

### Wie melde ich mich an?

Der Trialog ist ein kostenfreies Angebot für **Menschen ab dem 16. Lebensjahr** und jeden Geschlechts.

**Die Teilnahme an allen Abenden wird empfohlen, ist aber nicht Voraussetzung.**

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Wir bitten Sie daher um eine Anmeldung per E-Mail oder Telefon:

[Suchtberatung@diakonie-bayreuth.de](mailto:Suchtberatung@diakonie-bayreuth.de)

**0921 / 78517730**

Bitte nennen Sie uns bei der Anmeldung Ihren Vornamen und ob Sie sich als betroffene Person, Angehörige\*r oder Fachkraft anmelden möchten.

Weitere Daten und auch Ihren Nachnamen brauchen wir nicht. Ihre Angaben werden selbstverständlich vertraulich behandelt.

Für die Teilnahme entstehen keine Kosten

Weitere Informationen unter:

[www.diakonie-bayreuth.de](http://www.diakonie-bayreuth.de)

Gefördert durch den



### Wo findet der Trialog statt?

Sozialpsychiatrischer Dienst  
Bahnhofstr. 4 B  
3. Stock, Gruppenraum  
95444 Bayreuth

**Der Trialog bei Essstörungen wird organisiert von:**

Der Suchtberatung und psychologischen Beratungsstelle  
der Diakonie Bayreuth

Ansprechpartnerinnen sind:

**Melanie Bauschke**  
Tel.: 0921 78517730

**Michaela Hundacker**  
Tel.: 0921 78517710

Gefördert als Erziehungsberatungsstelle durch das

Gefördert vom

Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales



**Träger der Einrichtung**  
Diakonisches Werk –  
Stadtmission Bayreuth e.V.  
Kirchplatz 5  
95444 Bayreuth  
Tel. 0921 7542-0

**Spendenkonto**  
**Diakonisches Werk**  
Sparkasse Bayreuth  
IBAN: DE67 7735 0110 0038 0897 02  
BIC: BYLADEM1SBT  
Vermerk: Schwangerenberatung

# TRES-Trialog bei Essstörungen

Ein Austausch auf Augenhöhe für betroffene Menschen mit allen Arten von Essstörungen-Erfahrungen, Angehörige und Fachkräfte

## Trialog-Abende

Dienstag, 22. Oktober 2024  
Dienstag, 18. Februar 2025  
Dienstag, 01. Juli 2025  
Dienstag, 04. November 2025

**jeweils von 17:00 – 19:00 Uhr.**

[www.diakonie-bayreuth.de](http://www.diakonie-bayreuth.de)

## Was ist ein Trialog?

*Die Chance geteilten Wissens!*

Ein Trialog ist ein Gespräch auf Augenhöhe zwischen Betroffenen Menschen mit allen Arten von Essstörungen-Erfahrungen, Angehörige und Fachkräften unterschiedlicher Professionen.

Im Trialog sind alle Teilnehmenden Lernende und Expert\*innen zugleich:

- Betroffene Person durch eigene Erfahrung mit Essstörungen
- Angehörige durch (Mit)-Erfahrung und Begleitung im Alltag
- Fachkräfte durch Ausbildung und Beruf

Bei allen Beteiligten sind enorme Kompetenzen und Ressourcen vorhanden, die im Trialog gebündelt und gemeinsam genutzt werden.

Frei von familiären oder therapeutischen Beziehungen können Teilnehmende ihre Fragen mit anderen betroffenen Menschen, Angehörigen und Fachkräften diskutieren und Erfahrungen und Wissen zum Thema des Trialog-Abend austauschen.

Durch diese weniger emotionale Beziehung finden ungezwungene Gespräche statt, bei dem alle Teilnehmenden von den Erfahrungen und Sichtweisen anderer mit folgenden Zielen profitieren können:

**Miteinander reden.**

**Einander besser verstehen.**

**Voneinander lernen.**

## Wie sprechen wir miteinander?

*Wir wollen miteinander reden, statt übereinander*

Offene Gespräche werden für alle möglich, indem wir achtsam miteinander umgehen

...uns gleichberechtigt und auf Augenhöhe begegnen

\*

... einander zuhören und ausreden lassen

\*

...von unseren eigenen Erfahrungen sprechen

\*

...Aussagen und Erfahrungen nicht bewerten oder verurteilen

\*

...die Wahrheit als subjektiv betrachten

\*

...Inhalte nicht nach außen tragen und die Anonymität des Einzelnen wahren

\*

...für uns selbst Verantwortung übernehmen

\*

...auf unsere eigenen Grenzen achten und die Grenzen der Anderen respektieren.

Ein Trialog ist weder eine Therapiesitzung noch eine klassische Selbsthilfegruppe

## Wann findet der Trialog statt?

Der Trialog bei Essstörungen findet in einer Gruppe von max. 20 Personen statt. Zwei Moderator\*innen achten auf die Einhaltung der Gesprächsregeln und positives Gesprächsklima.

### Themen der Trialog-Abende

**22. Oktober 2024: Essen ist nicht das Problem?! –** Merkmale und Hintergründe von Essstörungen: Welche Erfahrungen machen betroffene Menschen, Angehörige und Fachkräfte?

**18. Februar 2025: Ich, du, wir und die Essstörung –** Essstörungen im Zusammenhang von Familie, Partnerschaft und Freundeskreis.

**1. Juli 2025: Ich will ja, aber... -** Was hilft auf dem Weg aus der Essstörung und wie können sich betroffene Menschen, Angehörige und Fachkräfte gegenseitig unterstützen?

**04. November 2025: Essstörungen als Chance?! –** Welche Ressourcen und Wachstumsmöglichkeiten sehen Betroffene

Nach dem Konzept von Schradi & Wunderer, entwickelt an der Hochschule Landshut  
Enikoe.schradi@haw-landshut.de