten sollen nicht einseitig als erkrankte Individuen, sondern als Menschen mit Problemen und Ressourcen wahrgenommen werden. Empowerment geht davon aus, dass psychisch erkrankte Menschen im Lauf ihrer Krankheitsgeschichte zu Experten in eigener Sache werden und selbstverantwortlich und kompetent ihre Interessen vertreten können, wenn auch diese Kompetenz in akuten Phasen der Krankheit herabgesetzt oder teilweise eingeschränkt sein kann.

Je selbständiger die Klienten und Klientinnen auch die Behandlungsgestaltung über ein aktives Mitverhandeln der Therapiemaßnahmen ausüben befähigt werden, desto selbstbewusster werden sie, umso mehr Kompetenzen entwickeln sie auf dem Behandlungs- und Genesungsweg. Und sie können selber vermehrt auf den Gesundungsverlauf Einfluss nehmen und sich dabei als selbstwirksam erleben.

Um die Chancen von Empowerment richtig nutzen zu können, müssen nicht nur die Betroffenen ihre Rollen neu definieren, es muss auch von Seiten der professionellen Helfer\*Innen eine Unterstützung und Förderung geben. Dazu muss für die Betroffenen ein Umfeld geschaffen werden, dass ihre eigene soziale Kompetenz verbessert. Durch Hilfe bei

der Beschaffung der notwendigen Ressourcen können Betroffene auf ihrem Weg in ein eigenständiges Leben gefördert werden.

## Verhandelbare Behandlung

Das wichtigste Ziel in der Kommunikation ist es, gegenseitige Erwartungen explizit zu klären und zu verhandeln. Es wird dabei oft übersehen, dass auf allen Seiten (Patient\*innen, Familie, Dienste, anderer Betreuungspartner usw.) unterschiedliche und unausgesprochene (implizite) Erwartungshaltungen vorhanden sind. Die impliziten und expliziten Erwartungen an den jeweils anderen Verhandlungspartner sollen in Verhandlungsgesprächen ausgesprochen werden und sind dadurch identifizierbar.

Im verhandlungsbasierten Behandlungsansatz wird Wert auf Begegnungen auf Augenhöhe gelegt. Ein Austausch auf Augenhöhe setzt unter Anderem voraus, dass wir zu einer gemeinsamen Sprache finden, die von Patienten, Angehörigen und Therapeuten verstanden wird.

Der therapeutische Ansatz muss der Komplexität und Multidimensionalität des Krankheitsmodells entsprechen. Psychische Erkrankungen werden in den Kontext des biopsychosozialen Modells eingebettet. Das bringt zum Ausdruck, dass Menschen mit psychischen Erkrankungen auf mehreren Ebenen beeinträchtigt sind: auf der körperlichen Ebene, auf der Ebene der Psyche und des inneren Erlebens und auf der Ebene ihrer gesellschaftlichen Integration, auf der sozialen Ebene.

In jeder Behandlung spielen daher neben der körperlichen (biologischen) Dimension und den psychisch-seelischen Faktoren auch und die soziale Ebene, die Einbettung in Beziehungen und Arbeit eine große Rolle. Daraus leitet sich ein umfassendes Verständnis von Krankheit bzw. Gesundheit mit entsprechenden präventiven, diagnostischen und therapeutischen Maßnahmen ab.

## Gemeinsame Ziele

Entsprechend der Vorstellung, den Patienten als Experten in eigener Sache wahrzunehmen, ist es ein zentrales Anliegen im verhandlungsbasierten Konzept, gemeinsame Therapieziele zu erarbeiten.

Die ausreichende Erarbeitung und Berücksichtigung der subjektiven Sicht der Betroffenen und ihrer Angehörigen oder Bezugspersonen spielt in der vertragsbasierten Behandlung eine zentrale Rolle für einen erfolgreichen Behandlungsverlauf: die zu erstellenden Behandlungsziele, die Therapieplanung, den Therapieprozess und letztlich auch für die Therapiemotivation und Bereitschaft zur Mitarbeit. ▶

Der verhandlungsorientierte Ansatz versucht folgenden Kriterien gerecht zu werden:

- Verhandeln vor Behandeln
- Behandlungsvereinbarungen anstreben
- Subjektorientierung
- Netzwerkorientierung in der Behandlung
- Respekt und Wertschätzung
- Ressourcenperspektive statt Defizitperspektive
- Angstreduktion und Aufbau eines vertrauensvollen Kontaktes
- Frühe Einbeziehung der Angehörigen und anderer wichtiger Bezugspersonen
- Umfassende Informationen für alle Beteiligten

Der Aufbau eines vertrauensvollen Kontakts steht im Mittelpunkt der Behandlung und entsprechend auch der Verhandlungsgespräche. Letztendlich sollte ein inneres Einverständnis über alle Behandlungsschritte mit dem Betroffenen in den verhandlungsbasierten Therapiegesprächen erzielt werden. Schrittweise führt die Bewältigung schwieriger werdender Aufgaben und Ziele in Richtung Befähigungssteigerung der Patient\*innen und Zunahme der Übernahme von Selbstverantwortung. Ziel der therapeutischen Bemühungen kann nicht immer die vollständige Genesung sein. Daher werden auch Teilziele angestrebt: eine „soziale Genesung“, wie z.B. die Anbahnung, das Training oder die Erhöhung der Arbeitsfähigkeit.

**Das verhandlungsbasierte Therapiemodell: „Ich kann mich aktiv an der Gestaltung der Therapie, am therapeutischen Projekt beteiligen“**

Wir gehen von der Annahme aus, dass in der Behandlung die Grundhaltung des verhandlungsbasierten Modells zu einer wesentlich besseren psychischen Befindlichkeit beitragen

kann. Auf das oft berichtete Gefühl des Ausgeliefertseins und des Gefühls der Hilflosigkeit soll Einfluss genommen werden.

Die Krankheit wird im Rahmen des verhandlungsbasierten Therapiekonzeptes als zu bewältigende Herausforderung angesehen, mit der sich der Betroffene problemorientiert und informiert auseinandersetzen kann. Er gibt nicht auf, sondern sucht und findet im gemeinsamen verhandlungsbasierten Beratungsgespräch zunehmend Möglichkeiten, seine Therapie/sein therapeutisches Projekt selbst mitzugestalten.

Die Umsetzung des verhandlungsbasierten Therapieansatzes fördert Selbstwirksamkeit und leistet einen wesentlichen Beitrag zur Reduktion von Selbststigma. Menschen, die unter psychischen Erkrankungen leiden, müssen sich häufig mit zwei Problematiken auseinandersetzen. Erstens müssen sie sich darum bemühen, die Symptome der Erkrankung selbst zu bewältigen. Zweitens führen gesellschaftliche Einstellungen über psychische Erkrankungen zu Stigmatisierungsprozessen, die eine zusätzliche schwere Belastung für viele Betroffene darstellen. Angehörige psychisch erkrankter Menschen werden durch die Stigmatisierung der betroffenen Person oft ebenfalls ausgegrenzt und stigmatisiert.

Stigmatisierte Personen reagieren auf erwartete Stigmatisierung in Situationen häufig mit sozialem Rückzug. Damit versuchen sie jenen Situationen auszuweichen, von denen Stigmatisierungsgefahr ausgeht. Die internalisierten negativen Selbstschreibun-

zu Beeinträchtigungen des Genesungsprozesses und erschweren vermutlich auch die Inanspruchnahme professioneller Hilfsangebote und die Motivation zu aktiver Einflussnahme auf die Behandlungsgestaltung und den Behandlungsverlauf wesentlich.

Die erfolgreichste Methode zur Bewältigung von Stigma liegt in der effizienten Behandlung der Erkrankung selbst. Wenn es gelingt, die Erkrankung erfolgreich zu behandeln, bekämpft man gleichzeitig die Auswirkungen von Stigma und Diskriminierung.

Unser Konzept will u.a. einen Beitrag dazu leisten, den Aspekt der Selbstwirksamkeit in der Behandlung psychiatrischer Erkrankungen zu stärken/wiederzuerlangen und betroffene Menschen dazu motivieren, sich bewusster und aktiver für die Anwendung von verhandlungsbasierten Strategien einzusetzen. Empowerment-orientierte Haltung befähigt psychisch erkrankte Menschen nämlich, ihre Situationen selbst in die Hand zu nehmen und sich dabei ihrer Kompetenzen stärker bewusst zu werden. Diese ermöglichen es ihm letztendlich auch, aktiv auf seine subjektiv erlebten Beeinträchtigungen infolge von Selbststigmatisierung einzuwirken, indem Veränderungsmotivation freigesetzt wird und der Patient (und seine Angehörigen) wieder vermehrt aktiv an Behandlungsverhandlungen teilnehmen und diese auch einzufordern bereit sind. ●

## Die Referenten:

**Stefano Egidi**, Psychiater, Psychotherapeut, Achtsamkeitslehrer, Leiter des Zentrums für psychische Gesundheit Schlanders

**Harald Tappeiner**, Psychologe, Psychotherapeut, Supervisor, Zentrum für psychische Gesundheit Schlanders



# Erfahrungen einer Mutter



*Guten Tag an euch von „Ariadne“ und danke für diese Möglichkeit. Ich konnte nur beim ersten Teil des Vortrages dabei sein, weshalb sich meine Rückmeldung nur auf diesen bezieht.*

*Das von Dr. Egidi beschriebene Interventionsmodell ist das Mindeste, was ein territorialer sozialpsychiatrischer Dienst seinen Klient\*innen bieten sollte. Es wäre wirklich ein gutes Modell, wenn alle Zahnräder richtig ineinandergreifen würden: wenn alle beteiligten Berufsgruppen (und natürlich die Familienangehörigen) sich dafür einsetzen würden, dass unter allen Möglichkeiten die am besten geeignete Lösung für die verschiedenen Situationen gefunden wird.*

*Dies wäre von grundlegender Bedeutung für die leider immer zahlreicher werdenden psychotischen Ausbrüche bei jungen Menschen, bei denen die anfängliche Herangehensweise der Dienste entscheidend für den Verlauf der Erkrankung (Wiederherstellung der psychischen Gesundheit oder Chronifizierung der Krankheit) sein kann.*

*Meine Erfahrung mit dem Psychiatrischen Dienst in Bozen reicht ungefähr drei Jahre zurück. Gemacht habe ich*

*sie als Mutter eines jungen Mädchens bei ihrer ersten psychotischen Episode. Ich muss leider sagen, dass die Behandlung, die zuerst auf der Psychiatrischen Abteilung und später vom Zentrum für psychische Gesundheit erhalten wurde, nicht im Geringsten dem Ansatz ähnelt, der beim Vortragsabend vorgestellt und vorgeschlagen worden ist.*

*Sicherlich hat alles in der akuten Phase und als es notwendig war, die Wahnvorstellungen medikamentös zu behandeln, geklappt. Aber, wenn meine Tochter (jung, aber dennoch erwachsen) ausschließlich der Behandlung durch das Zentrum für psychische Gesundheit anvertraut worden wäre, wäre sie jetzt fast sicher eine chronisch psychisch erkrankte Person. Dabei zweifle ich nicht die Professionalität des Personals und die vorhandene Teamarbeit an, die eine integrierte Intervention gewährleisten sollte sondern dass in Wirklichkeit das Problem nur medizinisch-biologisch interpretiert wird und die einzige Antwort darauf die pharmakologische ist.*

*Hier zeige ich einige Beispiele für Maßnahmen, die meiner damals 21-jährigen Tochter bei ihrer ersten psychotischen Episode angeboten wurden (abgesehen natürlich von den Medikamenten):*

*Psychologische Gespräche: Der Psychologe der Equipe war nach dem ersten Gespräch mit meiner Tochter der Meinung, dass keine größeren Themen anzugehen wären (!!!) und empfahl ihr, eine App mit Übungen herunterzuladen, um das Gehirn zu trainieren und die schädlichen Auswirkungen von Psychopharmaka einzuschränken... Daraufhin wandten wir uns an eine freiberufliche Psychotherapeutin.*

*Als es meiner Tochter wieder besser ging, bat sie um ein Treffen mit der Sozialassistentin, um Unterstützung bei der Arbeitssuche zu erhalten. Es wurde ihr eine Arbeitseingliederung in einer geschützten Werkstatt angeboten... Daraufhin haben wir uns dann selbst auf dem freien Markt nach einer Stelle umgesehen.*

*Heute, drei Jahre später, hat meine Tochter einen „normalen“ Job, sie arbeitet Vollzeit und lebt selbstständig und autonom. Ich denke, dass die meisten jungen Menschen bei einer ersten psychotischen Episode gute Chancen hätten, ihr Gleichgewicht wiederzufinden, wenn ihre Krise mit einer Vision behandelt und unterstützt würde, die auf eine vollständige Genesung abzielt und nicht nur auf die Kontrolle der Symptome durch Medikamenteneinnahme auf unbestimmte Zeit.*

*Das meine ich, wenn ich sage, dass wir, zumindest in Bozen, einen Psychiatrischen Dienst haben, der nicht heilt, sondern die Patient\*innen zu chronisch kranken, folglich behinderten Menschen macht. Und das ist nicht hinnehmbar, denn es gibt so viele Beispiele (oft dargeboten bei den Ariadne-Tagungen) unterschiedlicher Ansätze, die durchaus ermutigende Ergebnisse erzielen.*

*Ich grüße euch alle und danke für eure Arbeit und eure Vision. ●*

# „Giardino MoMente Garten“

Blickfang: zwei knallorange, soziale Bänke des Verbandes Ariadne



Der Bereich auf der Südseite des W-Gebäudes im Krankenhaus Bozen war bisher recht unansehnlich und wirkte keinesfalls einladend. Schon seit längerem gab es Bestrebungen, die Fläche aufzuwerten und dort einen Garten anzulegen. Vor allem Andreas Conca, Primar des Psychiatrischen Dienstes und Massimo Bernardo, Primar der Palliativmedizin am Krankenhaus Bozen war es ein Anliegen, den Patient\*innen, den Besucher\*innen sowie den Mitarbeiter\*innen einen schönen Rückzugs- und Erholungsort zu bieten.

Der 1.300 qm große Garten, der am 21. Juni offiziell eingeweiht wurde, nennt sich „Giardino MoMente Garten“. Er soll Momente der Auszeit für Geist und Seele schaffen und neue Kraft schenken. Ein besonderes Augenmerk wurde bei der Planung darauf gelegt, alle Sinne anzuregen und bienen- und insektenfreundliche Pflanzen anzupflanzen.

Teil dieser Ruheoase und auffälliger Blickfang sind zwei knallorange, soziale Bänke aus dem Sensibilisierungsprojekt des Verbandes „Zueinander finden-trovarsi“, die der Verband Ariadne dem Krankenhaus zur Verfügung gestellt hat. ●

Weitere Informationen zum Projekt:  
[www.ariadne.bz.it/zueinander-finden-trovarsi/](http://www.ariadne.bz.it/zueinander-finden-trovarsi/)



## Dachverband für Soziales und Gesundheit

30jähriges Jubiläum im Mai in Meran

Im Mai 1993 wurde der Dachverband für Soziales und Gesundheit (DSG) gegründet. Angefangen hat alles recht klein: Zunächst waren es vor allem Organisationen von und für Menschen mit Behinderungen - darunter auch der Verband Ariadne - die den Dachverband sprachgruppenübergreifend aufbauten und prägten. Doch schnell kamen weitere Vereine aus anderen Bereichen des Sozial- und Gesundheitswesens hinzu.

In den vergangenen 30 Jahren hat der DSG wesentlich dazu beigetragen, architektonische Barrieren in Südtirol abzubauen und die Mobilität für Menschen mit Behinderung zu erleich-

tern. Auch die Pflegesicherung ist ein sozialpolitischer Meilenstein, den der Dachverband mitgeprägt hat. Ebenso maßgeblich vorangetrieben wurde die Sachwalterschaft. Nicht zuletzt hat sich der Dachverband stets dafür eingesetzt, das Ehrenamt und die Freiwilligenarbeit zu stärken. Denn die vielen Menschen, die sich in den sozialen Vereinen und Selbsthilfegruppen engagieren, machen dies nicht als Hobby sondern aus eigener Betroffenheit und Solidarität.

Heute vereint der Dachverband rund 60 Sozial- und Gesundheits-

vereinigungen und arbeitet im sozialen Netzwerk eng mit unzähligen weiteren zusammen. ●



Foto (v. l. n. r.): Sie haben den Dachverband geprägt: die ehemaligen Präsidenten Stefan Hofer, Walther Mitterrutzner, Martin Telser, Arthur Obwexer, Ida Lardschneider, der amtierende Präsident Wolfgang Obwexer und Geschäftsführer Georg Leimstädtner.



# Trialog

BETROFFENE  
ANGEHÖRIGE  
FACHPERSONEN

**D**er Verband Ariadne organisiert seit mehreren Jahren - in Zusammenarbeit mit dem Verein Lichtung, dem KVV Bezirk Pustertal, den Psychiatrischen Diensten und den Sozialdiensten der Bezirksgemeinschaften - regelmäßig trialogische Treffen in Südtirol. Mittlerweile gibt es drei Veranstaltungsorte (Meran, Brixen und Bruneck). Außerdem werden trialogische Treffen auch online - in deutscher und italienischer Sprache - angeboten.

Bei den trialogischen Treffen kommen psychiatrienerfahrene Menschen, Angehörige und im Bereich der psychischen Gesundheit tätige Fach-

leute zusammen, nicht um übereinander, sondern um miteinander auf Augenhöhe über die eigenen Erfahrungen zu sprechen. Durch das gegenseitige Zuhören und miteinander Reden wird ein Lernen voneinander möglich.

Jedes trialogische Treffen behandelt ein anderes Thema. Dabei steht es jeder und jedem frei, sich zu äußern oder auch nur zuzuhören.

Teilnehmen können alle Interessierten. Eine Anmeldung ist - außer für die Online-Treffen - nicht nötig.

Weitere Infos: [www.ariadne.bz.it](http://www.ariadne.bz.it) ●



## Selbsthilfegruppentreffen

**E**ine psychische Erkrankung wirkt sich immer auf die gesamte Familie aus. Hilfe und Unterstützung bietet der Verband Ariadne den Familien mit drei Selbsthilfegruppen, bei denen sich Angehörige untereinander austauschen und sich gegenseitig Rat holen können.

Der Austausch von ähnlichen Erfahrungen entlastet ungemein, und es ist eine große Erleichterung, ohne lange Erklärungen verstanden zu werden. Außerdem lernen die Angehörigen

wie wichtig es ist, auch auf ihr eigenes Wohlergehen zu achten.

Nach der Sommerpause treffen sich die Gruppen wieder regelmäßig. Die Gruppen sind für Neuzugänge offen. Die Treffen finden monatlich im Verbandsbüro in Bozen statt.

Für die Anmeldung zu den Treffen und für weitere Informationen zu den Gruppen melden Sie sich im Verbandsbüro unter Tel. 0471 260 303 oder per e-mail an [info@ariadne.bz.it](mailto:info@ariadne.bz.it). ●

### Gruppe für Angehörige

Mittwoch, 20.09.2023 um 16:00 Uhr  
Mittwoch, 18.10.2023 um 16:00 Uhr  
Mittwoch, 15.11.2023 um 16:00 Uhr

### Gruppe für Eltern von jungen Erwachsenen mit psychischer Erkrankung:

Mittwoch, 06.09.2023 um 19:30 Uhr  
Mittwoch, 04.10.2023 um 19:30 Uhr  
Mittwoch, 08.11.2023 um 19:30 Uhr

### Gruppo per genitori, fratelli e sorelle di giovani che stanno vivendo una situazione di disagio psichico o psicologico:

Mittwoch, 13.09.2023 um 17:30 Uhr  
Mittwoch, 11.10.2023 um 17:30 Uhr  
Mittwoch, 08.11.2023 um 17:30 Uhr  
Mittwoch, 13.12.2023 um 17:30 Uhr

# MUT ZUR SELBSTFÜRSORGE

Gruppenangebot im Überetsch für Angehörige von psychiatriee erfahrenen Menschen

**W**enn jemand in der Familie psychisch erkrankt, ist das ein tiefer Einschnitt in die Beziehung, sowohl für die Betroffenen selbst als auch für ihre engen Bezugspersonen. Es dreht sich meist alles nur noch um die Krankheit, was bei längerer Dauer für alle sehr zermürend sein kann.

Für Angehörige ist es sehr wichtig, auch auf die eigenen Bedürfnisse zu achten. Diese monatlichen Treffen bieten ihnen im geschützten tragenden Rahmen der Gruppe auf kreative und abwechslungsreiche Weise Anregungen, die dem Verstehen und Bewältigen belastender Ereignisse im herausfordernden Alltag dienen. Geleitet werden die Treffen von Frau **Andrea Siebrecht**, Sozialarbeiterin, Betriebswirtin und Konfliktberaterin nach dem Begründer der positiven Psychotherapie N. Peseschkian.

Ein Einstieg ist jederzeit möglich, es sind keine Vorkenntnisse erforderlich! Wir freuen uns auf euch! ●

Mittelschule Eppan

19:00 - 21:00 Uhr

4 Einheiten 40,00 Euro

19.09.2023 - 24.10.2023

21.11.2023 - 12.12.2023

## Info

Termine und Anmeldung:

Verband Ariadne

0471 260 303

Info@ariadne.bz.it

www.ariadne.bz.it

# Welttag der psychischen Gesundheit

Filmabende in Brixen, Bozen und Meran

**D**er 10. Oktober gilt als internationaler Tag der psychischen Gesundheit (Mental Health Day). Zahlreiche Veranstaltungen in ganz Südtirol machen rund um diesen Tag auf die psychische Gesundheit aufmerksam. Es wird über psychische Erkrankungen informiert und versucht, Stigma abzubauen und Vorurteile zu entkräften.

Der Verband Ariadne organisiert anlässlich dieses wichtigen Tages bereits seit 10 Jahren Filmabende mit Diskussion in Zusammenarbeit mit dem Filmclub, den

psychiatrischen Diensten und der Arbeitsgruppe „UP & DOWN“.

Auch heuer zeigt der Verband Ariadne wieder zwei Filme, einen in deutscher, einen in italienischer Sprache. Neben Bozen und Meran kommt Brixen als neuer Veranstaltungsort mit ins Programm. ●

Film in deutscher Sprache

**LUCA**  
TANZT LEISE



Trailer

**Brixen**

Montag, 09.10.2023

20:00 Uhr

Filmclub Brixen - Astra

Romstraße 11

**Bozen**

Dienstag, 10.10.2023

18:00 Uhr

Filmclub Bozen

Dr.-Streiter-Gasse 8/d

**Meran**

Donnerstag, 12.10.2023

20:30 Uhr

Filmclub Meran - Ariston

Rennweg 25

Film in italienischer Sprache

**MARILYN**  
*ha gli occhi neri*

**Bolzano**

martedì, 10.10.2023

ore 20:00

Filmclub Bolzano

via dott. Streiter, 8/d



Trailer

Ticket:  
5,00 Euro



Angehörigenseminar

## Deeskalation

Der Verband Ariadne organisiert ein 2-teiliges Deeskalationsseminar in italienischer Sprache. Die Teilnehmer\*innen erhalten dabei Hintergrundwissen zu den verschiedenen Aggressionsarten sowie zu möglichen Auslösern von aggressivem Verhalten. Sie bekommen praktische Tipps im Umgang mit kritischen Situationen, und es werden Wege aufgezeigt, angespannte Momente frühzeitig zu erkennen und sie zu entspannen.

Besuchen Sie die Website des Verbandes für weitere Informationen: [www.ariadne.bz.it](http://www.ariadne.bz.it) ●

**Datum:**

Samstag, 14.10. und 21.10.2023

**Zeit:** jeweils von 14:00 bis 17:00 Uhr

**Ort:** Bozen - Altmannhaus (Grieserplatz 18)

**Zielgruppe:** Angehörige von Menschen mit einer psychischen Erkrankung

**Eine Anmeldung ist ab sofort möglich!**

Das Seminar  
findet in  
**ITALIENISCHER  
SPRACHE**  
statt!

## ALI (Flügel)

Theaterstück in italienischer Sprache

Das Netzwerk Suizidprävention Südtirol vereint mehr als 20 Vereine, Organisationen sowie öffentliche und private Dienste, die sich um das Thema Suizidprävention bemühen und in diesem Bereich tätig sind. Der Verband Ariadne ist Teil des Netzwerkes. Neben der jährlichen Fachtagung zum Thema Suizidprävention wird auch eine kulturelle Begleitveranstaltung angeboten, die die breite Bevölkerung ansprechen soll.

Heuer wird dies das Theaterstück "ALI" des „Teatro La Ribalta - Kunst der Vielfalt“ sein. "ALI" befasst sich zwar nicht direkt mit dem Thema Suizid, bietet aber durch Inhalt, Struktur, Geschichte und Umsetzung zahlreiche Denkanstöße und Anregungen. Mit der Frage nach dem Sinn und der Bedeutung im Leben regt das Stück zum Nachdenken an über Wohlbefinden und Stärkung der psychischen Gesundheit, die gerade auch für die



Foto: Andreas Marini

**Über das Theaterstück:** „ALI“ erzählt von der Begegnung eines jungen, vom Leben enttäuschten Mannes und einem verwundeten Engel, der leiden und lieben möchte wie ein Mensch. Neugierig und naiv wie ein Kind entdeckt der Engel die Erde und den Menschen und erlebt Gefühle, die er nicht kennt.

Engel und Mensch begegnen sich, stoßen aufeinander, kämpfen, erkennen sich gegenseitig, halten sich aneinander fest und beginnen einen Tanz zwischen Leben und Tod.

Prävention von Suizid von grundlegender Bedeutung sind.

Zwei Aufführungen sind für Schüler\*innen italienischer und deutscher Oberschulen geplant (am 17.10. und 18.10.2023 jeweils um 10:30 Uhr). Die Abendvorstellung (s. Kasten rechts) ist für alle Interessierten offen, eine Reservierung ist nicht nötig - einfach vorbeikommen! ●

**Dienstag, 17.10.2023**

**20:30 Uhr**

**Bozen**

**Stadttheater Gries**

**Eintritt frei!**

# Psichiatria da protagonista

Dall'esperienza di utenti e familiari  
un Servizio di salute mentale ideale

**W**er, wenn nicht die von einer psychischen Erkrankung betroffenen Familien kann uns sagen, wie ein idealer psychiatrischer Dienst aufgebaut sein und was er bieten soll? Aus dieser gewissermaßen revolutionären Idee hat sich das Buch von Paolo Giovanazzi (Angehöriger) und Andrea Puecher (Betroffener) entwickelt. Eigentlich handelt es sich dabei um ein gemeinschaftliches Schreibprojekt, so die Autoren. Enthält das Buch doch Aussagen von über 300 Menschen, die sich mit den Herausforderungen einer psychischen Erkrankung auseinandersetzen müssen.

Die Beiträge, Erfahrungen und Vorschläge reichen dabei vom Erstkon-

takt mit dem Zentrum für psychische Gesundheit, über die Erstaufnahme auf der Abteilung, über die Beziehung zu den Mitarbeiter\*innen hin zu möglichen Präventionsstrategien, Sensibilisierungs- und Informationsveranstaltungen für die Bevölkerung. Aber auch heikle Fragen zur „richtigen“ Behandlung und zur oft schwierigen sozialen Wiedereingliederung in die Gesellschaft finden Platz.

Der Verband Ariadne organisiert zusammen mit dem Verein La Strada-Der Weg diese Veranstaltung, bei der die Autoren ihr Buch vorstellen und gemeinsam mit dem Publikum darüber diskutieren. Wir freuen uns auf eure Teilnahme! ●



Buchpräsentation  
in  
**ITALIENISCHER  
SPRACHE**

**Mi, 15.11.2023**  
**15:00-17:00 Uhr**  
**Bozen**  
Centro Ermete Lovera  
Europaallee 3

VORANKÜNDIGUNG UND EINLADUNG TAGUNG

## GEMEINSAM UNTERWEGS Sozialpsychiatrie in Südtirol

**I**m Herbst veranstaltet der Verband Ariadne in Zusammenarbeit mit dem Verein Lichtung und den Sozialpsychiatrischen Diensten eine Tagung zum Thema „Gemeinsam unterwegs: Sozialpsychiatrie in Südtirol“. Es referieren die Psychiaterin

Monica Tonietto, der ehemalige Direktor der Sozialdienste Salten Schlern Günter Staffler und der Philosoph Georg Siller. Zudem

werden zu „Sozialpsychiatrie heute: Endstation?“ zwei Trialoge organisiert und aktuelle Themen diskutiert.

Merkt euch den Termin vor! Alle weiteren Informationen folgen! ●

Donnerstag, 16.11.2023  
09:00-13:00 Uhr  
Bozen - Pastoralzentrum  
Simultanübersetzung vorgesehen!

