



Kontakt

Haben Sie noch Fragen zu unserem Forum oder Interesse an einer Veranstaltung in Ihrer Schule?

Wenden Sie sich gerne an

Frau Bähr
Psychologin (M. Sc.)
Sozialpsychiatrischer Dienst Mettmann
Tel.: 02104 992310
E-Mail: trifo@kreis-mettmann.de

TRI.FO

Triologisches Forum zur
Stärkung psychischer Gesundheit
in Schulen



Impressum

Kreis Mettmann
Der Landrat
Düsseldorfer Straße 26, 40822 Mettmann
www.kreis-mettmann.de

Stand: 07/2023





Hintergrund

Psychische Gesundheit ist keine Selbstverständlichkeit. Jeder Mensch ist im Laufe seines Lebens mit psychischen Belastungen konfrontiert. Fast ein Drittel der Bevölkerung entwickelt hieraus sogar eine diagnostizierbare, psychische Erkrankung. Viele dieser Erkrankungen haben ihre Anfänge in frühen Lebensjahren und oft liegen hinter auffälligem Verhalten im Jugendalter (Drogen, Aggressivität, Rückzug, etc.) psychische Probleme.

Für Wege aus der Krise braucht es dann in der Regel externe Unterstützung. Diese wird allerdings oft nicht in Anspruch genommen.

Die Begegnung und der Austausch zwischen Jugendlichen, Betroffenen und Angehörigen sowie psychiatrischen Fachkräften bildet die Grundlage des trialogischen Forums (TRI.FO). Das Ziel des TRI.FO ist es, Schülerinnen und Schüler über psychische Gesundheit aufzuklären.

Durch die Teilnahme am trialogischen Forum sollen Vorurteile abgebaut und Ausgrenzungen aufgrund psychischer Erkrankung vorgebeugt werden.

Ferner möchten wir Wege aufzeigen, wohin man sich in psychischen Krisen wenden kann.

Unser Angebot

Im Laufe eines individuell geplanten Projekttages bieten wir Folgendes an:

- Auseinandersetzung mit eigenen Erfahrungen und Vorstellungen psychischer Gesundheit
- Aufklärung zu psychiatrischen Krankheitsbildern und deren Entstehung durch psychiatrische Fachkräfte
- Kennenlernen von eigenen Warnsignalen und Möglichkeiten der Selbstfürsorge
- offener und intensiver Austausch mit Expertinnen und Experten in eigener Sache bzw. Betroffenen, die psychische Erkrankungen gemeistert haben, sowie Angehörige von psychisch Erkrankten
- Informationen über regionale Anlaufstellen, Hilfsangebote und das bestehende Helfersystem

Zusammenfassung

Zielgruppe

Schülerinnen und Schüler der weiterführenden Schulen (10. Klassen)

Ort

im Klassenverbund in den Räumlichkeiten der betreffenden Schule oder Bildungseinrichtung

Dauer

ca. 6 Stunden pro Projekttag

Team

Mitarbeitende des Sozialpsychiatrischen Dienstes (SpDi) im Kreis Mettmann in Zusammenarbeit mit Expertinnen und Experten in eigener Sache und Angehörigen

Kosten

Die Durchführung des trialogischen Forums ist grundsätzlich kostenfrei. Lediglich eine Aufwandsentschädigung in Höhe von jeweils 80 € für die Experten und Expertinnen in eigener Sache ist einzuplanen