

Grenzen spüren – Wege öffnen

Allgegenwärtig sind sie, die Grenzen, die Zäune...

... in unserem Leben

... in unseren Geo- und Biographien

... in unseren Köpfen (...und Herzen)

... in der TS

Und sie sind vor allem auch eines: spannend! Sehr spannend können Grenzen, können Gatter und Zäune sein, wenn wir sie spüren und sehen, wenn wir ihnen „Raum“ geben in der Begegnung und ausloten, was an ihnen und durch sie geschieht!

Diesseits, jenseits und interessiert-grenzübergreifend an, hinter und über den und die Zäune hinweg ...



Wir als zwei TS-Stellen in der Verbundenheit von Nord- und Südtirol, von Österreich und Italien, möchten Euch herzlich einladen zu unserer ersten „GRENZ(EN)ÜBERSCHREITENDEN“ TSÖ-TAGUNG in Brixen (Südtirol/Italien).

Was wir bieten können? Ein vielfältiges, inhaltliches Programm mit Vortrag und Workshops im Ambiente einer schmucken Bischofsstadt, Berggipfelblick, Cappuccinoduft, dazu natürlich nette Menschen (J) und in all dem gemeinsame Grenz-Erfahrungen, die zu Wegen werden wollen für unsere konkrete Praxis in der TS und überhaupt ...

Wir freuen uns auf Euch und wünschen Euch eine gute Anreise über die Grenze!

Astrid Höppberger
TS Innsbruck

Silvia Moser
TS Südtirol

Grenzen spüren Wege öffnen

Jahrestagung **Telefonseelsorge Österreich - Südtirol**

19. - 21.09.2014 in Brixen / Südtirol

Programm Freitag

15.00 – 17.00 Uhr	Anreise und Check-In der TeilnehmerInnen
17.00 – 18.00 Uhr	Eröffnung mit Grußworten der Ehrengäste
18.00 Uhr	Abendessen
19.30 – 20.45 Uhr	Abendprogramm: Einstimmung ins Thema

Programm Samstag

9.00 – 10.30 Uhr	Referat von Dr. Andreas Conca, Primar Psychiatrie Bozen: „Mutter Teresa und Rumpelstilzchen – Ohnmacht und Allmacht in TS- und anderen Beziehungen“
10.30 – 11.00 Uhr	Pause
11.00 – 12.30 Uhr	Workshops (Teil 1)
12.30 Uhr	Mittagessen und Mittagspause
14.30 – 16.00 Uhr	Fortsetzung der Workshops (Teil 2)
16.15 – 17.30 Uhr	Angebot von Führungen in Brixen
17.45 Uhr	Abfahrt zum festlichen Abend „in luftigen Höhen“

Programm Sonntag

9.00 – 10.00 Uhr	Resümee der Tagung
10.15 – 11.15 Uhr	Ökumenischer Gottesdienst, anschließend Abschluss und Verabschiedung

Grenzen spüren Wege öffnen

Jahrestagung **Telefonseelsorge Österreich - Südtirol**

19. - 21.09.2014 in Brixen / Südtirol

Workshops

1 Chancen und Grenzen in der Onlineberatung

Anhand von konkreten Fallbeispielen (der TeilnehmerInnen) und theoretischen Inputs beschäftigen wir uns mit unterschiedlichen Arten von Grenzen, die v.a. BeraterInnen in der Onlineberatung erleben oder befürchten. Wir denken gemeinsam darüber nach, ob und wenn ja, wie/womit diese verschoben oder überwunden werden können bzw. inwiefern die Grenzen eigentlich auch die Stärken der Onlineberatung sind, denn sie eröffnet Wege, die in der face-to-face Beratung nicht möglich sind. (Die TeilnehmerInnen werden nach Möglichkeit gebeten, eigene anonymisierte Beispiele in den Workshop mitzubringen.)

Referentin: DSA Mag.a Myriam Antinori, Sozialarbeiterin und Erziehungswissenschaftlerin, seit 2001 in der Onlineberatung tätig. Spezialisiert im Bereich Sozialarbeit und Internet. Tätig am Department für Soziale Arbeit am MCI.

2 „ Provokation und Respektlosigkeit in der Beratung“

Sowohl die Gestaltung einer Telefon-Beratung - wie auch die Problemschilderungen von AnruferInnen – beruhen auf mehr oder weniger hilfreichen, inneren Vorannahmen. Aus dieser Perspektive lässt sich sagen, dass Probleme das logische Resultat entsprechender, verinnerlichter Selbstverständnisse sind. Albert Einstein sagte einmal sinngemäß, dass es leichter wäre, ein Atom zu spalten, als vorgefasste Meinungen zu ändern. In Anlehnung an die Methodik der provokativen Psychotherapie orientieren wir uns an konkreten Beispielen der Beratungstätigkeit und versuchen uns dabei, in der Haltung der „*wertschätzenden Respektlosigkeit*“ zu üben.

Referent: Mag. Karl Auer, Psychotherapeut, Supervisor, Coach, Referent.

3 Meine Grenzen erforschen – erfahren – erweitern

In meinem Workshop bearbeite ich hauptsächlich folgende Kapitel: „Ich in meinen Grenzen“, „Das geht mir unter die Haut“, „So nah darfst du mir kommen“.

Meine Methoden sind interaktiv, wertschätzend und orientieren sich an dem – angeblich chinesischen - Spruch:

Das was ich nur höre, das vergesse ich,
das was ich auch sehe, daran erinnere ich mich,
das was ich selbst erarbeite, das weiß ich.

Ich biete die Möglichkeit der Erfahrung mit persönlichen Grenzen (ohne Schmerzgrenzen), Austausch darüber, Gespräche und Diskussion und die Chance, die eigenen Grenzen in bestimmten Bereichen neu zu erfahren, zu erweitern, zu verschieben.

Referentin: Monika Fabjan, Erwachsenenbildnerin und Trainerin in den Bereichen Kommunikation, soziales Lernen, Teambuilding, Strukturentwicklung. Schwerpunkt Osteuropa, aber für NGOs auch weltweit tätig.

4 „Grenzen, die das Leben abschnüren – Wenn Ängste und Zwänge das Leben schwer machen...“

Menschen, die unter Angst- und Zwangsstörungen leiden, bedürfen zum einen der sehr empathischen Haltung des Beraters/der Beraterin, zugleich aber auch einer wohlwollend konfrontativen Haltung. Die große Herausforderung ist es, sich zwischen beiden Beratungsstilen zu bewegen, und zwar auch im Hinblick auf das Wohlergehen des Beraters/der Beraterin selbst. Im Workshop werden Einsatzmöglichkeiten, aber auch Gefahren von übersteigert empathischem oder konfrontativem Vorgehen aufgezeigt.

Referent: Dr. Martin Fronthaler, Psychologe und Psychotherapeut; Leiter der Abteilung Psychosomatik, Therapiezentrum Bad Bachgart, Rodeneck (Südtirol).

5 „In der Schule der Einfachheit. Klara von Assisi – ihre Grenzerfahrungen, ihre Lernwege“

Klara von Assisi (1193-1253) ist meine Lehrerin auf dem Weg zu einem einfachen und klaren Leben. In der aufstrebenden Geldwirtschaft des Hochmittelalters bricht sie mit ihrer Herkunft, geht einen „Weg nach unten“, gestaltet ein alternatives Lebensmodell mit dem Evangelium als Programm. Was hat sie zu dieser radikalen Wende, dieser „Umsinnung“ bewogen? Welchen Widerständen und Grenzen ist sie begegnet? Was kann

ich, können wir von dieser Frau aus dem 13. Jahrhundert für mein/unser Leben heute lernen?

Referentin: Mag. Annemarie Hochrainer; Lernwege und Grenzerfahrungen in verschiedenen Berufen; derzeit Studium in Innsbruck (Theologie, Dissertation über Klara von Assisi – „In der Schule der Einfachheit“).

6 „Begrenzen ohne auszugrenzen“

Die eigenen Grenzen wahrzunehmen und angemessen zu reagieren ist eine Herausforderung. Grenzen setzen ist eine Form der Achtung und des Respekts sich selbst und anderen gegenüber.

„Nein“ zu sagen ist für manche von uns und auch für die AnruferInnen nicht immer einfach.

In diesem Workshop werden wir spielerisch und durch Übungen Formen finden zu begrenzen ohne auszugrenzen.

Referentin: Barbara Kathrein, Erwachsenenbildnerin und Coach; Schwerpunkt: Menschen in der Landwirtschaft. Mitarbeiterin der TS Innsbruck und beim bäuerlichen Sorgentelefon.

7 Grenzen setzen ohne Mauern zu bauen - Klar und wertschätzend mit Gewaltfreier Kommunikation

Dass Grenzen setzen zu können eine wichtige Kompetenz ist, ist auch und gerade im Kontext der Krisenbegleitung unbestritten. Kriterium ist – wie so oft – das Wie.

Wie geht dieses Sowohl – als auch? Dieses einerseits Da sein – Zuhören – in Kontakt kommen wollen – zur Verfügung stehen – sich Einlassen – Entlasten – Ermutigen – Ressourcen entdecken wollen - ... , andererseits dabei gut auf sich aufpassen und die eigenen Bedürfnisse als GesprächspartnerIn im Auge behalten und das alles respektvoll, wertschätzend und annehmbar.

Die Gewaltfreie Kommunikation unterstützt dabei, die Balance der Bedürfnisse herzustellen, frühzeitig Grenzen zu klären oder bei Grenzüberschreitungen die eigenen Gebiete schützen zu können. Und alles das, ohne dass dabei der Kontakt abbricht oder die Beziehung gestört wird.

Referentin: Mag. Pia Krismer, CMC, Unternehmensberaterin für Kommunikation und Führung, Konfliktklärende, Wirtschaftscoach, Bergwanderführerin.

8 „Ein Mond für Prinzessin Leonore“ – Märchen als Möglichkeit, Grenzen kreativ zu erforschen“

Im Märchen gibt es immer ein gutes Ende – doch zuvor müssen Wege und Irrwege gegangen und Grenzen überwunden oder umgangen werden. Die Lösungen sind meist verblüffend, unreal, kreativ. In diesem Workshop dürfen wir in die Märchenwelt eintauchen, die Parallelen zum eigenen Leben erspüren und selber eine kreative Lösung finden. Uuuund...- wie im Märchen!- gibt es letztendlich die „gute Fee“, die für jede/n ein Geschenk bereithält...

Referentin: Isolde Moser, Kindergärtnerin, Bilderbuchillustratorin und leidenschaftliche Märchenhörerin und – erzählerin; Mutter von zwei Kindern.

9 „Und dann ist es erstmal genug“ – Gespräche authentisch und respektvoll beenden

Manche AnruferInnen fordern uns in ihrem großen Bedürfnis, möglichst viel und lange Aufmerksamkeit zu bekommen, heraus, andere bringen Themen, die uns zu nahe gehen, wieder andere bedrängen uns mit schwierigen, unaushaltbaren Gefühlen. Wir sind dann oft sehr damit beschäftigt, innerlich einen Ausstieg zu finden und kommen unserem Anspruch, echt, wertschätzend und einfühlsam zuzuhören nur schwer nach. Im Workshop suchen wir Wege, das eigene Maß an Kontaktfähigkeit ernst zu nehmen und Gespräche authentisch und respektvoll zu begrenzen und zu beenden.

Referentin: Dr. Karin Pernstich, Ausbildung in Konzentrativer Bewegungstherapie und Personenzentrierter Psychotherapie, Beraterin, Ausbilderin und Supervisorin in der TS Bozen.

10 „Grenzerfahrung Sterben – Tod“

Sterben ist eine Zeit im Leben. Dieser Lebensabschnitt ist gekennzeichnet durch die Auseinandersetzung mit der Endlichkeit des Lebens, durch viele Fragen, Wünsche und Bedürfnisse. Auch das Umfeld (An- und Zugehörige, Freunde ...) befindet sich im Prozess des Abschiednehmens. Die Trauer ist Ausdruck dieser Verlusterfahrung. Um Menschen im Sterben angemessen beizustehen, bedarf es einer respektvollen Betroffenenorientierung, die die Würde und den Wert des Menschen bewahrt. Im Workshop sollen die TeilnehmerInnen mit Blick auf die eigene Endlichkeit die Bedürfnisse von Sterbenden erarbeiten und verstehen.

Referent: Günther Rederlechner, MAS Palliative Care, diplomierter Berufskrankenpfleger, Leiter der Caritas-Hospizbewegung Südtirol.

11 „Menschen an der Grenze – Perspektiven in der Bibel“

Die Bibel schildert häufig Menschen, die an sie irritierenden Grenzen stehen: Krankheit, eigenes und fremdes Versagen, Tod, Bedrohung usw. – Die Art und Weise, wie die Menschen der Bibel damit umgingen, kann auch heute inspirieren, auch für die konkrete Gesprächsbegleitung in der Telefonseelsorge und Beratung.

Referent: Prof. Arnold Stiglmaier, em. Professor für Altes Testament an der Phil.-Theol. Hochschule Brixen.

12 „Wie werden Fremde Freunde?“

In der Mitmachgeschichte „Freundesbruder sucht Hilfe“ werden wir ins Thema einsteigen und dann in ein Gespräch mit anwesenden Flüchtlingen kommen. Wir reflektieren über Migration in unserer eigenen Familienbiographie in Richtung Vergangenheit und Zukunft und werden in Gruppen-spielen sehr vieles über unsere Art, Gruppen/Gemeinschaft zu bilden, und die Auswirkungen, die das auf uns und andere hat, erfahren und lernen. Und selbstverständlich nehmen wir uns viel Raum für Diskussion und die Beantwortung aller Fragen zu Migration, Interkulturalität, zu Flüchtlingen und Sichtweise und Engagement der Caritas in diesem Bereich.

Referent: Leonhard Voltmer, Leiter der Caritas-Flüchtlingsberatung sowie Verantwortlicher für ein Wohnungslosenhaus in Bozen, ein Flüchtlingshaus in Meran, MigrantInnenberatung und das Projekt „Sinti und Roma“.

13 „Grenzen verrücken – verrückte Grenzen“ ... ein ernsthaft spielerisches Erleben

Wollen wir Grenzen verrücken, werden wir uns dorthin wohl aufmachen müssen ...

Ich lade Euch ein, mit Spaß und Entdeckerfreude ein kleines Abenteuer zu wagen und Euch von der kleinsten Maske der Welt, der roten Nase, zu den Grenzen und vielleicht darüber hinaus führen zu lassen, um dort draußen am Horizont im gemeinsamen Spielen und Improvisieren dem eigenen Humor, dem eigenen Clown und der Weisheit seines Stolperns, auf die Spur zu kommen ... und im Lachen, auch über Euch selbst, Grenzen zu verrücken und neue Perspektiven finden ...

Referent: Lorenz Wenda, Internat. Clownausbildung, Leitung von Clownkursen, Dipl. Ehe -, Familien- und Lebensberater, Ausbildung in Personaler Gesprächsführung auf der Basis von Logotherapie und Existenzanalyse.