

---

**Psychosoziale Beratungsstelle Graz Ost  
Plüddemanngasse**

Plüddemanngasse 45/2  
8010 Graz

Telefon: 0316 / 22 84 45  
Fax: 0316 / 22 84 45-249

Mail: [psz.plueddemanngasse@gfsg.at](mailto:psz.plueddemanngasse@gfsg.at)  
Homepage: [www.gfsg.at](http://www.gfsg.at)

---

Die Dienstleistungsangebote der Psychosozialen Beratungsstellen Graz Ost richten sich an Menschen mit psychischen und sozialen Fragestellungen und an deren Angehörige. Als zentrales Zielklientel werden Menschen mit psychiatrischen Erkrankungen und schweren persönlichen Krisen betreut.

Um den Anforderungen der jeweiligen Problemstellung gerecht zu werden, arbeiten wir interdisziplinär. Alle MitarbeiterInnen haben einen psychosozialen Basisberuf und/oder eine psychotherapeutische Weiterbildung oder Fortbildung. Die Dienstleistungen umfassen fachspezifische Beratung, Behandlung und Betreuung sowie vorgelagerte Serviceangebote, wie den Verbindungsdienst zu den Krankenhäusern, den Journaldienst und die Krisenintervention.

Zum Versorgungsspektrum zählen auch verschiedene Gruppenangebote, die individuelle und soziale Kompetenzen fördern, edukative Inhalte vermitteln und so zur Kommunikationsförderung beitragen und sozialer Isolation vorbeugen. Die KlientInnen erhalten BezugsbetreuerInnen, die in Zusammenarbeit mit dem Team und bei Bedarf über Vernetzung nach außen, eine bestmögliche Unterstützung mittels verschiedener Problemlösungsstrategien gewährleisten sollen.

Aufgrund des steigenden Bedarfs an Beratung, Behandlung und Betreuung für Menschen mit psychischen und sozialen Problemen wurde im Jahr 2007 die Psychosoziale Beratungsstelle Graz Ost Plüddemanngasse eröffnet.

Die Angebote sind grundsätzlich kostenlos und beruhen auf Vertraulichkeit sowie Freiwilligkeit und werden gemeindenah und niederschwellig angeboten.

## **1. Unser Angebot**

### Beratung und Abklärung für Betroffene und Angehörige

Es wird Beratung und Abklärung zu den Themen psychische und psychiatrische Probleme (Erkrankungen) angeboten. D.h. Betroffene können sich über ihre Erkrankung, Behandlungsmöglichkeiten und Institutionen, welche die erforderliche Leistung erbringen können, informieren.

Für Angehörige von Betroffenen gibt es Informationen zu psychischen Erkrankungen, Umgangsmöglichkeiten und zusätzlichen Hilfsmöglichkeiten bzw. Angeboten seitens der Angehörigenorganisationen.

Telefonische Beratung ist ebenfalls eine Möglichkeit, sich über das Angebot des Psychosozialen Zentrums zu informieren. Sie werden in einem Gespräch mit einer BeraterIn darüber informiert, welche Art der Hilfestellung in ihrem speziellen Fall in Frage kommt.

### **Telefonische Beratung:**

Montag bis Donnerstag von 09.00 - 15.00 Uhr und am  
Freitag von 09.00 - 14.00 Uhr

## Betreuung bei psychiatrischen und psychischen Problemen

Die Betreuung von Menschen mit psychiatrischen Erkrankungen oder mit psychosozialen Problemen bildet den Schwerpunkt unserer Arbeit. Ein erster Schritt um unsere Arbeit bewältigen zu können ist die multiprofessionelle Teamarbeit. Das Team soll einerseits die bestmögliche Behandlung gewährleisten und andererseits entlastende Funktionen für uns MitarbeiterInnen bieten. Um die Lebensqualität unserer KlientInnen zu verbessern, versuchen wir zunächst einmal soziale und rechtliche Aspekte zu erfassen und die medizinisch/psychiatrische Grundversorgung zu gewährleisten. Dazu bedarf es interner und externer Vernetzung. Weiters folgen wir dem Grundsatz eines BezugsbetreuerInnensystems, d.h. ein Teammitglied übernimmt die Betreuungsverantwortung für eine KlientIn und begleitet diese/n über den jeweils erforderlichen Zeitraum. Wichtig in diesem Zusammenhang ist zunächst die Bewältigung des Alltags, so werden z.B. tagesstrukturierende Maßnahmen eingeleitet, Wohnbetreuung organisiert, arbeitsrehabilitative Möglichkeiten erörtert, usw.

Bei all diesen Arbeiten mit der Person (nicht mit der Störung des Menschen) versuchen wir einen vertrauensbildenden Beziehungsaufbau. Das soll ermöglichen, den Menschen wieder in Bezug zu setzen: zur Krankheit, zu BetreuerInnen, zu anderen Menschen, zu eigenen Bewältigungsmöglichkeiten usw. Es sollen krisenprophylaktische Strategien erarbeitet, Kriseninterventionen ermöglicht und die Alltagsbewältigung erleichtert werden. Es handelt sich bei unserer Arbeit um eine Arbeit an Grenzen (unseren eigenen und die unserer KlientInnen) auf verschiedenen Ebenen. Manchmal müssen wir zur Kenntnis nehmen, dass eine stationäre Behandlung angezeigt ist. In diesen Fällen begleiten wir die KlientInnen ins Krankenhaus und versuchen den Kontakt aufrecht zu halten. Es gelingt jedoch auch, psychiatrische Krankheiten und psychosoziale Probleme von KlientInnen durch Bearbeitung von lebensgeschichtlichen Zusammenhängen und persönlichen Verarbeitungsmechanismen in das Leben zu integrieren, und dadurch neue Hoffnung und neuen Lebensmut frei zu setzen.

## Krisenintervention

Krisenintervention meint alle Hilfsmaßnahmen, die Betroffenen bei der Bewältigung akuter Schwierigkeiten helfen und krisenbedingte Leidenszustände lindern. Negative soziale, psychische und medizinische Folgen sollen verhindert werden.

## Psychotherapie

Psychotherapie ist eine zutiefst subjektive, existentielle Erfahrung der KlientInnen und der TherapeutInnen - eine Erfahrung, die voller komplexer Feinheiten ist und viele Chancen zwischenmenschlicher Beziehung enthält.

Psychotherapie ist ein dynamischer Beziehungsprozess, d.h., wirkliche Veränderung kommt durch die Erfahrung in einer Beziehung zustande.

Unser Handeln basiert auf einem Menschenbild, das prinzipiell auf Veränderung, Entwicklungs- und Wachstumsmöglichkeit aufbaut. In dieser zwischenmenschlichen Begegnung zeigt sich der große Unterschied, ob jemand allein oder in Gegenwart einer anderen Person denkt und fühlt.

Der Inhalt mag derselbe, aber der Stil des Erlebens wird vollkommen verschieden sein. Dieses andere Erleben ermöglicht die Lösung von Problemen. Die Veränderungen geschehen bereits, während des Sprechens.

Die Psychotherapie nützt die Erfahrung, dass das Individuum in sich die latente, wenn nicht offene Fähigkeit und Neigung hat, sich vorwärts auf psychische Reife hin zu entwickeln. Es ist der Drang, der sich in allen organischen und menschlichen Leben zeigt: sich auszuweiten, auszudehnen, zu entwickeln, autonom zu werden, zu reifen, die Tendenz alle Fähigkeiten

des Organismus in dem Maße auszudrücken und zu aktivieren, in dem solche Aktivierung den Organismus sich entfalten lässt oder das Selbst steigert.

### Psychologische Diagnostik

Eine psychologische Diagnostik hat das Ziel unterschiedliche Verhaltensweisen, Erlebnisformen, Haltungen, Leistungen und Persönlichkeitsmerkmale festzustellen. Dazu wird zuerst die persönliche Lebens- und Krankengeschichte erhoben. Anschließend können Tests durchgeführt werden. Diese Diagnosen bilden die Grundlage für die anschließende psychologische oder psychotherapeutische Beratung und Behandlung. Bei den Testverfahren unterscheidet man Entwicklungs-, Intelligenz- und Persönlichkeitstests.

### Medizinische Betreuung und Information über psychische Erkrankungen und Medikamente

Im Rahmen des PSZ besteht die Möglichkeit, von FachärztInnen für Psychiatrie Information und Aufklärung bezüglich psychiatrischer Erkrankungen, deren Verlauf und Behandlungsformen zu erhalten. Zusätzlich erfolgt Beratung über Medikamente, deren Wirkungen und Nebenwirkungen.

Behandlungsvorschläge nach diagnostischer Abklärung können mit den betreuenden HausärztInnen und FachärztInnen abgesprochen und empfohlen werden. Bei komplexen Problemstellungen ist auch eine längerfristige Betreuung möglich. Selbstverständlich kann in akuten Krisen auch unmittelbar reagiert werden.

Allgemeine Beratungen über psychische Erkrankungen werden von allen FachbetreuerInnen der unterschiedlichsten Professionen angeboten.

### Sozialarbeiterische Beratung und Betreuung

Mit einer psychischen bzw. psychiatrischen Problemstellung können oftmals auch Einschränkungen in den oben genannten Bereichen verbunden sein, die alleine nicht gelöst werden können. Wir unterstützen Betroffene dabei, indem wir Beratung in den Bereichen Arbeit, Wohnen und Finanzen anbieten. Konkret kann es beispielsweise um Fragestellungen bezüglich der Alltagsgestaltung gehen, um Hilfestellung im Bereich der Möglichkeiten finanzieller Unterstützung oder auch Fragen, die sich aus Arbeitslosigkeit, Pension oder Arbeitsrehabilitation ergeben. Wir arbeiten mit anderen Einrichtungen zusammen und vermitteln zu Institutionen, die sich auf diese Problemstellungen spezialisiert haben. Weiters besteht die Möglichkeit der Begleitung zu Ämtern und Behörden. Wichtig ist es uns, die vorhandenen Fähigkeiten der KlientInnen zu nutzen und sie dahingehend zu unterstützen, dass eine autonome Lebensbewältigung wieder möglich wird.

Es geht uns neben einmaliger Unterstützung und Beratung vor allem auch darum, die sozialen Problemstellungen als Teil einer Lebensgeschichte zu verstehen und dementsprechend, durch längerfristige psychosoziale Begleitung, Handlungsmöglichkeiten auszuweiten.

### Muttersprachliche Beratung in Bosnisch, Kroatisch und Serbisch

Sozialpsychiatrische Betreuung von MigrantInnen im Besonderen für die Stadt Graz als Ballungsgebiet ist eine Herausforderung in der Arbeit sowohl im stationären wie auch im ambulanten Setting. Die Herausforderung in der Arbeit mit dieser Zielgruppe beginnt schon bei der Notwendigkeit einige kulturspezifische Besonderheiten zu kennen, aber vor allem ist man mit Sprach- und Verständigungsproblemen konfrontiert.

Psychosoziale bzw. sozialpsychiatrische Arbeit mit MigrantInnen im Alter zwischen 18 und 65 Jahre ist jedoch schon lange ein Teil der täglichen Praxis im PSZ Graz Ost. Hintergrund unseres Projekts ist für betroffene Personen mit bosnischer, kroatischer und serbischer Muttersprache als Anlaufstelle zu dienen, um eine zeitnahe und anlassbezogene Intervention

zur Verfügung zu stellen. Angesprochen sind betroffene Personen aus dem Stadtgebiet Graz.

Im engeren Sinne beinhaltet das Angebot der muttersprachlichen Beratung

Primär:

- Abklärung der Problemstellung und des daraus resultierendem Hilfebedarfs
- Krisenintervention

In weiterer Folge:

- Psychosoziale Beratung und sozialpsychiatrische Betreuung für MigrantInnen mit psychischer bzw. psychiatrischer Erkrankung sowie deren Angehörige
- Temporär begrenzte psychologische Behandlung
- Vernetzungsarbeit mit Behörden wie auch mit gesundheitsversorgenden Einrichtungen im Anlassfall

Nebst der konkreten KlientInnenarbeit sehen wir uns auch als Informationsstelle für KollegInnen und andere ProfessionistInnen, die Fragen zu kulturellen Hintergründen von Menschen aus Ländern Ex-Jugoslawiens haben.

Kontaktaufnahme bzw. Terminvereinbarungen können telefonisch, per Email oder persönlich erfolgen.

Am Montag, zwischen 11:00 und 12:30 gibt es die Möglichkeit, Frau Mag.<sup>a</sup> Mizic direkt telefonisch in der Muttersprache zu kontaktieren.

### Hausbesuche

Damit ist die Beratung und Begleitung der KlientInnen im häuslichen Lebensumfeld gemeint. Hausbesuche werden individuell je nach Bedarf angeboten. Sie sind als Bestandteil unseres Konzeptes zu sehen, den Menschen in seiner Ganzheit wahrzunehmen. Durch einen Besuch der KlientInnen zu Hause wird es uns möglich, sie in ihren unmittelbaren Alltagsstrukturen kennen zu lernen und Entwicklungs- und Veränderungsmöglichkeiten in ihren konkreten Lebenszusammenhängen wahrzunehmen. Diese Form der Kontakte ermöglicht offenere Beratungsgespräche in vertrauter Umgebung und trägt dazu bei, die Schwellenangst vor Institutionen abzubauen.

### Kooperation mit Selbsthilfegruppen

Die Psychosoziale Beratungsstelle ist gerne bereit Betroffene, die Interesse an der Organisation einer Selbsthilfegruppe haben, in der Startphase zu unterstützen und ihnen die dementsprechende Infrastruktur (z.B. Räumlichkeiten) zur Verfügung zu stellen.

### Verbindungsdienst und Vernetzungsdienst zu den Krankenhäusern

Es findet 14tägig ein Zusammentreffen mit den zuständigen ÄrztInnen auf den für unser Einzugsgebiet zuständigen Stationen in der Landesnervenklinik Sigmund Freud und in der Landesuniversitätsklinik Graz statt. Dabei wird der Bedarf der Betroffenen besprochen.

Während des stationären Aufenthaltes wird dabei erstmalig Kontakt aufgenommen und das Psychosoziale Zentrum vorgestellt, wodurch das Wahrnehmen der verschiedenen Angebote erleichtert werden kann.

### Rechtliche Beratung

Im Rahmen der rechtlichen Beratung werden den KlientInnen Informationen über verschiedene Rechtsbereiche in verständlicher Weise näher gebracht.

## Öffentlichkeitsarbeit und Prävention

Die Aufgaben eines Psychosozialen Zentrums bestehen nicht nur in der Nachbegleitung nach Krankenhausaufenthalten und in der Betreuung und Therapie von bestehenden Störungen und Krisen. Einen ebenso wichtigen Teil stellt die Prävention und Vorbeugung dar.

Gerade weil diese Einrichtungen in der Bevölkerung aufgrund ihrer niederen Zugangsschwelle akzeptiert sind, können sie der Kristallisationspunkt für solche Projekte sein. Ziel ist es, über den Bereich der bereits Betroffenen hinaus Information, antistigmatisierendes Denken und gesundheitsförderndes Verhalten mit dem speziellen Blickwinkel der psychischen Gesundheit der allgemeinen Bevölkerung näher zu bringen. Dazu gibt es in der Bewegung des Empowerments und in der Salutogenese mit dem Konzept des Kohärenzgefühls sowohl theoretische als auch praktische Grundlagen.

Dieser Zugang, durch entsprechenden Umgang mit sich selbst und der Umwelt eine innere Einstellung zu gewinnen, die psychisch stabilisiert und in diesem Bereich weniger anfällig macht, ist ein zentrales Anliegen. Ihn allgemein bekannt zu machen ist integraler Bestandteil eines umfassenden Konzeptes der psychosozialen Versorgung der Bevölkerung. Ansetzen kann man hier aber nur in einem ersten Schritt in den Einrichtungen der psychosozialen Versorgung. Für jedes umfassende Konzept ist das Hinausgehen in den allgemeinen Bereich der Erwachsenenbildung und der Medien notwendig.

Neben dem Bekanntmachen des betreuenden, begleitenden, therapierenden Teils der Arbeit, sind im Bereich der Öffentlichkeitsarbeit besonders zwei Ziele von besonderer Bedeutung. Die oben erwähnten Ziele der Prävention und antistigmatisierenden Arbeit über breite Medienpräsenz im Bewusstsein der Bevölkerung zu verankern.

Zu Fragen in der allgemeinen Diskussion über Werte, gesellschaftspolitische Aspekte, Planungen und Zielsetzungen, die diesen Bereich betreffen, Stellung zu beziehen, und die Interessen der Betroffenen und potentiell Betroffenen deutlich hörbar in den Medien zu vertreten.

Ein Teil der Arbeit besteht darin, genau diese Gruppe in ihrem Selbstbewusstsein so weit zu stärken, dass sie diese Aufgabe in Zukunft auch zunehmend selbst übernehmen kann. Faktum ist, dass im derzeit völlig ungenügenden Ausbauzustand der Versorgung gerade diese wichtigen Aspekte, aufgrund der langen Wartezeiten für die direkte Hilfe, immer wieder deutlich zu kurz kommen.

## Projekt KuBeg

Das Projekt KuBeg des PSZ Graz Ost wurde mit der Eröffnung des Standortes in der Plüddemanngasse 45 im November 2007 ins Leben gerufen.

Das Projekt KuBeg (Kunst- und Begegnungsraum) hat sich zur Aufgabe gestellt, ambitionierten Künstler und Künstlerinnen einen adäquaten Rahmen zur Präsentation ihrer Werke zu bieten. Dabei ist der Gedanke der Nutzung des Zentrums als Begegnungsraum zwischen von „Psychischer Erkrankung Betroffener“ wie „Nichtbetroffener“ Menschen ein zentrales Anliegen. Es ist uns wichtig, im Sinne der Antistigmatisierung von psychischer Erkrankung in der Öffentlichkeit aktiv zu sein. Daher ist es auch das Ziel, über das Medium der Kunst ein diesem Sinne eine Begegnungsplattform zu schaffen.

## 2. Zielgruppe

Wir wenden uns mit unserem Angebot an Betroffene, die psychosoziale Probleme haben, an einer psychischen Erkrankung leiden oder sich in einer Krise befinden. Unser Team bietet im Journaldienst unmittelbare Unterstützung in krisenhaften Situationen an. Weiters gibt es die Möglichkeit Termine für erste Orientierungsgespräche zu vereinbaren. In diesen Gesprächen kommt es zur Abklärung der Situation, zu einer individuellen persönlichen Beratung bzgl. weiterer Schritte und bei Bedarf auch zur längerfristigen Begleitung.

Wir bieten Unterstützung für Angehörige von Menschen mit psychischen Problemen an. Das Alltagsleben mit Betroffenen kann sich für die Angehörigen überfordernd auswirken. Daher versuchen wir durch Beratung und unterstützende Gespräche Entlastung für die Angehörigen und damit für die gesamte Familie zu erreichen.

## 3. Kontakt

Psychosoziales Zentrum Graz Ost Plüddemangasse  
Plüddemangasse 45  
8010 Graz

Telefon: 0316 / 22 84 45  
Fax: 0316 / 22 84 45-249  
Mail: [psz.plueddemangasse@gfsg.at](mailto:psz.plueddemangasse@gfsg.at)

Erreichbarkeit:  
Montag bis Donnerstag von 9:00 bis 15:00 Uhr  
Mittwoch von 17:00 bis 19:00 Uhr  
Freitag von 9:00 bis 14:00 Uhr

Abendjournaldienst: Mittwoch von 17:00 bis 19:00 Uhr

Zuständigkeitsbereich:  
Region Graz Ost, Bezirke St. Leonhard, Jakomini, Liebenau, St. Peter, Waltendorf

Öffentlicher Verkehr:  
stadteinwärts: Buslinie 60 oder 63 bis Schörgelgasse  
stadtauswärts: Buslinie 60 oder 63 bis Waltendorfer Hauptstraße oder Straßenbahnlinie 3 bis Krenngasse, dann 200m zu Fuß