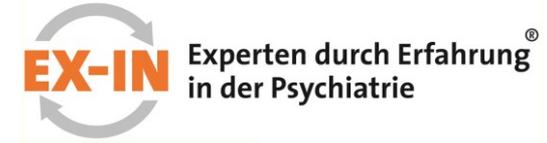


EXperienced INVOLvement



Erfahrungen nutzen
Das psychiatrische Hilfesystem verändern

4.EX-IN – Kurs Heidelberg/Karlsbad

Trainerteam:

Dr. S. Apondo, C. Flader, T. Ruf, K. Völker

EX-IN ist...

Eine Qualifizierungsmaßnahme für Psychiatrie-Erfahrene zur:

- Reflexion von Erfahrung
- Entwicklung von Ich-, Du- und Wir- Wissen
- Aneignung von Wissen, Fähigkeiten und Haltungen, die an Erfahrungswissen anknüpfen und dieses nutzbar machen
- Auseinandersetzung mit Konzepten, Hintergründen und Methoden in der psychiatrischen Arbeit

...mit der Möglichkeit als :

GenesungsbegleiterIn und DozentIn zu arbeiten

Erfahrungswissen als einen notwendigen innovativen Beitrag einbringen in

- Sozial-psychiatrische Angebote
- Aus-, Fort- und Weiterbildung, sowie Forschung

Wie entstand EX-IN?



- Startschuss war das europäische Forschungs-Pilot-Projekt „Leonardo Da Vinci“ (Fachkräfte, Angehörige und Psychiatrieerfahrene aus Europa erforschten von 2005 bis 2007 Fragen alternativer Psychiatrie)
- Dabei sollten die Erkenntnisse und Erfahrungen von Psychiatrieerfahrenen in den Mittelpunkt gestellt werden
- Teilnehmende Länder: Norwegen, Schweden, England, Niederlande, Slowenien und Deutschland
- Seit 2007: EX-IN Qualifizierungsmaßnahme in Deutschland (Bremen)
- Seit 2010: EX-IN Qualifizierungsmaßnahme in Baden-Württemberg (2010: Stuttgart, 2016 Heidelberg, 2017: Südbaden, 2018: Bodensee)



„Experte aus Erfahrung“

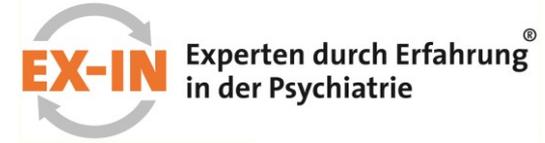
„Ein Experte durch Erfahrung in der Gesundheitsversorgung ist jemand, der aktive Erfahrungen mit Krankheit, Behinderung und/oder psychischen Problemen gemacht hat und der spezifische Kompetenzen erworben hat, mit dieser Krankheit, Behinderung und/oder psychischen Problemen zu leben und mit dem soziokulturellen und institutionellen Kontext, in dem die Krankheit, Behinderung und/oder die psychischen Probleme bedeutsam sind, umzugehen.“

(van Haaster u. Koster 2005)

Strukturierte Qualifizierung als Genesungsbegleiter und Dozenten anhand des EX-IN Curriculums

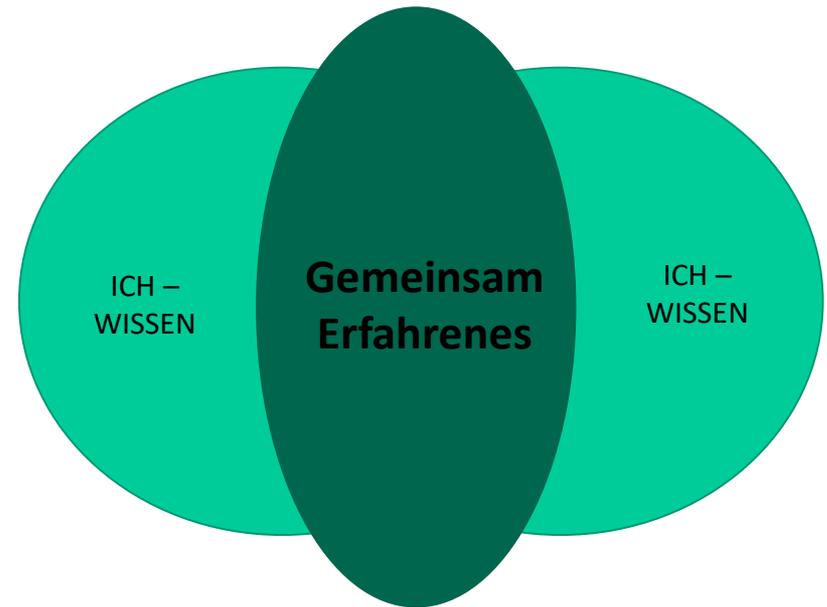
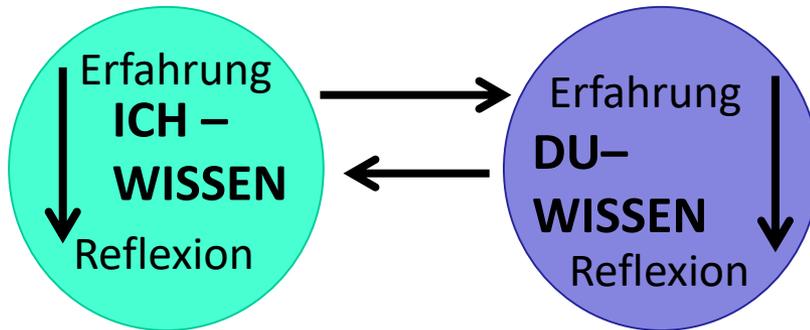
- Gegründet im Mai 2015
 - Ziele:
 - Durchführung von EX-IN-Kursen
 - Verbreitung der EX-IN-Idee
 - Gleichberechtigter Austausch zwischen Betroffenen und Profis
 - Förderung von Kursteilnehmern
 - Mitglieder sind Betroffene, Angehörige und Professionelle
 - Neue Mitglieder sind herzlich willkommen!
-

4. EX-IN Kurs in Heidelberg/Karlsbad

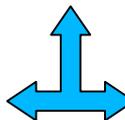


- Beginn voraussichtlich Mai 2020
 - Curriculum und Standards von EX-IN Deutschland e.V.
 - 4 zertifizierte EX-IN Trainerinnen (2 Tandems)
 - Träger: EX-IN Rhein-Neckar e.V. in Kooperation mit der Uniklinik in Heidelberg und dem SRH Klinikum Karlsbad
 - Ort: Klinik für Allgemeine Psychiatrie Heidelberg
SRH Klinikum Karlsbad-Langensteinbach
 - Kurszeiten: Freitag 17-21h, Samstag 9-17h,
Sonntag 9-16h
 - Gesamtteilnehmerzahl: ca. 20-25 Personen
-

EX-IN heißt „Anders lernen“



Gemeinsam Verstandenes
Neue Erfahrung im Kurs

 = **WIR – WISSEN**

EX- IN ist nicht...

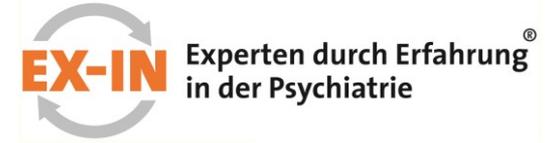
- Gruppentherapie
- Selbsthilfegruppe
- Einfach eine weitere Berufsausbildung
- Eine Arbeitsbörse
- **Die** Antwort auf alle Fragen und Erwartungen

ABER

- Ein Begegnungsraum
- Ein Lernraum
- Ein Entwicklungsraum
- Eine Wende

EX-IN erweitert das Blickfeld und öffnet Türen – EX-IN bewegt.

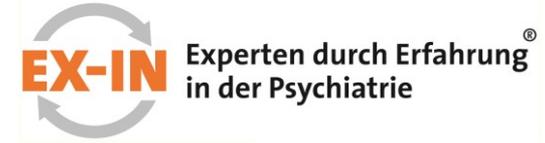
Wichtig, um den Kurs zu machen...



Für Psychiatrie-Erfahrene bzw. Menschen, die Erfahrung mit tiefen seelischen Erschütterungen gemacht haben

- Psychiatrie- /Krisenerfahrung in der Vergangenheit
- Bereitschaft sich in der Gruppe über eigene Erfahrung auszutauschen und Offenheit gegenüber anderen Sichtweisen
- Erfahrung in der Selbsthilfe / Trialog ist wünschenswert
- Alltagsvereinbarkeit
- Personen zum Austausch im privaten Umfeld sind wichtig
- Keine akute Krise oder Sucht
- Finanzierung des Kurses sollte sichergestellt sein (Eigen- oder Fremdfinanzierung)

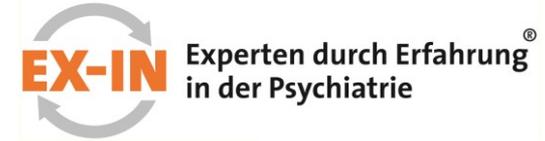
EX-IN Kurs - Bestandteile



Regulär innerhalb 12 Monate, 1 Modul = Fr-So

- 5 Basismodule
- 7 Aufbaumodule
- Vortrag über den eigenen Genesungsweg
- 2 x Praktika und Berichte
- Portfolio
- Abschlusspräsentation

EX-IN Qualifizierung



Basismodule	Aufbaumodule
Gesundheitsfördernde Haltungen (Salutogenese)	Fürsprache
Empowerment in Theorie und Praxis	Selbsterforschung
Erfahrung und Teilhabe	Assessment (Ganzheitliche Bestandsaufnahme)
Perspektiven und Erfahrung von Genesung (Recovery)	Begleiten und Unterstützen
Trialog	Krisenintervention
	Lehren und Lernen
+ zwei Praktika (40 und 80 Stunden), Praktikumsberichte, Abschlusspräsentation und Portfolio (persönliches Profil)	Abschlussmodul

Zertifikatsvoraussetzung

- Teilnahme an den Modulen mit max. 10 % Fehlzeit
- Praktika und -berichte
- Portfolio
- Abschlusspräsentation
- Alle Module bezahlt
- Persönliche Reifung und Eignung

Anderes Tempo

- Einzelne „Bausteine“ können nachgereicht werden
 - Verpasste Module können an anderen Orten kostenlos nachgeholt werden
-

Kosten

- 200 € pro Modul = 2400 € insgesamt
- 50 € für EX-IN Deutschland (Zertifikat)
- Zusätzliche Kosten für Verpflegung und Unterkunft
- Kleine Snacks und Getränke werden gestellt
- Eine Förderung kann beantragt werden

Mögliche Finanzierung durch

- Selbsthilfeträger (Leiter einer Selbsthilfegruppe)
- Dienste, für die man ehrenamtlich tätig ist
- Arbeitsamt/Jobcenter (Einzelfallentscheidung)
- Persönliches Budget, Eingliederungshilfe (Hilfepflichtkonferenz)
- Rententräger (Einzelfallentscheidung)

Was zeichnet EX-IN-ler aus?

- Begegnungen finden auf Augenhöhe statt
- Der Augenmerk richtet sich auf die Stärken
- Sprechen der gleichen Sprache
- Rolle als Schnittstelle, Brücke, Bindeglied
- Sie werden als Hoffnungsträger erlebt
- Unterschiedliche Perspektiven und Lösungsprozesse werden zusammen gebracht und integriert
- Sie stecken jemanden weniger in eine Schuhblade
- Und vieles, vieles mehr...

Beschäftigungsmöglichkeiten

Die beruflichen Einsatzmöglichkeiten sind vielfältig und nach wie vor im Ausbau:

- Einsatzorte: Stationäre und ambulante Bereiche
- Aus- und Weiterbildung
- Forschung

Klinik (Akutstation bis Ambulanz), Tagesklinik, Tagesstätte, Reha-Einrichtungen, (ambulant) Betreutes Wohnen, Heim, Sozialdienst, Ämter, Krisenpensionen, Home-Treatment, Soteria, Peer-Beratung, Praxis, Selbständig, Lehre / Fortbildung

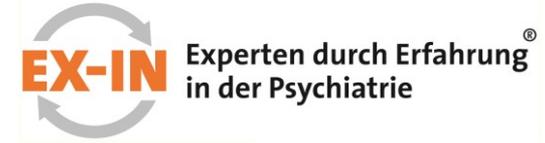
Die tatsächliche Arbeit hängt sehr stark vom jeweiligen Einsatzort, Einrichtung und dem EX-IN'ler selbst ab

Mögliche Arbeitsaufgaben...

...eines/r EX-IN-Genesungsbegleiters/in

- Alltagsstrukturierung
- Aktivitäten
- Unterstützung bei Behördengängen und Einkauf
- Gespräche
- Gruppenteilnahmen – oder leitungen
- Deeskalationsgespräche
- Hilfe bei therapeutischen Arbeitsblättern, Gruppen oder Aufgaben

Herausforderungen / Chancen



- Rollenfindung
 - Ehemaliger Patient bzw. Behandler wird zum Kollegen
 - Position gegenüber „Mitpatienten“/Klienten verändert sich
- Vorurteile (von allen Seiten)
- EX-IN „entsteht“ durch persönliche Begegnung
- Noch gibt es wenige Stellen mit eindeutigen Aufgaben

Sonstige Möglichkeiten

- In den alten Beruf
- Neue Ausbildung
- Neue Job-Initiative

- Eigene Selbsthilfegruppe
- Ehrenamt
- Mitarbeit in politischen Gremien
- Mitarbeit bei EX-IN Rhein-Neckar e.V. , Landesverband oder EX-IN Deutschland e.V.

Bewerbung

Sie finden am Ausgang, sowie auf der Homepage, eine Übersicht mit den wichtigsten Daten und Informationen.

- Schriftliche Bewerbung mit Bewerbungsunterlagen
 - Kurzes Anschreiben
 - Ausgefüllter Bewerbungsbogen
 - Lebenslauf mit Krisenerfahrung
- bis 31.01.2020 an alle Trainerinnen, vorzugsweise per Email
- Teilnahme an zwei Bewerbungstagen (7. und 28. März 2020)
- Abschicken der Zusagen und Verträge: 1-2. Aprilwoche 2020

Bewerbungsbogen

- Was sind Ihre Beweggründe an einem Kurs teilzunehmen?
- Welche Perspektiven möchten Sie sich mit EX-IN erarbeiten?
- Haben Sie Vorstellungen die psychiatrischen Einrichtungen zu verändern?
- Haben Sie Erfahrung mit Dialog/Selbsthilfe?
- Verfügen Sie über Erfahrungen als Profi/Ehrenamtliche?
- Haben Sie Erfahrungen mit psychisch kranken Angehörigen?
- Wie haben Sie vor den Teilnehmerbeitrag aufzubringen?
- Haben Sie jemanden mit dem Sie sich über den Kurs austauschen können?

Literaturempfehlung

- Jörg Utschakowski (Hg.), Gyöngyvér Sielaff (Hg.), Thomas Bock (Hg.): Vom Erfahrenen zum Experten. Wie Peers die Psychiatrie verändern. Psychiatrie Verlag, 5. Aufl. 2013
- Bettina Jahnke: Vom Ich-Wissen zum Wir-Wissen. Mit EX-IN zum Genesungsbegleiter. Paranus Verlag 2013
- Michaela Amering: Recovery: Das Ende der Unheilbarkeit. Psychiatrie Verlag, 5. Aufl. 2012
- Peter N. Watkins: RECOVERY - wieder genesen können. Verlag Hans Huber, 1. Aufl. 2009

Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit und Ihr
Interesse!

Zeit für Fragen 😊