

Susanne Ackers, Vladimir Bojic

EX-IN: Ausbildung von Psychiatrie-Erfahrenen als GenesungsbegleiterInnen



Erschienen in

**ARCHIV für Wissenschaft
und Praxis der sozialen Arbeit**

Heft 4/2017

Vierteljahresschrift zur Förderung von
Sozial-, Jugend- und Gesundheitshilfe

Herausgegeben von
Prof. Dr. Peter Buttner

Deutscher Verein für öffentliche
und private Fürsorge e. V.
Michaelkirchstraße 17/18
10179 Berlin-Mitte
Tel. 030 629 80-0
Fax 030 629 80-150
www.deutscher-verein.de

EX-IN: Ausbildung von Psychiatrie-Erfahrenen als GenesungsbegleiterInnen

EX-IN ist die Abkürzung für den englischen Begriff „Experienced Involvement“ und kann in etwa mit „Einbeziehung durch Erfahrung“ oder „Beteiligung Erfahrener“ übersetzt werden. Gleichzeitig steht er für ein Konzept, in welchem die Entwicklung von Erfahrungswissen einen innovativen Beitrag zur beruflichen und sozialen Teilhabe in der Gesellschaft findet. Konkret geht es um die Erfahrung der Menschen, welche eine psychische Krise überwunden haben und somit authentisch das Gefühl von Hoffnung und den Glauben an Weiterentwicklung vermitteln können. EX-IN bietet die Möglichkeit, sich als GenesungsbegleiterIn (so der offizielle Titel nach erfolgreichem Abschluss) zu qualifizieren und damit in unterschiedlichen Bereichen der psychiatrischen Versorgung, Aufklärung und Forschung eingesetzt zu werden.

Entwickelt wurde diese bildungspolitische Initiative im Rahmen des Leonardo-da-Vinci-Forschungsprojektes von 2005 bis 2007, an welcher Fachkräfte, Wissenschaftler und Peers/Psychiatrieerfahrene aus Norwegen, Schweden, Niederlanden, England, Slowenien und Deutschland teilnahmen. Gemeinsam hat man Erkenntnisse, Erfahrungen (insbesondere natürlich die der Krisenerfahrenen) sowie Fragen zur alternativen Psychiatrie in den Fokus gestellt, um interkulturell eine gemeinsame Sprache in Form eines Curriculums zu entwickeln. Deutschland fiel dabei eine besondere Rolle zu, da der Bremer Fortbildungsträger F.O.K.U.S.e.V. in Kooperation mit der Universitätsklinik Hamburg-Eppendorf das Projekt initiierte, Fördergelder beantragte und die gesamte Koordination übernahm.

Seit 2008 laufen bundesweit EX-IN-Ausbildungskurse an mehr als 35 Standorten, die auf Grundlage des Curriculums und festgelegter Standards von unterschiedlichen Trägern angeboten werden. In Berlin beispielsweise organisiert und koordiniert die Pinel Stiftung die halbjährlich jeweils im Mai und im November startenden EX-IN-Kurse. Zugleich ist das Netzwerk Pinel mit der Beschäftigung von GenesungsbegleiterInnen in allen Berliner Teams federführend in der ambulanten psychiatrischen Versorgung und Krisenbegleitung.

Die Ausbildung als GenesungsbegleiterIn

In Berlin startete das Netzwerk integrierte Gesundheitsversorgung Pinel (NiG Pinel) im Jahr 2009 mit der trialogischen Begleitung von Menschen in psychischen Krisen. Dabei war die Vorarbeit im Rahmen der trialogisch besetzten Krisenpension seit dem Jahr 2006 ein maßgeblicher Faktor. GenesungsbegleiterInnen und Expert/innen aus Beruf und Ausbildung arbeiten häufig in Tandems mit den Klient/innen und deren sozialem Netzwerk. Die Integration ist also inklusiv gedacht. Neben dem Offenen Dialog¹ spielt dabei die EX-IN-Ausbildung der GenesungsbegleiterInnen eine wichtige Rolle und Grundlage. Nach dem Motto „Nicht ohne uns über uns!“ werden die Klient/innen in die Planung der Begleitung einbezogen.

Der einjährige Kurs beinhaltet insgesamt zwölf Module (250 Stunden), zwei Praktika (insgesamt 120 Stunden) sowie zusätzliche Kleingruppenarbeit für die Erstellung einer schriftlichen Arbeit zur Selbstreflexion, die als Portfolio bezeichnet wird. Im Portfolio werden eigene Qualifikationen, Kompetenzen und Stärken sowie die Ideenentwicklung und Planung von Vorhaben für die Zukunft dargestellt und entworfen.

Die zwölf Module gliedern sich in einen Basis- und einen Aufbaukurs. Der Basiskurs deckt folgende Themenbereiche ab:

- Salutogenese (Gesundheit und Wohlbefinden),
- Empowerment,
- Erfahrung und Teilhabe,
- Trialog,
- Recovery.

Im Aufbaukurs liegen die Schwerpunkte auf:

- Betroffenenförsprache,
- Selbsterforschung,
- Beraten und Begleiten,
- Krisenintervention,
- ganzheitliches Assessment,
- Lehren und Lernen,
- Abschlussmodul/Präsentation.

1 Der Offene Dialog ist vor allem in Finnland aus der bedürfnisangepassten Behandlung zur Therapie psychotischer Erkrankungen entstanden und beschreibt in spezieller Weise, wie in schweren Krisen durch den Einbezug des persönlichen Netzwerkes hilfreich und unterstützend miteinander umgegangen werden kann. Siehe: www.offener-dialog.de.



Susanne Ackers

ist Genesungsbegleiterin beim FID Spandau, EX-IN-Dozentin und aktiv beim exPEERienced e.V. E-Mail: susanne.ackers@pinel.de



Vladimir Bojic

arbeitet als Bezugsbegleiter und Trainer im Netzwerk Integrierte Gesundheitsversorgung Pinel sowie als Heilpraktiker für Psychotherapie in eigener Praxis in Berlin. E-Mail: mail@vladimir-bojic.de

Der EX-IN-Ansatz

Im Folgenden werden vier der Ausbildungsmodul vorgestellt, um exemplarisch ein wenig von der „EX-IN-Philosophie“ zu vermitteln.

Empowerment (Wiedererstarben)

Der Begriff „Empowerment“ ist historisch zurückzuführen auf die Bürgerrechtsbewegung und die damit verbundene Emanzipation der Afro-Amerikaner/innen in den USA in den 1960er-Jahren. Im EX-IN-Modul geht es darum zu erkennen, dass es möglich ist, sich aus eigener Kraft aus der Ohnmacht zu befreien und neue Kräfte zu entwickeln. Im nächsten Schritt werden eigene Bedürfnisse, Wünsche und Interessen geäußert, wobei Bevormundungen aktiv entgegengetreten wird.

Trialog

Im Modul Trialog geht es um die Einübung des Perspektivenwechsels. Angehörige („Expert/innen durch Begleitung“) und Professionelle („Expert/innen durch Beruf und Ausbildung“) werden als Gäste eingeladen, um sich in den Austausch mit den Betroffenen („Expert/innen durch Erfahrung“) zu begeben. Diese Fähigkeit, sich in andere Rollen hineinzusetzen, dient im Gespräch vor allem den GenesungsbegleiterInnen bzw. Dozent/innen.

Recovery

Der Recovery-Ansatz geht grundsätzlich davon aus, dass eine Gesundung – im Sinne eines guten Lebens mit möglichen Beeinträchtigungen – auch bei schwersten seelischen Erschütterungen möglich ist. Dabei ist nicht die Rückkehr zu etwas Gewesenem, sondern das Entwickeln von etwas Neuem das Ziel. Der Genesungsprozess selbst beinhaltet persönliches Wachstum und mit der Zeit die Überwindung einer Krise.

Recoveryorientiertes (oder auch ganzheitliches) Assessment

In Abgrenzung zur defizitorientierten Anamnese, die auf das Einkreisen der Symptome und das Erstellen einer möglichst genauen Diagnose zielt, bezeichnet das recovery-orientierte Assessment die Suche nach der Person als Ganzes. Im Austausch mit den Ratsuchenden geht es um die Entwicklung eines Verständnisses, was in der Krise hilfreich ist, und um das Einüben einer Hilfe zur Selbsthilfe. Das Assessment erkundet individuelle Erfahrungen und „Möglichkeiten für die Zukunft“ und fragt nach Lebenszielen.

In didaktischer Hinsicht liegt der Schwerpunkt auf dem Austausch von Erfahrungsexperte/innen in kleineren Gruppen von drei bis fünf Personen, nachdem zuvor ein thematischer Impuls gesetzt worden ist. Nach den Arbeitsgruppen werden die Ergebnisse im Plenum ausgetauscht und diskutiert. Die Teilnehmenden lernen, von ihren persönlichen Erfahrungen zu abstrahieren und vom „Ich-Wissen“ zum „Wir-Wissen“ zu gelangen. Es werden auch Rollenspiele eingesetzt, insbesondere in der Vertiefung des Perspektivenwechsels bei Kriseninterventionen und dem Beraten und Begleiten.

Die circa 20 Teilnehmenden werden von EX-IN-Tandems moderiert: Jeweils ein Experte/eine Expertin durch Beruf und Ausbildung und ein Experte/eine Expertin durch Erfahrung bereiten die Module vor und führen sie dann durch.

Motivation von GenesungsbegleiterInnen

Auch die Autorin und der Autor dieses Artikels sind EX-IN-Absolvent/innen. Was die Motivation für die Ausbildung war und was sich letztlich daraus entwickelt hat, soll nachfolgend vorgestellt werden.

Susanne Ackers

Ich bin promovierte Kunsthistorikerin mit Spezialisierung auf elektronische Kunst. Von 1989 bis 2009 war ich in diesem Kontext als Forscherin, Dozentin und Managerin tätig. Mein Entschluss, als Krisenerfahrene am Ausbildungsprogramm EX-IN teilzunehmen, führte mich zurück nach Berlin. Ich wollte eine neue Perspektive einnehmen, offen und proaktiv mit meiner Krisenerfahrung umgehen und mich nicht mehr davor verstecken, sondern meine Krisenerfahrung als Kapital sehen, welches mich befähigt, anderen Menschen in Krisensituationen begleitend zur Seite zu stehen.

Während des einjährigen Kurses entwickelte sich mein Umgang mit meiner eigenen Biografie und Krisenerfahrung dahingehend, dass ich immer wieder im Gruppentausch lernte, meine Geschichte zu erzählen. Sie ist nie gleich und doch gibt es eine Haltung, die sich durchzieht: Es ist möglich, mit den Erfahrungen zu leben, und das sogar sehr gut. Unter Berücksichtigung meiner Beeinträchtigungen einerseits und meiner Ressourcen andererseits fand ich zu meinem Vertrauen in mich und in die Welt zurück.

Seit 2014 arbeite ich als Genesungsbegleiterin in der Integrierten Versorgung beim FID Freundeskreis Integrative Dienste gGmbH in Berlin-Spandau. Der FID ist externer Kooperationspartner des Pinel Netzwerks. Weiterhin moderiere ich seit 2016 EX-IN-Kurse als Dozentin und engagiere mich aktiv im dialogischen, betroffenenkontrollierten Verein „exPEERienced – erfahren mit seelischen Krisen“ in Berlin.

Vladimir Bojic

Von EX-IN hörte ich eher zufällig. Ich fand das Konzept interessant und auf den ersten Blick sehr ansprechend, da ich mich damals in einer Phase der beruflichen Neuorientierung befand. Meinen Abschluss zum Heilpraktiker für Psychotherapie sowie eine Ausbildung zum Kynotherapeuten² hatte ich bereits hinter mich gebracht und somit den Grundstein für meine neue berufliche Praxis gelegt. Die Idee jedoch, Klient/innen offen meine Krisenerfahrung zur Verfügung zu stellen und damit bedürfnisangepasst zu arbeiten, bot eine weitere Herausforderung, welche ich schließlich mit der Zusage für den anstehenden Kurs annahm.

Während der EX-IN-Ausbildung bin ich sehr oft gefragt worden, was das eigentlich bedeutet: Genesungsbegleiter bzw. Experte aus Erfahrung. Mein privates Umfeld wusste absolut nichts davon und hatte bislang noch nie etwas davon gehört. Aber auch in Gesprächen mit Fremden, wozu auch Expert/innen durch Beruf und Ausbildung wie Psycholog/innen und Ärzt/innen gehörten, machte ich die Erfahrung, dass zu diesem Thema wenig bis nichts bekannt war. Ich sah mich insofern als Pionier und wuchs in meine Rolle als Aufklärer hinein. Dadurch ließen sich wiederum die verschiedensten Erfahrungen mit Gesprächspartnern machen: Interesse, Neugier, Begeisterung, Skepsis, ja z.T. auch Ablehnung. Ich habe mich durch diese Aufklärungsarbeit immer intensiver mit Teilthemen aus der Ausbildung auseinandergesetzt, um für mich mehr Antworten auf Fragen zu finden, die ich entsprechend in zukünftigen Diskursen nutzen konnte. Das hat mich sehr selbstbewusst gemacht und die EX-IN-Idee noch lebendiger werden lassen.

Im Grunde habe ich durch diesen Prozess die Antwort auf meine Vorstellung vom Beruf des Genesungsbegleiters schon gefunden: Ich bin ein Aufklärer: einer, der neue Ideen einbringt, weil er sie lebt, und das, wovon er spricht, hat Hand und Fuß. Sich das immer wieder zu vergegenwärtigen, ist essenziell. Das stärkt und macht Mut, diesen Weg weiterzuverfolgen. Gleichwohl merke ich, wie sich durch meine überzeugende Haltung die Reaktionen meines Gegenübers verändern können. Selbst wenn Zweifel an der Wirksamkeit eines Genesungsbegleiters bestehen, so verblüffe ich durch das, was ich vertrete.

Literatur

Jahnke, Bettina (2012): Vom Ich-Wissen zum Wir-Wissen – Mit EX-IN zum Genesungsbegleiter, Neumünster.

Knuf, Andreas (2016): Empowerment und Recovery, Köln.

Utschakowski, Jörg (2015): Mit Peers arbeiten – Leitfaden für die Beschäftigung von Experten aus Erfahrung, Köln.

² Tiergestützte Therapie mit Hund.