

Selbsthilfegruppen

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Parkinson : das Magazin von Parkinson Schweiz = le magazine de Parkinson Suisse = la rivista di Parkinson Svizzera**

Band (Jahr): - **(2017)**

Heft 127: **Mobilität : digitale Hilfsmittel = Mobilité : moyens auxiliaires numériques = Mobilità : mezzi ausiliari digitali**

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Rollentausch im Workshop

Am 18. Mai fand in Olten ein Seminar für SHG-Leitende statt. Ein Rollentausch schaffte Verständnis.

Angehörigengruppen und gemischte Selbsthilfegruppen haben verschiedene Erwartungen und Bedürfnisse. Das zeigte das Seminar für SHG-Leitende im Mai in Olten. Gleichzeitig wurde aber deutlich, dass sich Betroffene empathisch in die Welt der Angehörigen einfühlen können und dass Angehörige wissen, was sich Betroffene wünschen. Wichtig ist ein ehrlicher und liebevoller Austausch.

Oftmals haben es Paare nicht gelernt, in einer Art miteinander zu kommunizieren, in der sich beide Seiten wirklich sehen und fühlen. Im Seminar wurde dieses Ver-

ständnis auf spielerische Art gefördert. In einer Übung wechselten beide Gruppen ihre Rollen.

Es war für alle eine sehr lebendige, spannende und alltagsnahe Erfahrung. Unter anderem wurde deutlich, dass die Betroffenen manchmal Angst haben, überversorgt zu werden. Dies kann sie in ihrer persönlichen Entwicklung und Selbstständigkeit behindern. Als konkrete Anregung für eine ehrliche Kommunika-

*Die Betroffenen haben
manchmal Angst,
überversorgt zu werden.*

tionsmethode wurde das «Zwiegespräch» erprobt. Es ist ein vom Ehepaar Moeller entwickeltes Selbsthilfekzept. Zwei Personen führen in zeitlichem Wechsel aufeinander bezogene Gespräche. Jeder berichtet, wie er sich selbst, den anderen und die gemeinsame Beziehung erlebt. Die Beziehung wird durch die Gespräche vertieft.

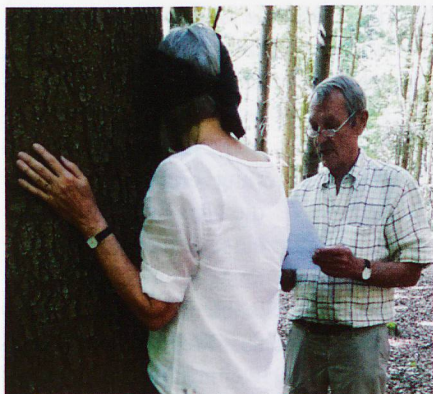
Es ist eine Methode für den Konfliktfall, zudem geeignet für die Vorbeugung.

Klaus Vogelsänger, Ruth Dignös

JUPP Säntis beim Baumflüstern

Am 20. Juni führte Rolf Zingg der Arbeitsstelle Praktische Biologie in Flawil die Selbsthilfegruppe JUPP Säntis durch den Rehwald. Dort erfuhren die rund 20 Teilnehmenden vieles über Bäume und Sträucher, über magische Wurzeln und lockende Duftstoffe. Gemäss dem Motto «im Wald haben die Bäume das Sagen» wurde den Interessierten das Baumflüstern nähergebracht. Mit verbundenen Augen und unter sorgfältiger Anleitung spürten sie den Kräften der Bäume nach. Anschliessend wurden Weissdoringelée, Holundersirup, Buchenblattlikör und Vogelbeerpastillen getestet und bewertet. Als «Bhaltis» gab es für alle ein Buchenklüpperli. Es soll die Gedanken bündeln (vgl. www.naturikon.ch).

Anita Sauter



JUPP Säntis im Wald.

SHG Bern zu Gast in Belp

Nebst den regulären Treffen macht die SHG Bern jeweils im Juni einen kleinen Ausflug. Diesmal lud Richard Röösl an seinen kunsthistorisch interessanten Wohnort Belp im Gürbetal ein. 26 Betroffene und einige Partnerinnen versammelten sich in der reformierten Kirche. Zwei Alphornbläser begrüsst sie mit starken, wohltuenden Klängen.

Pfarrer Michel Wullemin gab einen kurzen Einblick in die Geschichte der Kirche romanischen Ursprungs. Im Gasthof Kreuz nebenan sangen die SHG-Mitglieder einige Volkslieder aus dem Liederheft. Nach dem Zvieri gab es nochmals Alphornklänge. Zum Schluss brachte der Clown Fulvio alle zum Lachen.

Katharina Schlegel



SHG Bern in der Kirche Belp.

SHG Zürich meist im «Werdguet»

Die SHG Zürich trifft sich alle sechs Wochen im Restaurant Werdguet. Von den 21 Mitgliedern kommen zwischen 12 und 16. Dabei sind wir in der glücklichen Lage, keine Raummiete bezahlen zu müssen. Wir diskutieren über verschiedene Themen, zum Beispiel richtiges Essen, was tun in Notsituationen – etwa bei Steifheit und Gehschwierigkeiten, Wichtigkeit eines Notfallausweises, Umgang mit Veränderungen.

Zusätzliche Aktivitäten richten wir, ein Zweierteam, nach dem Befinden der Gruppe. Im letzten Jahr organisierten wir ein Frühlingsessen, eine Schifffahrt auf dem Zürichsee, einen sommerlichen Anlass mit einem Zauberer sowie ein Weihnachtsessen.

Ute Landolt



Weiterbildungsanlass der SHG Zürich.

Fotos: zvg