

# Dabeisein und Mitmachen» Gruppe zur Rückfallprophylaxe

## An wen sich das Angebot richtet

Die Gruppe ist geeignet für Menschen mit schweren und anhaltenden psychischen Erkrankungen, die keine (oder nur minimale) andere tagesstrukturierende Angebote aufsuchen können. Menschen, die ihre soziale Isolation mindern wollen und wieder am gesellschaftlichen Leben teilnehmen möchten, erhalten hier Unterstützung und Hinweise, wie sie ihre Teilhabe am gesellschaftlichen Leben verbessern können. Die Teilnahme kann auch im Vorfeld einer tagesklinischen Behandlung oder einer Wiedereingliederungsmassnahme oder nach einer Behandlung sinnvoll sein. Das Angebot richtet sich an Betroffene, die bereits an den Psychiatrischen Diensten Thun oder bei externen Fachpersonen in Behandlung sind.

## Das Therapieangebot

### Ort:

Sozialpsychiatrisches Ambulatorium Steffisburg,  
Aumattweg 66, 3613 Steffisburg  
Gruppenraum Ambulatorium 3. Obergeschoss

### Zeit:

Freitag, 14.00 - 16.00 Uhr

### Dauer:

Die Teilnehmenden verpflichten sich zu einer mindestens fünfmaligen Teilnahme, die Dauer der Teilnahme im Anschluss daran wird individuell festgelegt.

### Leitung:

Myriam Senn Pflegefachfrau HF  
Philipp Zürcher Peer; (Experte durch Erfahrung)

## Hintergrund

Menschen mit schweren und anhaltenden psychischen Erkrankungen erfahren im Laufe ihrer Erkrankung oft eine Ausgrenzung vom sozialen Leben, sei es aus finanziellen, gesellschaftlichen oder Krankheitsgründen. In der Folge ziehen sie sich vermehrt zurück, was das Risiko einer erneuten Krankheitsepisode erhöht.

## Behandlungsansatz

Es werden konkrete Informationen über Freizeitangebote in der Region angegeben. Die individuellen Rückzugstendenzen werden thematisiert und es werden Recoveryorientierte Techniken vermittelt, um diese zu überwinden. Die Gruppe plant auch gemeinsame Aktivitäten ausserhalb der Psychiatrischen Dienste, um auf diese Weise eine verbesserte individuelle Teilhabe am gesellschaftlichen Leben einzuüben. Erfahrungen von Stigmatisierung werden ausgetauscht und der Umgang damit besprochen.

## Ziele

Durch die Thematisierung der individuellen Rückzugstendenzen und der Selbststigmatisierung werden die Teilnehmenden darin bestärkt, diese zu überwinden und zu hinterfragen. Dadurch wird die soziale Isolation der Betroffenen verringert und auf diesem Weg die Rückfallgefahr reduziert.

## Rahmenbedingungen

Falls Teilnehmende unter Alkohol- oder Drogeneinfluss zur Gruppe kommen, ist die Teilnahme nicht möglich; sie erhalten die Möglichkeit, am nächsten Termin wieder teilzunehmen. Bei wiederholtem Vorkommen erfolgt eine Überprüfung der Indikation für die Teilnahme.

## **Anmeldung**

Patientinnen und Patienten, welche an den Psychiatrischen Diensten oder bei niedergelassenen Fachpersonen der Region in Behandlung sind, können schriftlich an [psychiatrie@spitalstsag.ch](mailto:psychiatrie@spitalstsag.ch) oder über die Telefonnummer 058 636 47 00 zugewiesen werden.