

## **WORLD MENTAL HEALTH DAY WELTTAG DER PSYCHISCHEN GESUNDHEIT**

Der Welttag für psychische Gesundheit wurde 1992 vom Weltbund für psychische Gesundheit (WFMH) ins Leben gerufen und wird von der Weltgesundheitsorganisation WHO unterstützt. Er findet jährlich international statt, um auf Fragen der psychischen Gesundheit aufmerksam zu machen.

Seit 2002 wird von der Windhorse Gesellschaft jährlich eine themenbezogene Veranstaltung anlässlich des Welttages für psychische Gesundheit mit unterschiedlichen KooperationspartnerInnen angeboten.

### **Veranstaltung zum World Mental Health Day am 10. Oktober 2011 „Was hilft in Zeiten psychischer Krisen und danach?“**

#### **Eine gemeinsame Veranstaltung der Windhorse Akademie und des Vereins LOK**

Psychische Krisen können jeden von uns treffen. Die Ursachen dafür sind vielfältig und zumeist in schwierigen Lebensumständen begründet. Stress im Beruf und in der Familie, Verarbeitung von Schicksalsschlägen, finanzielle Engpässe u. ä. können Auslöser sein.

In der Tagung gehen wir der Frage nach, welche Strategien und Unterstützungsformen als hilfreich erlebt werden, um Krisen bewältigen zu können.

In Zeiten psychischer Krisen braucht jeder etwas Anderes, das ihm/ihr weiterhilft. Gleichzeitig scheint es bestimmte Prinzipien zu geben, die sich als günstig und hilfreich (heilsam) erweisen, wenn es darum geht, wieder Erde unter den Füßen und Luft zum Atmen zu bekommen.

An diesem Nachmittag möchten wir gerne verschiedene Prinzipien vorstellen, neue kennenlernen, diese diskutieren und zusammenfassen.

#### **Zeit und Ort der Veranstaltung**

Montag, 10. Oktober 2011

13:00 bis 19:00

Kolping Wien Zentral

Gumpendorferstraße 39

1060 Wien

#### **Programm**

ab 12:30	Registrierung
13:00 – 13:30	Start mit SOG Theater inkl. Begrüßung der VeranstalterInnen
13:30 – 14:15	Impulsreferat Felix de Mendelssohn
14:15 – 14:45	Pause 1
14:45 – 16:45	Workshops
16:45 – 17:15	Pause 2
17:15 – 18:30	Fishbowl
18:30 – 19:00	Abschluss und Verabschiedung

## Impulsreferat Felix de Mendelssohn

Titel „ÜBER DEN ZERFALL“

Die psychische Krise versteht sich als Zerfall - Zerfall des Selbst, Zerfall der Welt, auch Zerfall der Sprache. Was lässt sich also über den Zerfallsprozess sagen? Und wie kämen wir über den Zerfall hinweg?

zur Person:

Felix de Mendelssohn ist Psychoanalytiker und Gruppenanalytiker in freier Praxis in Wien und in Berlin. Er ist ehemaliger Vorstand der Abteilung für Psychoanalyse an der Sigmund Freud Privatuniversität (SFU) in Wien und Vorstand der Sektion Gruppenanalyse im IAGP (International Association for Group Psychotherapy and Group Processes). Heuer sind zwei Bücher von ihm im SFU Verlag erschienen: *Das Psychoanalytische Subjekt: Schriften zur Theorie und Technik der Psychoanalyse* und *Die Gegenbewegung der Engel: Psychoanalytische Schriften zu Kunst und Gesellschaft*.

## Workshops

- 1) Tun und Lassen – Autonomie und Verantwortung im Spannungsfeld Betreuung
- 2) Die professionelle Beziehung – Widerspruch und Herausforderung
- 3) Und was ist Basis-Betreuung?
- 4) Grundlegende Gesundheit
- 5) Theaterworkshop mit dem SOG Theater

### 1) „Tun und Lassen – Autonomie und Verantwortung im Spannungsfeld Betreuung“

Die Autonomie der KlientInnen und ihr Recht auf eine individuell gestaltete Lebensführung ist ein wichtiges Grundprinzip des Vereins LOK. Gerade in Zeiten psychischer Krisen wird von den BetreuerInnen immer wieder in die Autonomie der KlientInnen eingegriffen. Sie übernehmen Verantwortung in Situationen und Lebensphasen, in denen KlientInnen die volle Tragweite ihrer Handlungen nicht mehr abschätzen können und akute Gefährdungen die Folge sein könnten. Das sich daraus ergebende Spannungsfeld ist Thema dieses Workshops. Folgende Fragen werden dabei behandelt:

- In welchen Situationen ist es notwendig und legitim in das Selbstbestimmungsrecht von KlientInnen einzugreifen?
- Wie erleben die KlientInnen diese Eingriffe und welche Unterstützung wünschen sie sich in kritischen Situationen und Lebensphasen?
- Wie kann es gelingen, die KlientInnen weitest möglichst in Entscheidungsprozesse einzubeziehen?
- Welche Rahmenbedingungen sind notwendig, um dem Anspruch auf Selbstbestimmung gerecht zu werden?

### 2) „Die professionelle Beziehung – Widerspruch und Herausforderung“

Die Beziehungen zwischen KlientInnen und BetreuerInnen sind der eigentliche Kern der Betreuungsarbeit. Das Gelingen dieser Beziehungen ist in vielen Fällen die Voraussetzung für konkrete Unterstützungsleistungen im Alltag und die Basis für eine adäquate Begleitung in Krisensituationen.

Die professionelle Beziehung (in diesem Fall die – institutionell strukturierte – Beziehung zwischen der auf Unterstützung angewiesenen KlientIn und der dafür entlohnten und geschulten BetreuerIn) ist Schutz und Provokation zugleich. Sie bietet Verlässlichkeit und Kontinuität, vermittelt aber auch Abhängigkeit bzw. Angewiesensein.

Nicht zuletzt ist der Charakter der Betreuungsbeziehung in vielen Fällen ein wichtiges Thema der Auseinandersetzung zwischen KlientInnen und BetreuerInnen.

Folgende Fragen werden im Workshop behandelt:

- Was macht eine tragfähige Betreuungsbeziehung aus?
- Wie können beide Seiten mit den – der Betreuungsbeziehung immanenten – Widersprüchen umgehen?
- Welche Rolle spielt die Institution im Hintergrund?

### **3) Und was ist BASIS-BETREUUNG? – Linde Hörl, Elmar Türk**

Die in einem Windhorse-Projekt praktizierte Methode der Begleitung von Menschen in psychischen Krisen wird als "Basisbetreuung" bezeichnet. Basisbetreuung bedeutet, dass der/die therapeutische BegleiterIn sich mit dem niederlässt, was unmittelbar relevant ist und das tut, was zu diesem Zeitpunkt erforderlich ist: vom Spaziergehen, Einkaufen, Kochen, Aufräumen, kreativ Arbeiten,..., bis hin zu traditionelleren Formen von Psychotherapie (Anm.: durch den/die zum Team gehörende/n PsychotherapeutIn).

Das klingt einfach und ist schwierig zugleich! Je nach Bedarf sollte der/die BetreuerIn die Fähigkeiten eines Begleiters, Gefährten, Geleiters, Wächters, Motivators, Hüters, Koordinators und manchmal eines Freundes einbringen. Ziel ist die Synchronisation von Seele, Körper und Umwelt als Voraussetzung für den Heilungsprozess.

Aspekte, die zum Gelingen beitragen, werden wir im Workshop vorstellen.

Vor allem aber wollen wir die besondere Qualität der Basisbetreuung erfahrbar machen!!

*Die heilende Arbeit eines Windhorse-Teams besteht im Zusammenspiel derer, die miteinander Basisbetreuung praktizieren! Jeff Fortuna*

### **4) Grundlegende Gesundheit - Gabriele Pongracz, Peter Nowak**

Gesund-glücklich-schön-geliebt-problemlos

so möchte ich sein, so möchte ich leben, so möchte ich, dass die Menschen um mich sind, die ganze Welt. Diese Sehnsucht ist in jedem von uns stark und doch im offenbar krassen Widerspruch zum Innen wie Außen. Ist Gesundheit grundlegender als Krankheit, Einsicht grundlegender als Verwirrung?

Schwere psychische Krisen und ihre Betreuung fordern unser Vertrauen in grundlegende Gesundheit extrem heraus und dennoch kann es zum Ausgangspunkt von Gesundung werden.

In diesem Workshop werden wir uns theoretisch und praktisch auf die Suche nach grundlegender Gesundheit machen und ihre Rolle in der Bewältigung von psychischen Krisen gemeinsam erkunden.

### **5) Theaterworkshop mit dem SOG Theater**

Themen aus dem Alltag werden von den Workshop TeilnehmerInnen in Szene gesetzt und Lösungsideen für schwierige Situationen spielerisch erprobt. Keine Vorerfahrung notwendig.