

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

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

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

TRES-Trialog bei Essstörungen

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

Trialog-Abende

Dienstag, 03. März 2026
Dienstag, 14. Juli 2026
Dienstag, 10. November 2026

jeweils von 17:00 – 19:00 Uhr.

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

03. März 2026: Beziehungsmuster in Familien mit Essstörungen?! – Verhaltensmuster, die die Essstörungen aufrechterhalten und/oder positiv auf den Genesungsprozess einwirken.

14. Juli 2026: Wieviel Raum nimmt mir die Essstörung? – Führe ich trotz der Essstörungen noch ein ausgeglichenes Leben? Wieviel Zeit nehme ich mir für Freunde, Arbeit, Hobbys, Partnerschaft...?! Tut mir das gut? Möchte ich daran etwas verändern?

10. November 2026: Mein soziales Netz und die Essstörung – Wer kennt mich, wem bin ich nah, wem zeige ich mich mit der Erkrankung; meinem Angehörigen, Freunden Arbeitskollegen? Möchte ich etwas verändern und/oder fühle ich mich unterstützt?

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