

UNSER LEITBILD

Wir sind eine Selbsthilfeorganisation von und für Menschen mit Psychiatrie-Erfahrung auf der Suche nach Balance im Leben. Wir haben viel Erfahrung mit Selbsthilfe und sind überzeugt davon, dass sie ein wichtiger Bestandteil auf dem Weg in ein aktives, selbstbestimmtes Leben ist. Wir vertreten die Interessen psychisch erkrankter Menschen in Thüringen. Sie finden bei uns Annahme, Verständnis und Hilfsangebote. Unsere Beratungen sind unentgeltlich und wir unterliegen der Schweigepflicht.

„Willst Du etwas wissen, so frage einen Erfahrenen – und keinen Gelehrten!“

Unsere Zielgruppen:

- Menschen mit psychischen Erkrankungen und/oder Mehrfachbehinderung
- Angehörige und Freunde
- Arbeitgeber und Arbeitnehmer
- Verbände und Institutionen
- Selbsthilfegruppen und Menschen, die eine Gruppe gründen möchten sowie
- alle interessierten Bürger

Unsere Mitarbeiter*innen

haben viel eigene Erfahrung mit verschiedenen Krankheitsbildern oder Erfahrungen mit betroffenen Angehörigen oder Freunden. Sie verfügen so über sehr viel Empathie und Verständnis für die Bedürfnisse der Ratsuchenden. Qualifikations- und Ausbildungsmaßnahmen runden diese Erfahrung methodisch ab, wodurch wir professionelle Beratung auf Augenhöhe gewährleisten.

Unsere Ethik

Wir setzen uns für ein Weltverständnis ein, in dem – sofern dadurch niemand anders geschädigt oder verletzt wird – alle Menschen, unabhängig von ihrem Geschlecht, ihrer Herkunft, ihres Alters, ihrer Religionszugehörigkeit, ihrer ethnischen Zugehörigkeit, ihrer sexuellen Orientierung und/oder auch ihrer Handicaps, die gleichen Rechte und Pflichten haben. Wir achten auf einen respektvollen Umgang mit allen Lebewesen.

Unser Wirkungskreis:

- Wir informieren in der **Öffentlichkeit** über seelische Erkrankungen und deren Entstehung. Wir streben an, Vorurteile gegenüber Menschen mit seelischen Beeinträchtigungen abzubauen und zeigen Wege auf, wo und wie ein würdevolles und selbstbestimmtes Leben möglich ist.

- Wir stärken die **Lobby** für Menschen mit seelischen Beeinträchtigungen und deren Einfluss auf die Gesetzgebung, indem wir uns für Mitsprache und Beteiligung Betroffener an der Landes- und Kommunalpolitik in Thüringen einsetzen.
- Durch Erfahrungsaustausch im **Trialog** zwischen Betroffenen, Angehörigen und Behandelnden tragen wir zu gegenseitigem Verständnis und respektvollem Umgang miteinander bei.
- Mit der UN-Behindertenrechtskonvention setzen wir uns für das **Recht** eines jeden Menschen ein, im vollen Umfang am gesellschaftlichen Leben teilzuhaben.
- Als Mitglied der Besuchskommission setzen wir uns für die Wahrung der **Menschen- und Patientenrechte** in der Psychiatrie ein.
- Wir verbessern die Lebensrealitäten und **Entwicklungschancen**.
- Wir unterstützen unsere Ratsuchenden dabei, **gut zu leben, anstatt nur zu überleben!**
- Wir bauen unsere erfolgreiche Arbeit bedarfsgerecht weiter aus.

Unsere Methoden und Arbeitsgrundsätze:

Ganzheitlich

Ganzheitlich zu arbeiten, bedeutet für uns, die Erkrankung als Teilaspekt im Leben der Ratsuchenden zu verstehen. Neben der krankheitsspezifischen Thematik werden auch andere relevante Aspekte inhaltlich bearbeitet. Die Persönlichkeit der Ratsuchenden, ihre Erfahrungen, ihre aktuelle Lebensrealität, ihr Lebensumfeld und ihre eigenen Wünsche, Themen und Zielvorstellungen fließen in die Beratung ein und werden angemessen berücksichtigt.

Niedrigschwellig

Niedrigschwellig zu arbeiten, bedeutet den Zugang zu unseren Hilfsangeboten so zu gestalten, dass sie von Ratsuchenden ohne große Hürden, schnell und unbürokratisch in Anspruch genommen werden können.

Akzeptierend, respektvoll, wertschätzend

Wir arbeiten achtsam, respektvoll und akzeptieren die von den Ratsuchenden gesetzten Grenzen. In der Beratung akzeptierend zu arbeiten, bedeutet auch, Menschen zu betreuen und zu unterstützen, die sich nicht mit ihren Anliegen an eine soziale/psychosoziale Einrichtung wenden wollen.

Empathisch

Die Ratsuchenden in ihrer Situation, ihrer Wahrnehmung, ihrem Verhalten sowie in ihren Zielen, Wünschen und Bedürfnissen wirklich zu verstehen, bildet die Grundlage unseres Handelns.

Lösungsorientiert

Nicht das Problem, sondern die Lösungen und Veränderungsmöglichkeiten in den Mittelpunkt zu stellen, bedeutet für uns lösungsorientiert zu arbeiten.

Ressourcenorientiert

Hintergrund des ressourcenorientierten Ansatzes ist für uns das Wissen, dass die Ratsuchenden eine Vielfalt an Fähigkeiten und Kompetenzen besitzen. Unsere Aufgabe ist es, diese Ressourcen bewusst zu machen und mit den Ratsuchenden zu erarbeiten, wie sie diese Kräfte positiv und unterstützend für sich nutzen können.

Zielorientiert

Zielorientiert zu unterstützen bedeutet, mit den Ratsuchenden kleine realistische wohlgestaltete Ziele hin zu einem Fernziel zu erarbeiten.

Transparent

Wir treffen mit den Ratsuchenden gemeinsame individuelle Zielvereinbarungen und erklären unsere Methoden.

Wir sind in unserem Handeln und in der Wahrnehmung offen und authentisch.