

EX-IN

Einbindung von Psychiatrie-Erfahrenen

Soziales | Gesundheit | Bildung | Kultur | Umwelt | Heimatpflege

Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Expertengremium EX-IN Oberbayern

- Rita Ruppert (Genesungsbegleiterin)
- Susanne Stier (Genesungsbegleiterin)
- Dr. Michael Herrmann (Genesungsbegleiter)
- Rudolf Starzengruber (Genesungsbegleiter)
- Eva Ziegler-Krabel (Geschäftsführender Ausschuss Trialogische Arbeitsgemeinschaft Bayern)
- Ruth Weizel (Geschäftsführender Ausschuss Trialogische Arbeitsgemeinschaft Bayern + Vertreterin kbo)
- Prof. Dr. phil. Manfred Cramer (Wissenschaftliche Begleitforschung Projekt EX-IN Bezirk Oberbayern)
- Marlies Podechtl (Sprecherin Fachausschuss Psychiatrie der ARGE Freie Oberbayern)

- Andreas Ammer (Fachdienstleitung Sozialpsychiatrische Dienste Caritas Zentrum Schleißheim-Garching)
- Renate Frey (Leitung SPD Di München-Neuhausen)
- Georg Knufmann (Leitung SPD Di Ebersberg)
- Stephanie Kramer (GF Bündnis gegen Depression, München)
- Eva Kraus (Abteilungsleitung Sozialpsychiatrie, kbo-Sozialpsychiatrisches Zentrum gemeinnützige GmbH)
- Elfriede Steininger, Andreas Grauer (kbo-Sozialpsychiatrisches Zentrum)
- Daniela Meier (SPD Di Ebersberg)
- Edmund Schweikl (Bezirk Oberbayern)
- Hermann Stemmler (Bezirk Oberbayern)
- Ute Wilhelmi (Bezirk Oberbayern)

- Was kennzeichnet Erfahrungsexperten im Gesundheitsbereich, die in der Lage sind, expertenhaft zu handeln?
- Van Haaster und Koster definieren Experten durch Erfahrung folgendermaßen:

„Ein **Experte durch Erfahrung in der Gesundheitsversorgung** ist jemand, der

- aktive Erfahrung mit Krankheit, Behinderung und/oder psychischen Problemen hat,
- der spezifische Fähigkeiten erworben hat, damit zu leben und im soziokulturellen oder institutionellen Kontext, in dem die Krankheit, die Behinderung und/oder die psychischen Probleme bedeutsam werden, umzugehen.“

Van Haaster/Koster (2005)

Allgemeines aus Praxis und Theorie

- In der psychiatrischen Praxis erleben wir immer wieder, dass Unterstützungsangebote oftmals nicht angenommen werden und keine Verbindung zu den Erfahrungswelten der Klientinnen und Klienten besteht.
- Die Zusammenarbeit jedoch mit ausgebildeten Genesungsbegleitern kann eine neue Qualität der Unterstützung bieten, die zudem lebensnah, lebensorientiert und nicht stigmatisierend ist.
- Das wichtigste Element dieser Tätigkeit ist der Austausch mit Menschen, die ähnliche Krisen durchlebt haben. Mit diesem Erfahrungswissen als Genesungsbegleiter ist eher möglich, eine gemeinsame Sprache zu finden und eine von Akzeptanz, Verständnis und Empathie getragene Beziehung einzugehen.

- Die Zusammenarbeit mit ausgebildeten Genesungsbegleitern und die damit verbundenen Veränderungen sind für viele Angestellte und Führungskräfte aus dem Sozial- und Gesundheitswesen neu, was nicht selten zu Verunsicherung führt.
- Wir wissen aus dem Projekt und auch aus der Praxis, dass die Beteiligung von Genesungsbegleitern Mitarbeitende ebenso fordert wie bestehende Strukturen, Leitlinien und Methoden einer Organisation.
- Auch wir wissen, dass **Supervision** für GB sehr wichtig ist und zum Gelingen von EX-In beiträgt.

Bislang wurden Supervisionen für GB vorgehalten, welche anteilig von am Expertengremium bzw. der am Projekt beteiligten Einrichtungen und dem Bezirk Oberbayern finanziert wurden.

Die Notwendigkeit dieser Supervisionen wird von allen Beteiligten (nicht nur) des Expertenkreises bestätigt. Allerdings ist hierfür zukünftig ein geeigneter transparenter und verbindlicher Rahmen zu schaffen.

Von daher plant das Expertengremium ein Supervisions-Modell-Projekt auf den Weg zu bringen, in dem auch Parallelangebote bzw. Bedürfnisse an Supervision über den Standort München hinaus, d.h. auch in den Landkreisen bzw. übrigen Planungsregionen stattfinden können.

Vielfalt von Genesungsbegleitung

Zahlreiche Untersuchungen aus den USA zur beruflichen und persönlichen Entwicklung von Peers (Gleichgesinnte) zeigen auf:

- Die Arbeit der Peers sensibilisiert bei diesen Personen das Verständnis und das Bewusstsein für Bedingungen und Zustände psychischer Gesundheit.
- Peers berichten über eine Steigerung der eigenen Fähigkeit zur Selbsthilfe.
- Die Arbeit als Peer motiviert zur Selbstreflektion in der Auseinandersetzung mit anderen psychisch kranken Menschen.
- Die eigenen Bedürfnisse und inner-psychischen Vorgänge werden bewusster.

- Die Arbeit als Peer führt zu mehr Stabilität und weniger ausgeprägten Stimmungsschwankungen.
- Peers erleben durch ihre Arbeit einen erheblichen Anstieg positiver Emotionen. Gefühle wie Freude, Glück und Spaß, welche eine lange Zeit vor der Arbeit als Peer nicht mehr erlebt wurden, sind seitdem Teil des Gefühlslebens
- Selbstvertrauen und Selbstwert werden durch die Arbeit als Peer gesteigert.
- Symptome werden weniger versteckt oder ignoriert.
- Die Auswirkungen von erfahrener Diskriminierung werden leichter ertragen.
- Erlebt wird ein „erheblicher Zugewinn an sozialen Beziehungen und dauerhaften Freundschaften“.