

Das Interview: Thelke Scholz und Andreas von Glahn über den Trialogischen Fachtag am 26. September

„Gerade das Verstehen ist elementar“

Ein Trialog ist ein Austausch auf Augenhöhe zwischen psychisch Erkrankten, deren Angehörigen und Therapeuten. Im Landkreis Rotenburg wurden Trialogische Gesprächskreise federführend von dem Verein „Tandem – Soziale Teilhabe gestalten“ verankert. Am Sonnabend, 26. September, findet in Bremervörde ein Fachtag zu dem Thema statt. Die „Tandem“-Vorstandsmitglieder **Thelke Scholz** und **Andreas von Glahn**, die zum Vorbereitungsteam gehören, verraten im Interview, was sich hinter dem „Trialog“-Begriff verbirgt und was die Teilnehmer des Fachtages erwartet.

Was ist eigentlich ein Trialog?

Thelke Scholz: Der Landesverband Hamburg für Angehörige psychisch Kranker formuliert das so: „Unter Trialog versteht man in der Psychiatrie das gleichberechtigte Gespräch dreier Gruppen: die von einer psychischen Erkrankung betroffenen Menschen, die Angehörigen psychisch erkrankter Menschen sowie psychiatrische Fachleute (Ärzte, Psychotherapeuten, Krankenpflegepersonal). Der Trialoggedanke ist inzwischen weit verbreitet, aber keineswegs Alltag in jeder psychiatrischen Einrichtung.“

Und warum braucht man das?

Thelke Scholz: Man braucht doch im Gespräch immer das Gefühl, ernst genommen und verstanden zu werden. Es ist aber bisweilen schwierig oder sogar unmöglich, sich auszudrücken, wenn man sich in schwierigen, kritischen Lebenslagen befindet. Und manches möchte ich nicht von meinen Angehörigen hören, weil es viel zu nah ist und mich selbst schon wieder viel zu betroffen macht. Wenn ich aber andere danach fragen kann, verstehe ich mithilfe ihrer Antworten auch meine nächsten Mitmenschen oder zum Beispiel meinen Arzt besser. Im Trialogischen Gespräch geht es darum, mehr Verständnis füreinander zu entwickeln.

Andreas von Glahn: Gerade das Verstehen ist elementar! Nicht unbedingt Fachbücher und Fachvorträge haben mich wirklich weitergebracht in meiner Tätigkeit, es war fast immer das gemeinsame Gespräch, der Austausch mit Betroffenen – also Experten aus eigener Erfahrung – und Angehörigen. Uns „Fachleuten“ fehlt oft die Fähigkeit oder angeblich die Zeit zum wirklichen Zuhören und Annehmen anderer Wirklichkeiten als den von uns erlernten. Nur das gemeinsame Tun und Handeln, und das fängt zumeist mit dem einander Zuhören an, baut Vertrauen und Verständnis füreinander auf und kann somit wirken. Dass Fachleute bisweilen auch rat- und hilflos und gar überfordert sind, gehört zu den nicht so gerne gesagten Dingen, ist aber dennoch Realität. Auch darüber ist miteinander zu reden, was im Trialog unbedingt dazu gehören sollte.

» Für den ein oder anderen „Fachmenschen“ ist die Einhaltung dieser grundsätzlichen Spielregeln hin und wieder schon eine große Herausforderung – zuhören, ohne zu erklären und zu bewerten. «



Andreas von Glahn, Diplom-Sozialpädagoge, Sozialarbeiter und „Tandem“-Vorsitzender

Wie funktioniert so ein trialogisches Gespräch? Gibt es Regeln?

Thelke Scholz: Selbstverständlich steht da an erster Stelle immer die Vertraulichkeit des Gesagten. Und wer etwas sagen möchte, darf das auf jeden Fall tun. Wer aber nichts sagen möchte, darf das ebenso tun. Außerdem ist wichtig, dass wir über uns selbst sprechen, über unsere eigene Erfah-



Immer mehr Menschen leiden unter psychischen Erkrankungen. In Trialog-Gesprächen tauschen sich psychisch Erkrankte, deren Angehörige und Therapeuten auf Augenhöhe aus, um gemeinsam Lösungen zu entwickeln. Foto: dpa

ung. Weil es unsere so erlebte Erfahrung ist, die wir teilen, kann sie natürlich nicht als „falsch“ verurteilt werden. Ich habe es eben so und so erlebt. Natürlich kann es sein, dass mein Gegenüber ganz andere Erfahrungen gemacht hat. Das darf dann natürlich auch gesagt werden. Und es wird ebenso wenig bewertet. Verschiedene Erfahrungen stehen nebeneinander, und sie bieten uns gerade durch die Unterschiedlichkeit ein weites Wissen. Werden Erfahrungen geteilt („Ach, bei dir war das auch so!“) kann ich mein Erlebtes vielleicht besser annehmen. Weil es auf diese Art auch geteilt wird. Die Erfahrungen, die die verschiedenen Menschen im Zusammenhang mit seelischen Krisen machen, sind schon aufgrund ihrer Perspektiven und der ihnen zugewiesenen Rollen oft ganz unterschiedlich. Und oft eben auch nicht. Das ist dann besonders spannend...

Andreas von Glahn: Für den einen oder anderen „Fachmenschen“ ist die Einhaltung dieser grundsätzlichen Spielregeln hin und wieder schon eine große Herausforderung – zuhören, ohne zu erklären und zu bewerten.

Und wer von Ihnen ist nun in welcher dieser Perspektiven unterwegs?

Thelke Scholz: Ach, schön dass Sie das fragen. Antworten können wir darauf leider nicht oder zumindest nicht in Kürze. Da stellt sich ja direkt die Frage, wie man Krankheit definiert oder was man darunter versteht, von einer seelischen Krise oder eben Krankheit betroffen zu sein. Sind nicht die Angehörigen schwer kranker Menschen irgendwie auch betroffen? Was macht einen Profi eigentlich aus? Ist es das Studium? Aber was ist dann mit den vielen Quereinsteigern? Ich bin (oder war) psychisch krank. Heute arbeite ich ehrenamtlich oder freiberuflich als Referentin zu sozialpsychiatrischen Themen und werde im gesamten deutschsprachigen Raum damit gebucht.

Bin ich also ein Profi? Zu Beginn meiner Tätigkeit hat mich diese Frage zutiefst verunsichert. Ich hätte mich gern irgendwo eingeordnet. Hätte mich gern einem Lager zugehörig gefühlt. Heute aber genieße ich dieses Verschwimmen der Grenzen. Da werden doch ganz plötzlich Fragen laut und mit meiner Person und meiner Fachlichkeit unübersehbar. Für mein Gefühl geht es doch vor allem darum, gemeinsam zu leben und zu arbeiten. Mit unseren verschiedenen Erfahrungen und unserem unterschiedlichen Wissen. Aber eben gemeinsam, als die Menschen, die hier heute zusammensitzen. Und miteinander ins Gespräch zu kommen. Frei von Wertung und Zuschreibung. Unabhängig von Diplomen und Diagnosen.

Andreas von Glahn: Ich habe ein Diplom und habe gelernt, was Diagnosen sind, bin also ein „Profi“ und verdiene mein Geld damit. Aber im Ernst: Es ist so lehrreich und wertvoll, wie eben von Thelke Scholz beschrieben, gemeinsam zu wirken, sich seiner eigenen Unzulänglichkeiten und Schwächen auch als „Profi“ bewusst zu sein und, wie eben beschrieben, endlich ein „Verschwimmen“ der Grenzen zwischen Fachlichkeit und Betroffenheit mit voranbringen zu können. Also: Ich bin weit davon entfernt, mich als Profi zu bezeichnen. Ich bringe durch mein langjähriges Wirken in der sozialen Arbeit mittlerweile eine Menge Erfahrung mit, also eine gewisse Professionalität, von der andere hoffentlich profitieren können, bestenfalls lasse ich sie daran teilhaben und sie wiederum mich an den von ihnen gemachten –

egal, ob als Profi oder Experte aus eigenen Erfahrungen oder Angehöriger.

Wie funktioniert Trialog im Landkreis Rotenburg?

Thelke Scholz: Üblicherweise gibt es im Landkreis Rotenburg jeden Monat ein trialogisches Gespräch. Dies findet im Wechsel in Bremervörde, Rotenburg und Zeven statt, jeweils am zweiten Dienstag im Monat. Der nächste Termin wäre also am 13. Oktober in Bremervörde, in den Räumen des „EigenArt-Kunstraums“ in der Bremer Straße 11. Eigentlich treffen sich die Teilnehmenden zwar in den Räumen der Begegnungsstätte des „TANDEM e.V. – Soziale Teilhabe gestalten“ in der Ritterstraße 19. Wegen der Abstandsregeln aufgrund der Corona-Pandemie ziehen wir allerdings vorübergehend damit um. Zum Glück haben wir inzwischen den „EigenArt-Kunstraum“. Somit haben wir da großen Spielraum.

» Genau das empfinden wir als unseren Auftrag, nämlich dann, wenn es schwierig wird, erst recht da zu sein. «



Thelke Scholz, Freie Dozentin in der Sozialpsychiatrie und Autorin

Das ist ein gutes Stichwort! Wie funktionieren trialogische Gespräche in Zeiten räumlicher Distanz? Geht das überhaupt?

Thelke Scholz: Klar geht das, wenn auch ganz anders als gewohnt. Als das Versammlungsverbot und das Betretungsverbot für die Begegnungsstätten ausgesprochen wurden, haben wir sofort reagiert und für die Besucher der Begegnungsstätten regelmäßige Online-Treffen angeboten, die übrigens auch gut genutzt wurden. In dem Zuge haben wir dann auch die trialogischen Gespräche aus den Räumen des „Tandem“ ins Internet verlegt. Wir sind überzeugt, dass der Austausch, die Gemeinschaft und der Zusammenhalt untereinander von größtmöglicher Bedeutung sind, gerade in Zeiten der Unsicherheit und der unvorhersehbaren Auswirkungen auf die einzelne Person und ihr gesamtes Umfeld. So hat denn unser Online-Trialog-Angebot auch weite Kreise gezogen. Die Teilnehmenden kommen aus dem ganzen Norden, aus Hildesheim, Berlin, Hannover, aus Emden, Bremen und natürlich aus unserem Landkreis. Und weil diese Online-Gespräche so gut angenommen wurden, haben wir uns entschlossen, sie auch weiterhin an jedem ersten Donnerstag im Monat anzubieten. Die Informationen über Zugang und Handhabung bekommen Interessierte unter forum@tandem-brv.de, zusätzlich zu den persönlich und räumlich wieder stattfindenden Ge-

sprächen. Es sind ganz verschiedene Angebote, die auch von ganz unterschiedlichen Menschen genutzt werden und sich gegenseitig gut ergänzen.

Das klingt nach einem guten und breiten Angebot. Wozu dann noch der Fachtag?

Thelke Scholz: Alle zwei Jahre beschäftigen wir uns einen ganzen Tag lang mit einem bestimmtem Thema. Die Teilnehmenden kommen aus dem ganzen Landkreis zusammen, zu den bisherigen Fachtagen kamen jeweils etwa 50 Personen. Da wird schon deutlich, dass an einem ganzen Tag und mit so vielen Menschen mehr Austausch möglich ist und somit noch mehr Vielfalt erarbeitet werden kann. Außerdem laden wir zu diesen Fachtagen Referenten ein, die mit einem Vortrag in das Thema einführen und auch für den Austausch im Laufe des Tages zur Verfügung stehen. In diesem Jahr wird uns Dr. Dr. Jann E. Schlimme besuchen. Er ist Psychosenspsychotherapeut und Psychiater in Berlin und einer der führenden Köpfe in der Sozialpsychiatrie. Mit Themen wie der Reduktion von Psychopharmaka und der Genesung von Psychosen ist er bundesweit bekannt geworden. Das Thema unseres Fachtages ist in diesem Jahr die Genesung von schweren psychischen Krisen. Genauer: „Die fünf Geheimnisse der Genesung“.

Andreas von Glahn: Zu diesem Thema hat Jann Schlimme gerade zusammen mit Thelke Scholz ein (noch unveröffentlichtes) Buch verfasst. Und diesen Geheimnissen werden wir nun am 26. September gemeinsam auf die Spur kommen.

Und wo wird der Fachtag stattfinden? Sie brauchen ja eine Menge Platz für so viele Menschen!

Thelke Scholz: Auch da sind wir kreativ geworden. Wir werden den Fachtag an vier verschiedenen Orten stattfinden lassen, in Bremervörde, Zeven, Rotenburg und Scheeßel. Für jeden Ort können sich acht Personen anmelden, diese Gruppen werden durch den Tag begleitet durch die Moderatoren aus unserem Vorbereitungsteam. Das Eingangs-Referat von Jann Schlimme wird über eine Online-Plattform übertragen. Daraufhin tauschen sich die Kleingruppen vor Ort zu den Geheimnissen aus. Die Ideen, Gedanken oder Ergebnisse der einzelnen Kleingruppen werden dann wieder online über die Plattform ausgetauscht. Wir sind ziemlich gespannt, wie das funktionieren wird! Es steckt viel Arbeit und Vorbereitung darin. Es ist eben etwas völlig Anderes. Aber genau das empfinden wir ja als unseren Auftrag, nämlich dann, wenn es schwierig wird, erst recht da zu sein. Und nicht hinzuschmeißen, sondern zu überlegen, was es braucht, um weiter zu machen. Genau genommen geht es doch schon hier in der Vorbereitung und Umsetzung unserer Gespräche vor Ort und online darum, einen Weg zu finden, mit Krisen umzugehen. Das hat ja schon fast etwas von Genesung. Nicht wahr?

Auf einen Blick

- » **Was:** Trialogischer Fachtag
- » **Wann:** Sonnabend, 26. September, ab 9 Uhr
- » **Wo:** „EigenArt“-Kunstraum, Bremer Straße 11, Bremervörde
- » **Kosten:** 10 Euro pro Person (vor Ort zu entrichten)
- » **Anmeldung:** Eine Anmeldung für den Fachtag ist unbedingt erforderlich. Anmeldungen sind unter ☎ 04761/72177 oder per Mail (info@tandem-brv.de) möglich.

Service

▷ Hospiz zwischen Elbe und Weser,

Stationäres Hospiz:

Telefon 0 47 61/92 61 10

▷ Aids-Beratung

Telefon 0 42 61/983 32 03

▷ Büro der BISS (Beratungs- und Informationsstelle bei häuslicher

Gewalt): Mückenburg 26, Zeven, dienstags von 10 bis 12 Uhr. Terminabsprache von Mo.-Fr. von 8 bis 16 Uhr und Sa. von 8 bis 13 Uhr unter Telefon

04281/93 60 60

▷ Frauenhaus: Mo.-Fr. 8 bis 16 Uhr

und Sa. von 8 bis 13 Uhr unter Telefon

04261/983-6061 zu erreichen. Außerhalb der Bürozeiten stellt die Polizei in einem Notfall die Verbindung zum Frauenhaus her.

▷ TSS Bremervörde: Sucht- und Soz-

ialberatung für Betroffene und Angehörige bei Alkohol, Drogen und anderen Abhängigkeiten. Gruppenabende donnerstags von 19 bis 21 Uhr. Telefon

047 61/66 24 o. 047 63/83 56

▷ Diakonisches Werk: Sozial-, Migra-

tions-, Schuldnerberatung, Kurenberatung, Paar und Lebensberatung, Trauerberatung, Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatung, welcome, Telefon

047 61/993 50

▷ Heilpädagogische Frühförder-

stelle Lebenshilfe Bremervörde-Zeven: Telefon 04763/93 87 88 o.

0175/848 91 33

▷ Gesundheitsamt Bremervörde –

Sozialpsychiatrischer Dienst: Beratungsstelle für Menschen mit seelischen

Erkrankungen, deren Angehörigen und soziales Umfeld, Telefon

047 61/983 52 11

▷ „Mobile“ – Assistenz- und

Beratungsbüro der Lebenshilfe:

Telefon 0 47 61/9 9480

▷ Ambulanter Hospizdienst Brem-

ervörde-Zeven: Telefon 0160/90 33 06 85

▷ Krebsfürsorge: Telefon 047 61/

853 89 08 oder 0 42 81/711 78 66

▷ Opfer-Telefon: 0 18 03/34 34 34

▷ Telefonseelsorge: 0800/11 01 11

▷ Opfer-Telefon Weißer Ring: Tele-

fon 116 006 oder 0151/54503939

▷ TANDEM e.V.: Teilhaberberatung für

Menschen mit seelischen Erkrankungen und Menschen in besonderen Lebenslagen mit sozialen Schwierigkeiten, Telefon

047 61/7 2177

▷ TANDEM-Begegnungsstätte:

Telefon 0 47 61/74 72 67

▷ Öffnungszeiten Tafel Bremer-

vörde:

Di. 15 bis 17 Uhr, Fr. 13 bis 15 Uhr, Telefon 0 47 61/926 2012.

▷ PANAMA-Familienzentrum

Bremervörde: Tel. 01 52/07 55 34 35

▷ Kinderschutzbund OV Bremer-

vörde: Telefon 047 61/7 06 10, Öffnungszeiten „Liliput“: Mi. 10-13 Uhr, Fr. 15-18 Uhr, 1. Sa. 10-13 Uhr

▷ PRO FAMILIA – Schwangeren-

und Schwangerenkonfliktbera-

tung: Telefon 0 47 61/923 16 27

▷ Senioren- und Pflegestützpunkt

Niedersachsen im Landkreis

Rotenburg – RoSe: Telefon 0 47 61/983 52 30

▷ Erziehungs- und Familienbera-

tungsstelle Landkreis Rotenburg:

Anmeldung montags, mittwochs und donnerstags von 8.30 bis 12 Uhr; dienstags von 14 bis 17 Uhr und donnerstags von 14 bis 16 Uhr, Telefon

047 61/983 45 43

▷ Suchtberatung - Therapiehilfe

e.V.: offene Sprechstunde mittwochs 14 bis 17 Uhr, Bahnhofstraße 15, Bremervörde, Telefon 0 42 61/962 80 41

▷ Selbsthilfegruppe für Suchter-

krankte: dienstags 20 bis 22 Uhr, Bahnhofstraße 15, Bremervörde: Telefon 0160 - 633 21 39

▷ Koordinierungsstelle Frauen

und Wirtschaft: Sprechzeiten Montag bis Freitag 8 bis 16 Uhr, Neue Straße 22, Bremervörde, Telefon 0 47 61/923 58 73.

▷ Bildungszentrum Bremervörde:

(LEB/VHS), Am Hafen 5, Bremervörde, Telefon 0 47 61/62 24

▷ Stadtteilladen Bremervörde: Kin-

der und Familien stärken, Mittelkamp 14, Bremervörde, Telefon 0 47 61/9 26 43 45

▷ Bremervörder Beschäftigungs-

gesellschaft (BBG): „BRV-welcome“-Anlauf- und Beratungsstelle für Flüchtlinge, Bremer Straße 11, Telefon

0 47 61/9 26 47 04

▷ Alzheimer-Selbsthilfegruppe

des DRK für Angehörige, Betroffene und Pflegekräfte: Treffen alle drei Wochen mittwochs von 15 bis 17 Uhr im

Bremervörder DRK-Haus (Großer Platz 12); Termine unter www.drk-bremervoerde.de oder unter 0 47 61/9 82 70 00 (Heidi Eilers, Koordinatorin).

▷ Gesprächskreis Parkinson Bre-

merovörde-Zeven: Telefon

0 47 61/9 82 13 44