

Homepage

Hier finden sie die aktuellen Daten zu den Seminaren:

www.trialog-zentralschweiz.ch

Trialog Zentralschweiz



www.promentesana.ch

pro mente sana
Psychische Gesundheit stärken

Trägerorganisationen des Trialog Zentralschweiz

www.traversa.ch

traversa
Netzwerk für Menschen
mit einer psychischen Erkrankung

www.spitex-luzern.ch

Überall für alle
SPITEX
Stadt Luzern

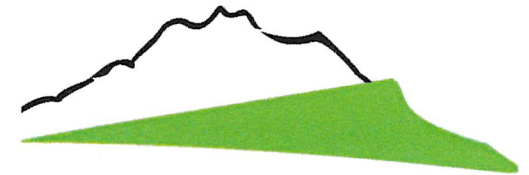
www.phoenix-zug.ch

Stiftung
für Menschen mit
psychischer
Beeinträchtigung
**Phönix
Zug**

www.lups.ch

Luzerner
Psychiatrie **lups.ch**
Luzern | Obwalden | Nidwalden

Trialog Zentralschweiz



**Um klar zu sehen,
genügt ein Wechsel
der Blickrichtung**

Antoine de Saint-Exupéry

Was ist ein Trialog?

Im Trialog haben alle Beteiligten - Betroffene, Angehörige und professionell Tätige - die Möglichkeit, Erfahrungen gleichberechtigt auszutauschen, wechselseitige Vorurteile abzubauen und voneinander zu lernen. Der Trialog fördert gegenseitiges Verständnis und einen respektvollen Umgang untereinander. Die psychische Erschütterung aus dem Blickwinkel aller Beteiligten zu betrachten, hilft diese besser zu verstehen und besser damit umzugehen.



Was ist ein Trialogseminar?

Die Gesprächsrunden sind moderiert und die Themen werden gemeinsam festgelegt.

Ziel eines trialogischen Seminars ist, sich partnerschaftlich über offene Fragen auszutauschen.

Genesungswege (mit)gehen - was ist hilfreich, fördernd.

Wie kann das Netzwerk gut einbezogen werden, wo und wie braucht es Abgrenzung.

Genesung/Hoffnung - was bedeutet dies für mich ganz persönlich.

Voraussetzung zur Teilnahme

Grundvoraussetzung für die Teilnahme am Trialog ist eine offene Haltung und eine stabile psychische Befindlichkeit.

Dabei halten wir uns an folgende Regeln:

Alles was besprochen wird, bleibt vertraulich in der Gruppe (Schweigepflicht).

Wir lassen einander gegenseitig ausreden und werten einzelne Aussagen nicht.

Wir reden in Ich-Form. Kein man oder wir.

Wir begegnen uns auf gleicher Augenhöhe.