



Recovery und Peerarbeit

Das heilsame Potential von
Verständnis, Wertschätzung und
Hoffnung in der Begegnung.

pro mente sana

Abstract

- Psychische Erkrankung aktiviert Angst und Scham beim betroffenen Menschen. Anpassung, Vermeidung und Rückzug sind häufige Folgen. Die Erfahrung einzelner Menschen entgegen den Erwartungen wieder zurück in aktive und selbstbestimmte Teilhabe zu kommen hat Hoffnung gesät. Ermutigung und Hoffnung werden zum Schlüssel für die Aktivierung von Recovery Wegen. Ein Veränderungsprozess, der auch zu einem Wandel professioneller Haltung führt. Welche Erkenntnisse wir aus diesem Prozess gewinnen, ist Thema in diesem Vortrag.

Schwere psychische Erkrankungen

- Zu allen Zeiten in allen Kulturen
 - Fremd und bedrohlich
- Behandlungsgeschichte/Symptombekämpfung
 - Dauerbäder, Insulinschock, Elektrokrampf, Zwangssterilisation, Lobotomie, Psychopharmaka
 - Menschen an den Rand gestellt
- Tabu und Stigma
 - Scham und Angst
- Unheilbarkeit und Chronizität
 - Anpassung und Vermeidung

Wider Erwarten: Recovery

- Recovery: Einzelne Menschen machen ihre Geschichte öffentlich, bekennen sich zu ihrer Diagnose/Erkrankung und beschreiben ihren Gesundungsweg
 - Patricia Deegan, Daniel B. Fisher, Dorothea Buck, Ortrud Grön, ...
- Hoffnung und Ermutigung
 - Erkenntnis: Gesundung ist möglich!
 - Frage: was braucht es dafür?

Projektidee: Experienced Involvement

- Das Projekt basiert auf der **Überzeugung**, dass Menschen, die psychische Krisen durchlebt haben, diese Erfahrungen nutzen können, um andere in ähnlichen Situationen zu verstehen und zu unterstützen.
- **Ziel:** Experten durch Erfahrung zu qualifizieren und sie dann aktiv einbeziehen z.B. als Genesungsbegleiterin (Recovery), als Dozierende, Leiterin oder Co-Leiterin von Gesprächsgruppen, Selbsthilfegruppen u.a.m.

Experienced Involvement Entwicklung

- EX-IN ist ein mit EU – Mitteln finanziertes Projekt, welches 2005 unter Mitwirkung von verschiedenen Staaten (England, Slowenien, Norwegen, Schweden, Niederlande, Deutschland) entwickelt worden ist
- 2005 bis 2007 Entwicklung und Durchführung eines modularen Weiterbildungscurriculums im Rahmen Pilotprojektes
- Aufbau und Ausbau von EX-IN – Ausbildungen in verschiedenen Regionen Deutschlands und der Niederlande
- 2008 – 2009 Peer-Weiterbildung der Pro Mente Sana
- 2010 – 2012 Pilotstudiengang Experienced Involvement an der Berner Fachhochschule für Gesundheit BFH
- 2012 – 2014 Folgestudiengang Experienced Involvement
- ab 2014 EX-IN/Peer Weiterbildungen durch PMS und den Verein EX-IN Bern

Modulare Weiterbildung

- Basismodule/Recovery Fundamente
Gesundheit und Wohlbefinden – Empowerment –
Recovery – Erfahrung und Teilhabe – Dialog –
Selbsterforschung
- Aufbaumodule/Peer Qualifikation
Lehren und Lernen – Fürsprache und rechtliche
Grundlagen – Beraten und Begleiten – Recovery
orientiertes Assessment – Krisenintervention –
Portfolio/Abschluss

Qualität von Peer Weiterbildung

- Erfahrungen teilen
- eigene Erfahrung ist bedeutsam
- Gegenseitige Wertschätzung
- Ermutigung erfahren
- Was hat individuell gut getan
- Nachdenken über lebensgeschichtliche Zusammenhänge
- Gemeinsam Fragen stellen
- Individueller Bedeutung auf die Spur kommen

Peer Ressourcen

- Gemeinschaft erleben
- Ängste und Scham überwinden
- Austausch und Wertschätzung
- Gemeinsame Reflektion
- Bezüge herstellen und Ermutigung erfahren
- Regelmäßiges und Muster erkennen
- Vertrauen gewinnen
- Neue Erkenntnisse / Sinn finden

Recovery und Peer – Arbeit öffnet neue Türen

- Beginn der Auflösung von Tabuisierung und Stigmatisierung
- Ermutigung zur Begegnung mit Erfahrung
 - Wiedergewinnung des Vertrauens in die eigene Lebendigkeit
- Verständnisgewinn
- Veränderung im Krankheitsverständnis
- Wandlung der Behandlungskultur

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Weiterführende Literatur:

- Michaela Amering, Margit Schmolke (2007): Recovery – Das Ende der Unheilbarkeit. Psychiatrie Verlag
- Jörg Utschakowski, Gyöngyvér Sielaff, Thomas Bock(2009): Vom Erfahrenen zum Experten: Wie Peers die Psychiatrie verändern. Psychiatrie Verlag
- Bettina Jahnke (2012): Vom Ich-Wissen zum Wir-Wissen. Mit EX-IN zum Genesungsbegleiter. Paranus Verlag
- Michael Schulz, Christian Burr, Andréa Winter, Gianfranco Zuaboni (2013): Recovery in der Praxis. Voraussetzungen, Interventionen, Projekte. Psychiatrie Verlag
- Thomas Bock, Kristin Klapheck, Friederike Ruppelt (2014): Sinnsuche und Genesung. Erfahrungen und Forschungen zum subjektiven Sinn von Psychosen. Psychiatrie Verlag
- Bettina Jahnke (2014): EX-IN Kulturlandschaften. Zwölf Gespräche zur Frage: Wie gelingt Inklusion? Paranus Verlag