

GRUPPENANGEBOT

STIMMENHÖRGRUPPE SOLOTHURN



Hören
Sie Stimmen?
Wir haben ein tolles
Gruppenangebot
für Sie!

Psychiatrische
Dienste

solothurner
spitäler **soH**

Das Angebot

Liebe Interessierte

Die Stimmenhörgruppe Solothurn bietet Betroffenen einen sicheren und akzeptierenden Raum, um die eigenen Erfahrungen mit Stimmen zu teilen, hilfreiche Bewältigungsstrategien auszutauschen und von anderen Teilnehmenden zu lernen.

Stimmen zu hören muss nicht bedeuten, dass man krank ist. Es kann als Variation der menschlichen Wahrnehmung, die im Lebenskontext verstehbar ist, betrachtet werden.¹

Ein Experte aus Erfahrung und eine Pflegefachperson begegnen Ihnen mit einem offenen Ohr.

Die Stimmenhörgruppe bietet einen Platz für alle, die sich über ihr Erleben austauschen, oder auch einfach nur zuhören möchten. Wovon in der Gruppe gesprochen wird, bleibt in der Gruppe.

Folgendes ist uns wichtig

Die Gruppe ist ein sicherer und vertraulicher Ort, wo das Sprechen über schwierige Dinge möglich ist.

Die Gruppe bietet Unterstützung rund um das Stimmenhören.

Die Gruppe gibt positive Anregungen, wie man mit psychischen Problemen besser umgehen kann.

Die Gruppe unterstützt Betroffene, sich durch Stimmen weniger belastet zu fühlen.

Die Gruppe bietet hilfreiche Informationen darüber, wie Erfahrungen mit dem Stimmenhören verarbeitet werden können.

Die Teilnahme ist kostenlos, informell und zeitlich unbegrenzt.

¹ Quelle: Schnackenberg J. und Burr Ch. (2019) Stimmenhören und Recovery. Erfahrungsfokussierte Beratung in der Praxis Psychiatrie Verlag (1. Aufl.)

Anmeldung

Die Erstanmeldung erfolgt via E-Mail an:
ambi-solothurnpflege.pd@spital.so.ch

Gruppenleitung

Experte aus Erfahrung, Stephan Gubler
Diplomierte Pflegefachfrau HF, Denisa Guarino
Diplomierte Pflegefachfrau HF, Isabella Glauser

Ort

Kinder- und Jugendpsychiatrie
Ambulatorium Solothurn, 3. Stock
Wengistrasse 17, 4500 Solothurn

Zeit

Jeden Dienstag, 17–18 Uhr
Gruppengrösse: Bis 8 Teilnehmer
Einzugsgebiet: Kanton Solothurn

Kontakt und weitere Auskünfte

Das Pflegeteam vom Ambulatorium der Psychiatrischen Dienste
steht ihnen gerne zur Verfügung, T 032 627 15 53.

Sie sind herzlich willkommen, wir freuen uns auf Sie und Ihre
Teilnahme.

Weitere hilfreiche Adressen für Stimmenhörende:
netzwerk-stimmenhoeren.ch
www.stimmen-hoeren.ch

Psychiatrische
Dienste

solothurner
spitäler 

Ambulatorium
Wengistrasse 17 | 4500 Solothurn
T 032 627 15 53
ambi-solothurnpflege.pd@spital.so.ch