



## Ein bewährter Service für die Seele

**Josef Weiss**  
ÖHG-Vorsitzender

Ich erinnere mich, dass ich vorsichtig Ja zur Idee gesagt habe, regelmäßige Gesprächsrunden über die Hämophilie zu starten. So richtig überzeugt hat mich dieser neue Service dann, als ich selbst daran teilgenommen habe.

Als Bluter dachte ich, mit meinem Faktor-Mangel bisher gut umgegangen zu sein, doch gibt es Momente, in denen ich mit meinem Schicksal wegen meiner künstlichen Kniegelenke hadere. Und als Vater mache ich mir auch Gedanken, inwieweit die Hämophilie die Zukunft meiner Tochter und der folgenden Generationen beeinflusst.

Ja, es tut gut, offen über seine Anliegen zu sprechen, Informationen auszutauschen und zu erleben, wie viel Kompetenz Hämophile und ihre Angehörigen besitzen. Die Gesprächsrunden tun mir gut und mittlerweile sehr vielen anderen in ganz Österreich. Die zunehmende Teilnehmeranzahl unterstreicht das.



## Wir haben viel gelernt

**Norbert Piana**  
Geschäftsführer CSL Behring

CSL Behring ist bekannt für die hochqualitative Faktor-Produktion. In diesem Zusammenhang werden wir oft mit Fragen zum technischen Fortschritt und zur bequemeren Faktor-Gabe konfrontiert. Wir hören von Müttern, die es schmerzt, ihren kleinen Kindern Faktor zu spritzen, und von Erwachsenen, die sich Gedanken über die Behandlungskosten oder ihre Situation im Arbeitsleben machen.

Solche Anliegen haben uns bewogen, Gesprächsrunden in ganz Österreich zu unterstützen, bei denen Bluter und ihre Angehörige zusammenkommen. Miteinander reden bedeutet Wissen teilen, Erfahrungen austauschen, Erfolgsstrategie entwickeln.

Wir haben gelernt, worauf es neben den medizinischen Aspekten ankommt. Dies soll auch den Gesprächsrunden zugute kommen. Die Hämophilie-Behandlung ist so vielfältig wie die Menschen und ihre Anliegen.

## Themen, die Hämophile beschäftigen

Mittlerweile gibt es Hämophilie-Gesprächsrunden in ganz Österreich. Erwachsene, Jugendliche und Kinder haben ebenso teilgenommen wie Eltern, Großeltern, Lebenspartner und Freunde.

Kein Abend ist wie der andere. Die Themen sind sehr vielfältig und sehr persönlich. Im vertraulichen Rahmen wurde häufig gesprochen über:

- Umgang mit Gefühlen: Angst, Trauer, Wut ...
- Vermeidung bzw. Linderung von Schmerzen
- Beschützen von kleinen Kindern
- Kennzeichnung von Blutern bei Unfällen
- Bequemere Faktor-Gabe bzw. längere Wirksamkeit

**Allein schon die Gelegenheit, über wirklich alles offen sprechen zu können, trägt den Ansatz der Lösung in sich.**

## Neue Perspektiven kennenlernen

Oft fühlt man sich in einer Problemspirale gefangen, oft glaubt man, keine Antwort auf offene Fragen zu finden. Viele Teilnehmer sind anfangs nur als neugierige Besucher in die Gesprächsrunden gekommen, doch nach und nach hat sich Vertrauen eingestellt.

Coaching hat die Teilnehmer bei vielen Aufgaben unterstützt:

- Betrachtung neuer Perspektiven
- Kennenlernen anderer Sichtweisen
- Auseinandersetzung mit den persönlichen Fähigkeiten
- Austausch von Erfahrungen
- Hinterfragen innerer Überzeugungen
- Zeit für sich und sein Thema nehmen
- Was ist das Gute am Schlechten?
- Suche nach alternativen Lösungsansätzen
- Nutzung einer Proebühne fürs „richtige“ Leben
- Kreatives Brainstorming
- Vergleiche mit anderen
- Nutzung eines externen Ideenpools
- Stärkung der eigenen Ressourcen
- usw.

Was sich in herkömmlichen Gesprächen nicht oder nur sehr langsam auflöst, kann im Coaching nachhaltig verändert werden.

## Reden ohne herumzureden

Die Macht unserer Gedanken konstruiert auch unsere Sicht der Wirklichkeit. Sie haben die Wahl, ob Sie Teil des Problems oder Teil der Lösung – Ihrer Lösung – sein wollen.

Sie kennen sicherlich herkömmliche Gespräche im Freundes- und Bekanntenkreis über Probleme. Man erzählt sich gegenseitig seine Geschichten und betrachtet dabei die Schattenseiten des Themas. Am Ende geht man womöglich noch belasteter als zuvor nach Hause, das Problem wächst weiter. Dann redet man mit anderen, die es auch gut meinen, und am Ende sieht man kaum noch Licht am Ende des Tunnels.

## Lösungsorientiertes Coaching ist anders



Generelles Ziel des lösungsorientierten Coaching ist die "Hilfe zur Selbsthilfe". Dazu gehören die Förderung von Selbstreflexion und -wahrnehmung, eigenverantwortliche Lebens- und Selbstgestaltung ebenso wie das anlassbezogene Lernen.

Auf diese Weise erkennen Sie, wie viele Ressourcen in Ihnen selbst stecken, die Ihnen neue Perspektiven verschaffen und den Weg frei für die Entwicklung Ihrer Lösungsstrategie machen.

Dabei kann Sie professionelle Begleitung unterstützen. Während sich der Coach um den Prozessverlauf kümmert und den „roten Faden“ verfolgt, können Sie sich voll Ihrem Anliegen und Ihren Zielen widmen.

**Genießen Sie diese Aufmerksamkeit und nehmen Sie sich Zeit für sich.**

## Darf ich Sie begleiten?



Kommunikation bedeutet *teilen, mitteilen, gemeinsam machen* und dann erst *miteinander reden*. Über die Hämophilie gibt es sehr viel Spannendes zu reden, sehr viele Erfahrungen können ausgetauscht werden, viele offene Fragen gilt es zu beantworten und sehr viel Kompetenzen haben Hämophile und ihre Angehörigen erworben.

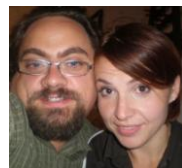
**Thomas J. Nagy** leitet seit einigen Jahren schon Hämophilie-Gesprächsrunden in ganz Österreich. Als Coach führt er Gespräche, die sich von Stammtischgesprächen oder Gesprächen beim Friseur unterscheiden und so den Unterschied schaffen, die den Unterschied ausmachen.

## Unsere persönlichen Erfahrungen mit den Gesprächsrunden



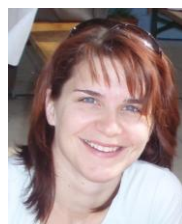
*Das Coachingtreffen war ein sehr informativer Austausch unter kompetenter Leitung. Ein Anstoß, die eigene Sichtweise zu hinterfragen und zu überdenken. Jederzeit wieder. Sehr empfehlenswert.*

**Maria A., Mutter**



*Es ist immer wieder eine Freude, alte bekannte Gesichter bei den Treffen wiederzusehen, und eine noch viel größere, neue Leute kennen-zu lernen und ihre Erfahrungen und Erlebnisse zu hören.*

**Sabine Z., Christoph Z., Bluter**



*Durch die „Gesprächsrunden“ mit anderen „Hämophilie-Beteiligten“ wurde mein Horizont jedes Mal ein Stückchen erweitert. Als ob man eine andere Brille aufsetzt, mit der man plötzlich anders – schöner - auf dieses Thema hinschauen kann.*

**Andrea J., Mutter**



*Ich als Vater finde diese Treffen sehr aufschlussreich und wichtig, denn man lernt einige neue Leute kennen und man bekommt wieder neue Informationen.*

**Dieter M., Vater**



*Wir, Marcel und Lukas, sind leichte Bluter und froh, dass es solche Coachings gibt, denn da können wir uns gegenseitige Tipps geben.*

**Lukas und Marcel M., Bluter**



*Zu sehen und zu hören, wie Bluter und/oder deren Angehörige aller Altersklassen mit Hämophilie leben – gut leben - war für mich eine Riesensfreude. Es gab mir die Gewissheit, dass wir es mit unserem Sohn auch ganz gut schaffen werden.*

**Marion Sch., Mutter**



*Ich und meine Kinder lernen jeden Tag wie wir mit Hämophilie umgehen können.*

**Tabita, Mario und Matthias P., Wien**

## Haben Sie noch Fragen?

Wenn Sie noch Fragen zum Coaching haben oder an Einzelcoaching zu ganz persönlichen Anliegen interessiert sind, können Sie sich direkt an unseren Coach wenden:

Mobil: **0664 / 840 53 40**  
mailto: **t.nagy@immer.at**

Wenn Sie Kontakt mit TeilnehmerInnen haben wollen, wenden Sie sich bitte an die Österreichische Hämophiliegesellschaft (ÖHG), Mobil +43 (676) 530 3000

## Gutschein

für 1 Hämophilie-Gruppencoaching

im Wert von

**EUR 50,-**

**Für Sie und Ihre Begleitung kostenlos!**

Gültig und einzulösen am 23. Mai 2012. Es ist keine Barablöse möglich.

## Einladung zur nächsten Hämophilie- Gesprächsrunde



**Thema: Familie, Freunde,  
Beziehungen**

**Mittwoch, 23. Mai 2012**  
18:30 bis 20:00 Uhr

**Landeslinik Salzburg**  
Bildungszentrum (1.Stock, Raum 104)  
(oder Treffpunkt 17.50h: Ambulanz Kinderonkologie, 2.Stock)

Anmeldung:

Tel. 0664 / 840 53 41, Email: [j.kainrath@immer.at](mailto:j.kainrath@immer.at)

Dieses Angebot erfolgt in Zusammenarbeit mit