

## Bisher geplante Themen

### 06. März 2023 Ist Biografie-Arbeit sinnvoll?

In der aktuellen Psychiatrie wird in der Anamnese auch die Lebensentwicklung von Menschen mit psychischen Störungen erfasst. Die Betroffenen haben oft den Eindruck, dass dies aber in der Therapie wenig Berücksichtigung findet. Wie ist Ihre Erfahrung?

### 03. April 2023 Leben in zwei Welten – Psychose und Alltag

Menschen mit Psychoseerfahrung berichten nicht selten, welche Probleme es ihnen bereitet, im Alltag Verständnis für ihre Eigenheiten zu finden – sie sind Menschen, die Anders sind – was oft (von außen) als Leben in zwei Welten verstanden wird.

### 08. Mai 2023 Was mache ich, wenn die Krise kommt?

Gibt es »Frühwarnzeichen«, die die psychischen Veränderungen ankündigen? Was kann man tun, damit es sich nicht verschlimmert? Welche persönlichen Strategien haben geholfen?

### 12. Juni 2023 Wege aus der Psychose – Behandlung auf Augenhöhe?

Fragen, die sich in diesem Zusammenhang noch stellen: Ist der Mensch mit Psychose ein autarkes Wesen? Tun Worte von anderen gut?

### 04. September 2023 Was kann ich geben? Was brauche ich? Was sind die Grenzen der anderen?

Oft stellt sich die Frage, wie kann ein Mensch mit seelischen Einschränkungen in der Gemeinschaft weiter zurecht kommen? Was kann er eigenständig beitragen, und wo ist noch Hilfe und Unterstützung notwendig? Wie geht das Umfeld mit diesen Problemen um?

### 16. Oktober 2023 Wahn erleben – Was ist krank? Was ist gesund?

Es ist bekannt, dass viele Menschen Symptome aufweisen, die in der Medizin als krank diagnostiziert werden könnten, diese Menschen leben aber ohne jede psychiatrische Hilfe. Wieviel davon ist gut, und wann ist das kritisch? Wie erleben dies Angehörige?

### 06. November 2023 Suchtproblematik: Alkohol, Drogen, Nikotin – eine Alternative zu Psychopharmaka?

Menschen, die unter seelischen Problemen leiden, können dazu neigen, sich mittels Alkohol und anderen Stoffen »selbst zu therapieren«. Wie wirkt sich dies auf diese Menschen und ihre Umgebung aus? Was kann man tun, wenn man in diesem Dilemma steckt?

### 04. Dezember 2023 Vertrauensbrüche und wohin damit?

Als Weihnachtsthema von Psychiatrieerfahrenen des Psychoseminars gewünscht, geht es um das soziale Miteinander. Was kann ich tun, wenn in andere gesetztes Vertrauen verletzt worden ist? An wen kann ich mich wenden?

## Forum Psychiatrie Leipzig PSYCHOSESEMINAR 2023

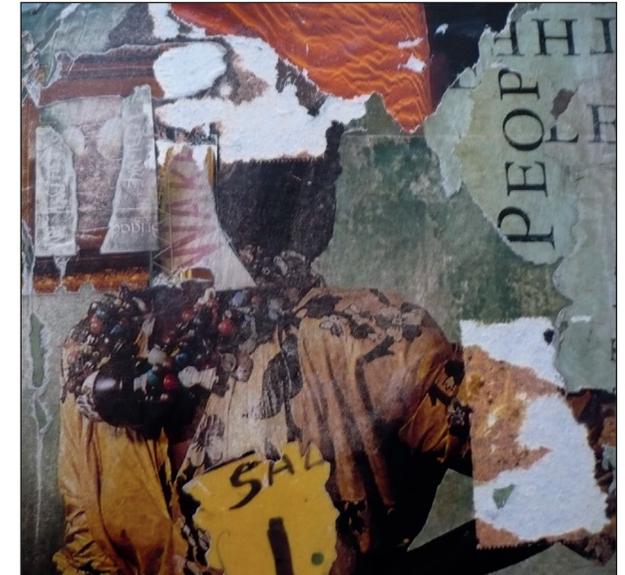


Abb.: Michael Pleißner: Detail aus einer Assemblage, 2018, Kunstgruppe im Durchblick e.V.

## Einladung, Themen und Termine

Sehr geehrte Damen und Herren, anbei finden Sie die Termine des Psychoseminars für das Jahr 2023. Wir würden uns über Ihre Teilnahme sehr freuen. Wir bemühen uns, eventuelle Terminänderungen rechtzeitig anzuzeigen.

## Was ist ein Psychoseseminar?

Das Psychoseseminar bietet Raum und Möglichkeit für Psychatrieerfahrene, Professionelle, Angehörige und Interessierte, im Sinne eines sich selbst organisierten Gesprächs- und Lernkreises, Erfahrungen auszutauschen, Vorurteile abzubauen und neuen Erkenntnissen Raum zu geben. Ziel ist es, ein besseres Verständnis füreinander zu gewinnen und einen guten zwischenmenschlichen Umgang zu fördern. Angestrebt wird eine offene, ehrliche und zwanglose Atmosphäre der Verständigung, des Respekts vor dem Gegenüber sowie der Ermutigung zur Übernahme der Verantwortung für sich selbst und des gemeinsamen Lernens. Daraus können neue Umgangsformen der verschiedenen Gruppen untereinander entstehen, die Anerkennung, Dialog und Trialog ermöglichen. Jede/r der Anwesenden ist Experte/in eigener Erfahrungen und das, was er/sie darüber zu erzählen hat, soll Gehör finden.

## Trialog?

Trialog meint dabei, dass alle, die bei einer psychischen Krise oder Erkrankung bzw. psychiatrischer Behandlung beteiligt sind, d. h. die Betroffenen selbst, die Angehörigen psychisch erkrankter Menschen und die professionellen Helfer – daher die Silbe »tri« – zusammenkommen, um gleichberechtigt ihre manchmal gemeinsamen, mitunter sehr unterschiedlichen Ansichten und Erfahrungen auszutauschen. Betroffene und Angehörige sind dabei nicht passive »Objekte« der Behandlung oder der Psychiatrie, sondern sie können sich auf gleicher Augenhöhe einbringen

und mitwirken. Ziel ist eine subjektorientierte psychiatrische Behandlung und eine stärkere Demokratisierung der Psychiatrie. Nur der Trialog kann ein anderes Krankheits- bzw. Psychoverständnis vermitteln. In einem echten offenen Trialog können Betroffene den Anderen ihr psychotisches Erleben authentisch schildern, dazu gehören auch Lebensumstände, die sie in die Psychose gebracht haben. Dabei sind alle Beteiligten Lernende, bereit zu einem Perspektivwechsel im Denken wie im Handeln. Erst wenn wir gegenseitig die Perspektive der Anderen kennen, können wir gemeinsam nach Lösungen suchen.

Die Veranstaltung wird in Kooperation von Durchblick e.V., Sozialpsychiatrischem Dienst im Verbund Gemeindenahe Psychiatrie und Gesundheitsamt durchgeführt.

[www.durchblick-ev.de](http://www.durchblick-ev.de)  
[www.leipzig.de/psychiatrie](http://www.leipzig.de/psychiatrie)

Für Nachfragen und Hinweise stehen wir Ihnen gern zur Verfügung: **0341 123-6806**

E-Mail: [verein@durchblick-ev.de](mailto:verein@durchblick-ev.de)

E-Mail: [psychiatriekoordination@leipzig.de](mailto:psychiatriekoordination@leipzig.de)

Herausgeber: Durchblick e.V.

## Zitate aus den Seminaren

### Betroffene:

»Man sucht sich eher Hilfe bei Ärzten oder Freunden, da man die Schuld für ein Problem eher den Angehörigen zuschreibt.«  
»Außerdem ist es wichtig, dass auch das Umfeld die eigene Realität und Wahrnehmung anerkennt.«

### Fachkräfte:

»Um mit Menschen in Krisensituationen kommunizieren zu können, bedarf es sehr viel Einfühlungsvermögens.«

### Angehörige:

»Man muss als Angehöriger den Betroffenen liebevoll und authentisch gegenüberstehen, aber auch einmal zurechtweisen. Entscheidend im gegenseitigen Miteinander sind Wertschätzung, Geduld und Liebe.«

## Termine

### Turnus: 1. Montag im Monat

(1 x im Monat – Pause im Februar, Juli, August)

**Uhrzeit: 17:00 – 19:00 Uhr**

**Ort: Volkshochschule**

**Kursnummer: C172A01K (entgeltfrei)**

**Löhrstraße 3–7, 04105 Leipzig**

**Aula 3. Etage**

### Termine:

|                   |                   |                   |
|-------------------|-------------------|-------------------|
| <b>06.03.2023</b> | <b>12.06.2023</b> | <b>06.11.2023</b> |
| <b>03.04.2023</b> | <b>04.09.2023</b> | <b>04.12.2023</b> |
| <b>08.05.2023</b> | <b>16.10.2023</b> |                   |