

Helpchat: Anonym, kostenlos und schnell

So verschieden die Menschen, so unterschiedlich sind auch ihre Probleme, die sie an die Helpchat-Psychologinnen herantragen.

Bettina Stahl-Frick

Vor einem Jahr hat der Verein Netzwerk das Angebot Helpchat lanciert. Wie wurde es angenommen?

Lorin Oehri-Hoop: Jeweils nach Erscheinen eines Artikels in der Zeitung meldeten sich vermehrt Menschen bei uns. Dies lässt darauf schliessen, dass das Angebot auf Anklang stösst und ein Bedürfnis in der Bevölkerung abdeckt. Auch persönlich begegnen uns die Hilfesuchenden immer wieder mit Dankbarkeit. Die Zahl der Anfragen ist momentan jedoch eher noch bescheiden.

Ist noch eine Hemmschwelle spürbar?

Die Anonymität ist gerade in einem kleinen Land ein besonderes Anliegen. Die Registrierung, die beim Anlegen des Chatkontos gemacht werden muss, kann daher eine Hemmschwelle darstellen. Deshalb wollen wir betonen, dass auch ein Fantasiename benutzt werden kann, der keine Rückschlüsse zulässt. Der Datenschutz ist gerade in diesem Bereich ziemlich restriktiv, was auch der Grund dafür ist, dass wir auf die einfachere Mailö-



Die drei Helpchat-Psychologinnen: Sonja Hersche, Lorin Oehri-Hoop und Nicole Vogler (von links).

Bilder: Archiv

sung verzichten mussten. Aber einmal registriert, kann man den Account auch für Anschlussfragen oder spätere Anfragen wieder nutzen.

Um welche Probleme handelte es sich im Speziellen?

Die Themen sind sehr vielfältig. Sie handeln oftmals von persönlichen Krisen, die sich auf ein einschneidendes Erlebnis zurückführen lassen. Dazu gehören Dinge wie ein Jobverlust oder eine Scheidung, aber auch bevorstehende Ereig-

nisse wie ein Schulwechsel. Oftmals beschreiben die Menschen auch Beziehungsprobleme oder es melden sich Angehörige, die eine leidende Person im Umfeld haben und deshalb Rat suchen.

Inwiefern unterscheidet sich das Angebot von einer Psychotherapie?

Bei der Bearbeitung der Anfragen berufen wir uns auf die Informationen, die uns die Betroffenen schriftlich mitteilen. Manchmal sind die Schilderun-

gen ausführlich, manchmal aber auch kurz. Wir versuchen, die Menschen dort abzuholen, wo sie stehen und ihnen eine Hilfeleistung im Sinne der «Hilfe zur Selbsthilfe» anzubieten. Wir zeigen auch auf, an wen sich die Betroffenen wenden können, sollte sich keine Besserung einstellen. Wir sind also beraterisch tätig. In einer Therapie hingegen sitzt man dem Menschen persönlich gegenüber und kann genau nachfragen. Dies befähigt, Diagnosen zu stellen und daraus gezielte

therapeutische Methoden abzuleiten und anzuwenden.

Inwiefern hat Corona eine Rolle in den Anfragen gespielt?

In unseren Anfragen können wir nicht isoliert auf Corona als Ursache für psychisches Leid rückschliessen. Dieses wird meist durch ein Zusammenspiel verschiedener Faktoren verursacht. Wir sehen aber, dass Corona neben bereits vorhandenen belastenden Faktoren hinzugekommen ist. So kann die Pandemie je nach Lebenssituation sehr wohl Einfluss auf das psychische Wohlbefinden der Menschen haben.

Wie geht es weiter mit Helpchat?

Wir möchten das Angebot in Zukunft noch gezielter an die Menschen heranbringen. Eine Absicht besteht darin, Flyer in Arztpraxen aufzulegen. Es ist uns auch ein Anliegen, den Bekanntheitsgrad besonders unter Jugendlichen zu erhöhen.

Gibt es Verbesserungspotenzial?

Das Angebot steht und fällt mit dem Bekanntheitsgrad und seiner Akzeptanz. Wie bereits gesagt, möchten wir vor allem bei

der Jugend bekannter werden. Wie in letzter Zeit in einigen Artikeln in der Landespresse zu lesen war, ist der Bedarf an psychologischer Beratung vorhanden. Weitere Möglichkeiten wären Livechats oder eine niederschwellige Beratungsstelle für Probleme aller Art. Wir schauen, was wir als nächstes umsetzen können.

Wie fielen die Rückmeldungen auf das Angebot aus?

Das Angebot wird besonders für die Eigenschaften geschätzt, für die es steht: es ist anonym, kostenlos und die Antwort erfolgt umgehend, also in unter 24 Stunden. Ausserdem wird Helpchat von Fachpersonen bedient. Eine unkomplizierte Anlaufstelle zu haben, die eine erste Unterstützung anbietet und auch aufzeigt, an wen man sich in einem nächsten Schritt wenden kann, wirkt für viele entlastend.



bechter kastowsky galerie

Liliane Tomasko: Blind Spot

Liliane Tomaskos abstrakte Bilder basieren auf Fotografien und Zeichnungen von ungemachten Betten. Für sie sind die Endprodukte eine Mischung aus Traum, Interieur und Landschaft, in denen stets das Unterbewusste eine wichtige Rolle spielt. Träume haben keine Geschichte im herkömmlichen Sinn, sondern eine sinnliche Qualität. Diese Sinnlichkeit fängt sie in ihren Bildern ein.

Als Vorzeichnung dient ihr bisweilen ein Spray, den sie mit Spontaneität auf den Bildträger aufträgt. Oft wird die erste Farbschicht in den noch nassen Spray gemalt, das Netz an Spuren verschwindet und wird verdichtet. Ihr Interesse beim Malprozess ist die Balance zwischen Kontrolle und den Bedingungen, Gefühlen und Begebenheiten, die sie während des Entstehens beschäftigen. Liliane Tomasko hat in den letzten Jahren eine klare und stringente Weiterentwicklung



Liliane Tomasko stellt in der Bechter Kastowsky Galerie aus. Bild: pd

in ihrer abstrakten Malerei erfahren und die in Schaan ausgestellten Werke sind 2021 entstanden. (Anzeige)

Eröffnung: Mi, 25. August, ab 18 Uhr. Die Künstlerin ist anwesend. Bechter Kastowsky Galerie, Poststrasse 48, Schaan

Gehörlosen Kulturverein erhält Skulptur auf Peter-Kaiser-Platz

Am Donnerstag, 16. September, wird in Vaduz die Skulptur «Blühende Sprache» des Schweizer Künstlers Peter Hemmi enthüllt.

«Gebärdensprache ist ein blühender Garten.» So hat Penny Boyes Braem, die Begründerin wissenschaftlicher Gebärdensprachforschung in der Schweiz, diese Sprache beschrieben. Und mit «blühender Sprache» betitelt der Gehörlosen Kulturverein Liechtenstein die künstlerische Umsetzung. Gebärdensprache steht dieses Jahr im Mittelpunkt des Gehörlosen Kulturvereins. Am 16. September wird die drei Meter hohe Skulptur auf dem Peter-Kaiser-Platz im Zentrum von Vaduz enthüllt. Geschaffen wurde die Skulptur von Peter Hemmi, einem gehörlosen Künstler aus der Schweiz. Hemmi drückt damit seine – wie er es formuliert – «Liebeserklärung an die Gebärdensprache» aus. Begrüßungsworte von Regierungsrat Manuel Frick sowie

von Ramona Marxer, der neuen Präsidentin des Gehörlosen Kulturvereins Liechtenstein, eröffnen diesen feierlichen Anlass. Weiters freut sich der Gehörlosen Kulturverein auf Dr. Joseph J. Murray, den Präsidenten des WFD (World Federation of the Deaf). Die Veranstaltung wird simultan ins Deutsche bzw. in die Gebärdensprache gedolmetscht.

Gebärdensprache sichtbar machen

Gehörlose kommunizieren in Gebärdensprache. Gebärdensprache ist eine vollwertige Sprache, die einer eigenen Grammatik und Struktur folgt. Gebärdensprache ist eine visuelle Sprache, sie besteht aus gestischen und mimischen Elementen und ist keine Wort-für-

Wort-Übersetzung der gesprochenen Sprache. Hörende, die Gebärdensprachkurse besuchen, erlernen eine Fremdsprache und sind fasziniert, wie komplex und vollkommen anders Gebärdensprache ist. Auch ist vielen nicht bekannt, dass Gebärdensprachen nicht nur national, sondern auch regional verschieden sind. So wird z.B. in Zürich einiges anders gebärdet als in Liechtenstein. Gehörlose bilden eine Sprachminderheit und durch die Verwendung der Gebärdensprache teilen sie eine gemeinsame Kultur und Identität. (pd)

Enthüllung der Skulptur «Blühende Sprache»

Do, 16. September, 16 Uhr: Eintreffen. 17 Uhr: Ansprachen. Wo: Peter-Kaiser-Platz, Vaduz

vaduzclassic.li

26 – 29
AUGUST
2021

MAGISCHE
MOMENTE
DER FILMMUSIK

VADUZ CLASSIC | ivoclar | vividant

Sa, 28.8. VERSCHOBEN
(Konzert Luca Sulic live)

GEMEINDE VADUZ
VADUZ

CO-SPONSOREN
FIS PT CASINO ADMIRAL

ORCHESTERSPONSOR
IM AF

KONZERTSPONSOREN
NEUBE BANK HEIDEGGER

MEDIENPARTNER
ORF V

TICKETPARTNER
ticketmaster

TICKET
+423 792 63 52
HOTLINE