



UNIVERSITÄRE PSYCHIATRISCHE DIENSTE BERN (UPD)
Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie Bern

10 Jahre Gruppe Stimmenhören Bern

JUBILÄUMSVERANSTALTUNG

Freitag, 15. Dezember 2023
9.00 bis 17.00 Uhr

Kornhaus Bern
2. Stock, Recovery College Bern
Kornhausplatz 18
3001 Bern

10 Jahre Gruppe Stimmenhören Bern

Vor zehn Jahren wurde in Bern die erste Stimmenhörgruppe der Schweiz im Ambulatorium Mitte der Universitären Psychiatrischen Dienste Bern (UPD) AG gegründet. Die Idee entstand nach einem inspirierenden Vortrag von Rufus May vom Netzwerk Stimmenhören UK beim vorhergehenden Recovery Kongress. Um dieses Jubiläum zu feiern, haben wir Rufus May und Elisabeth Svanhol-

mer nach Bern eingeladen. In zwei Workshops werden sie uns mehr über die Stimmenhörbewegung erzählen. Wir möchten uns gemeinsam dazu austauschen, wie diese Erfahrung, die nicht immer einfach ist, eine weltweite Bewegung und auch in Bern eine starke Gemeinschaft ins Leben gerufen hat.

Lasst uns dieses Ereignis gebührend feiern!

Workshops für Fachpersonen und Interessierte

Freitag, 15. Dezember 2023,
9.00 bis 12.00 Uhr

WOHER WIR KOMMEN ...
9.00 bis 9.40 Uhr

Kontextualisierung der Stimmenhörgruppe im Umfeld der UPD Bern
Prof. Dr. med. Daniela Hubl, FMH Psychiatrie und Psychotherapie, Schwerpunkt Konsil- und Liaisonpsychiatrie, UPD Bern

Inhalte des Vortrags

- Rückblick auf den Aufbau der Stimmenhörgruppe an der UPD Bern.
- Definitionen aus psychiatrischer Sicht und Einblick in das heutige psychiatrische Verständnis von dem, was im Kopf beim Stim-

menhören vor sich geht und dessen wissenschaftliche Herleitung unabhängig von den Ursachen.

- Vorstellung der wissenschaftlich neurobiologischen Forschung und Tätigkeiten in der UPD zum Thema Stimmenhören, inklusive neurobiologischer Methoden wie MRT Techniken und EEG Behandlung von Psychosen mit TMS, tDCS, Neurofeedback.
- Heutige Integration des Angebots der Stimmenhörgruppe im Ambulatorium Mitte der UPD.

Dialogischer Nachklang

Daniela Hubl, Rufus May,
Elisabeth Svanholmer, Christian Burr,
Andrea Zwicknagl

VON DER FREIHEIT, STIMMEN ZU HÖREN

10.00 bis 12.00 Uhr

Impulse und Inspirationen aus der Stimmenhörbewegung

(Englisch mit Übersetzung ins Deutsche)

Rufus May und Elisabeth Svanholmer,
Hearing Voices Network, UK

Inhalte des Workshops

Der zweite Teil des Workshops befasst sich mit dem Ansatz, was geschieht, wenn das Hören von Stimmen als gültige und sinnvolle menschliche Erfahrung anerkannt wird?

Rufus May und Elisabeth Svanholmer stellen die Stimmenhörbewegung, ihre Werte und ihre Geschichte vor, sowie die Auswirkungen auf die Gesellschaft, die Stimmenhörenden, die Familienangehörigen und die Fachpersonen für psychische Gesundheit.

Mit folgenden Fragen werden wir uns auseinandersetzen:

- Was trägt dazu bei, dass ein Raum sicher genug ist, um Erfahrungen des Stimmenhörens zu teilen?
- Wie können wir die Angst vor Stimmen und vor dem Sprechen über das Stimmenhören verringern?
- Wie können wir die Entwicklung von Gruppen und Netzwerken unterstützen?
- Wie können Stimmenhörende und Nicht-Stimmenhörende zusammenarbeiten?

- Was können Nicht-Stimmenhörende von Stimmenhörenden lernen?

SCHLUSSREFLEXIONEN

Daniela Hubl, Christian Burr,
Andrea Zwicknagl

Chancen und Herausforderungen eines divers polyphonen Angebots unter einem Dach in der UPD Bern.

Workshop für Stimmenhörende

**Freitag, 15. Dezember 2023,
14.00 bis 17.00 Uhr**

DIE STIMMEN UND WIR

Austausch mit Rufus May und Elisabeth Svanholmer über die Erfahrungen des Stimmenhörens, mit der Gruppe, als Teil einer weltweiten Bewegung.

(Englisch mit Übersetzung ins Deutsche)

- Übungen zum Umgang und Dialog mit den Stimmen.
- Inspiration und Ermutigung aus den geteilten und ungeteilten und doch gemeinsamen Erfahrungen

Rufus May und Elisabeth Svanholmer (UK) in Zusammenarbeit mit den Moderator*innen der Stimmenhörgruppe Ambulatorium Mitte, UPD Bern.

Ort

Kornhaus Bern
2. Stock, Recovery College Bern
Kornhausplatz 18
3001 Bern

Preise

Workshop für Fachpersonen und Interessierte (Vormittag)

- Normalpreis: CHF 100.–
- Reduziert UPD Mitarbeitende: CHF 70.–
- Reduziert Angehörige: CHF 70.–
- Reduziert IV, Sozialhilfe u.a.: CHF 20.–
- Kostenbefreit:
(auf Anfrage an bettina.nesa@upd.ch)

Workshop für Stimmenhörende (Nachmittag)

- Normalpreis: CHF 20.–
- Kostenbefreit
(auf Anfrage an bettina.nesa@upd.ch)

Anmeldung

Per E-Mail an bettina.nesa@upd.ch mit den folgenden Angaben:

- Vorname und Name
- Adresse und Ort
- Workshop Vormittag oder Nachmittag
- Preiskategorie

KONTAKT

UNIVERSITÄRE PSYCHIATRISCHE DIENSTE BERN (UPD)

Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie Bern

Ambulatorium Mitte

Team Ambi Mitte
Murtenstrasse 21
3008 Bern
Telefon 031 664 18 50
E-Mail: ambimitte@upd.ch

WEITERE INFORMATIONEN

Weitere Informationen zur Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie Bern erhalten Sie unter www.upd.ch

UNIVERSITÄRE PSYCHIATRISCHE DIENSTE BERN (UPD) AG

Bolligenstrasse 111
3000 Bern 60
Telefon 031 930 91 11
www.upd.ch
