



TRIALOG UND ANTISTIGMA  
SCHWEIZ

www.trialog-antistigma.ch | info@trialog-antistigma.ch

## TRIALOGISCHES SCHULPROJEKT „AUFKLÄRUNG STATT AUSGRENZUNG“



Wir schauen hin, hören zu und sprechen darüber

### KURZFASSUNG

Unser Angebot richtet sich an Jugendliche ab dem Oberstufenalter (9. Schuljahr, Berufsschulen und Kantonsschulen). Unser Ziel ist es, psychische Krankheiten zu thematisieren, um Vorurteile, Ängste und Unsicherheiten durch Aufklärung abzubauen.

Während eines Schulbesuches durch unseren Verein ist stets eine betroffene Person, eine Angehörige und eine Fachperson anwesend. Dies ermöglicht es den Jugendlichen, einen ganzheitlichen Einblick in die unterschiedlichen Facetten einer psychischen Erkrankung zu geben. Ein weiteres Ziel ist die Prävention und die Vermittlung von Hoffnung.

### PROJEKTBECHRIEB

#### Ausgangslage

Im Bereich der psychischen Krankheiten herrschen immer noch viele Mythen und Vorurteile vor. Was ist normal, was ist besonders? Gesundheit und Krankheit gehören zusammen, wie die zwei Seiten einer Münze. Sie bilden einen festen Bestandteil im menschlichen Leben, aber das Wissen betreffend einzelner, insbesondere psychiatrischer Krankheitsbilder, ist teilweise unzureichend und löst somit auch viele Unsicherheiten aus.

Der Verein Trialog & AntiStigma Schweiz, verbessert mit seinem Bildungsangebot den Respekt und die Wahrnehmung im Zusammenhang mit psychischen Krankheiten zu und baut bestehende Vorurteile ab.

Das Projekt „Aufklärung statt Ausgrenzung“ startete 2004 unter dem Verein Trialog Winterthur, und seither wurden ca. 700 Klassen besucht. Die Veranstaltung stiess bei den Jugendlichen auf grosses Interesse.

## Projekt

Das Projekt „Aufklärung statt Ausgrenzung“ richtet sich an Jugendliche ab dem dritten Oberstufenalter und hat zum Ziel, psychische Krankheiten zu thematisieren um Vorurteile, Ängste und Unsicherheiten durch Aufklärung abzubauen.

Die Begegnung mit Betroffenen ermöglicht ihnen einen Einblick in die Erkrankung. Sie erfahren, wie die verschiedenen psychischen Krankheiten erlebt werden, wie ein Leben trotz der Erkrankung aussehen kann und mit welchen Vorurteilen Menschen mit psychischen Krankheiten in unserer Gesellschaft nach wie vor zu kämpfen haben.

Die Jugendlichen haben die Möglichkeit in der Diskussion, Fragen zu stellen. Die Tatsache, dass stets Betroffene, Angehörige und eine Fachperson anwesend sind, ermöglicht es den Jugendlichen, einen ganzheitlichen Einblick in die unterschiedlichen Facetten einer psychischen Erkrankung zu erlangen.

Das Projekt soll den Jugendlichen die Erkenntnis vermitteln, dass es kein persönliches Scheitern oder eine Schande ist, psychisch krank zu werden oder zu sein, dass es wichtig ist, darüber zu reden, die Krankheit zu thematisieren und sich rechtzeitig Hilfe zu holen.

Jugendliche für dieses Thema zu sensibilisieren ermöglicht ihnen, Menschen mit einer psychischen Erkrankung offen, ohne Berührungssängste und mit Respekt zu begegnen. So können sie ihre persönlichen und sozialen Kompetenzen erweitern.

Ein weiteres Ziel ist die Prävention und die Vermittlung von Hoffnung: Sollten sie selber oder ggf. jemand aus ihrem Umfeld eine psychische Krise erleben, wissen sie, dass eine Genesung möglich ist und dass man sich Hilfe holen soll.

## Projektziele

- Aufklärung der Jugendlichen über die verschiedenen psychischen Krankheiten
- Bedeutung des psychisch Krankseins für den oder die Betroffenen
- Angemessene Strategien im Umgang mit psychisch Kranken vermitteln
- Entstigmatisierung von psychisch erkrankten Menschen
- Sensibilisierung und Erkennung von eventuellen psychischen Krisen bei sich selber und Vermittlung von Hilfestellungen und Unterstützungsmöglichkeiten.
- Erweiterung der Selbst- und Sozialkompetenz der Jugendlichen

## SETTINGS & ZIELGRUPPEN

### Ablauf eines Schulbesuchs

Das Projekt bietet 3 Unterrichtseinheiten über einen halben oder vollen Unterrichtstag an.

#### 1. Block

Einführung und Theorie (Wir vermitteln theoretische Grundlagen zu psychischen Krankheitsbildern)

#### 2. Block

Trialogische Vorstellung und Praxisteil

#### 3. Block

Vermittlung von Hilfsangeboten (Je nach Bedarf erhalten die Schüler Hinweise und Tipps, an welche Stellen sie sich wenden können)

### Zielgruppen

Die Zielgruppe sind Jugendliche ab dem Oberstufenalter (16 – 25 Jahre) in der obligatorischen Schule (Sekundar- und Mittelschule) oder in den verschiedenen Berufs- und Gewerbeschulen bzw. Pflegefachschulen.

- Klassen (ab) der 3. Oberstufe
- Kantonsschulen/Mittelschulen
- Klassen der Gewerbe- und Berufsschulen

## Trialogische Vorgehensweise

Das Projekt „Aufklärung statt Ausgrenzung“ ist im Feld der Integration und Entstigmatisierung angesiedelt. Die Sichtweise und das Verständnis zwischen körperlichen, geistigen und psychisch bedingten Erkrankungen soll differenziert und erweitert werden. Das Team, welches die Klassen besucht, ist deshalb trialogisch aufgebaut, das heisst, ein „Profi“ (Fachperson), ein Angehöriger und eine betroffene Person schulen bzw. treten gemeinsam auf und führen durch den Tag.

## Projektorganisation

Das Projekt „Aufklärung statt Ausgrenzung“ wurde vom Verein TRIALOGw Winterthur seit 2004 aufgebaut bzw. initiiert. Seit Januar 2017 führt das Projekt der neu gegründete Verein Trialog & AntiStigma Schweiz weiter, nachdem die Pro Mente Sana das Projekt 2016 sistiert hat. Ein Grossteil der früheren Mitstreiter und Verantwortlichen vom Verein Trialog Winterthur sind auch im neuen Verein massgeblich vertreten.

Wie der damalige Verein Trialog Winterthur, der im März 2003 gegründet wurde, ist auch der neu gegründete Verein Trialog & AntiStigma Schweiz konfessionell und politisch neutral. Die Mitglieder bestehen aus Betroffenen mit unterschiedlichen psychischen Krankheiten sowie aus Angehörigen (Väter, Mütter, Partner, Geschwister) und Fachpersonen die in ihren Berufen Betroffene betreuen, sei es als Arzt, Psychiater, Psychologe, in der Pflege oder im Sozialwesen.