

# sozialpsychiatrische informationen

Sonderdruck

Autorin: Ramona Freitag  
Seiten 30–32

## Experienced Involvement – EX-IN Einbeziehung Psychiatrie-Erfahrener als Experten aus Erfahrung

**Zusammenfassung** EX-IN ist ein europäisches Pilotprojekt, bei dem Psychiatrie-Erfahrene zu Psychiatrie-Experten aus Erfahrung ausgebildet werden, um in die professionelle Genesungsbegleitung oder als Dozenten eingesetzt zu werden.

EX-IN basiert auf dem Erfahrungswissen der Teilnehmer. Das vielfältige Wissen und die Erfahrungen Psychiatrie-Erfahrener im Umgang mit schweren Krisen und psychischer Erkrankung macht sich EX-IN zunutze.

Was in anderen Ländern bereits Standard ist, muss in Deutschland noch wachsen. Die Einbeziehung von Psychiatrie-Erfahrenen in professionelle Hilfsangebote muss Standard werden. Die Verfasserin schildert außerdem ihr eigenes Erleben während und mit dieser Ausbildung.

ISSN 0171 - 4538

**Verlag:** Psychiatrie Verlag GmbH, Thomas-Mann-Str. 49a,  
53111 Bonn, Tel. 0228 725340, Fax 0228 7253420  
www.psychiatrie-verlag.de, E-Mail: verlag@psychiatrie.de

**Erscheinungsweise:** Januar, April, Juli, Oktober

**Abonnement:** jährlich 36,- Euro einschl. Porto, Ausland 42,- Euro

Das Abonnement gilt jeweils für ein Jahr. Es verlängert sich automatisch, wenn es nicht bis zum 30.9. des laufenden Jahres schriftlich gekündigt wird. **Bestellungen nimmt der Verlag entgegen.**

**Redaktionsanschrift:** Sozialpsychiatrische Poliklinik der Medizinischen Hochschule Hannover  
Podbielskistraße 158, 30177 Hannover  
Redaktionssekretariat: Peter Weber, Tel. 0511 1238282, Fax 0511 1238299  
E-Mail: si@psychiatrie.de

**Redaktion:**

Michael Eink, Hannover  
Hermann Elgeti, Hannover  
Helmut Haselbeck, Bremen  
Gunther Kruse, Langenhagen  
Sibylle Prins, Bielefeld  
Renate Schernus, Bielefeld

Ulla Schmalz, Düsseldorf  
Ralf Seidel, Mönchengladbach  
Annette Theißing, Hannover  
Peter Weber, Hannover  
Dyrk Zedlick, Glauchau

# Experienced Involvement – EX-IN

## Einbeziehung Psychiatrie-Erfahrener als Experten aus Erfahrung

Autorin: Ramona Freitag



**Zusammenfassung** EX-IN ist ein europäisches Pilotprojekt, bei dem Psychiatrie-Erfahrene zu Psychiatrie-Experten aus Erfahrung ausgebildet werden, um in die professionelle Genesungsbegleitung oder als Dozenten eingesetzt zu werden.

EX-IN basiert auf dem Erfahrungswissen der Teilnehmer. Das vielfältige Wissen und die Erfahrungen Psychiatrie-Erfahrener im Umgang mit schweren Krisen und psychischer Erkrankung macht sich EX-IN zunutze.

Was in anderen Ländern bereits Standard ist, muss in Deutschland noch wachsen. Die Einbeziehung von Psychiatrie-Erfahrenen in professionelle Hilfsangebote muss Standard werden. Die Verfasserin schildert außerdem ihr eigenes Erleben während und mit dieser Ausbildung.

Der Grundstein des Peer-Counseling<sup>1</sup> wurde bereits in den 1960er- und 70er-Jahren von schwerstbehinderten Menschen in den USA gelegt, die den Übergang von Anstalten ins »normale« Leben in der Gesellschaft anstrebten. Behinderte Menschen gaben ihre Lebenserfahrungen an andere Menschen weiter und entwickelten eigene Weiterbildungsprogramme, um ihre Beratungskompetenzen methodisch zu verbessern und zu erweitern. Peers werden inzwischen auch gern von Institutionen wie lokalen Behörden und Arbeitgebern konsultiert.

Eine der wesentlichen Grundannahmen ist, dass jeder Mensch, der die Gelegenheit dazu bekommt, die meisten seiner eigenen Probleme des täglichen Lebens selbst lösen kann. Die Aufgabe des Peer-Beraters besteht vor allem darin, aufmerksam und akzeptierend zuzuhören und Menschen zu helfen, ihre eigenen Fähigkeiten weiterzuentwickeln und ihre Probleme selbst zu bewältigen.

Das wird dadurch erleichtert, dass der Berater, Peer Counselor, selbst behindert ist und zu seinen körperlichen, geistigen oder seelischen Einschränkungen steht, woraus sich eine größere Vertrauensbasis entwickelt. Behinderte Ratsuchende können den Peer in einer Modell-Rolle wahrnehmen, die motivierend zur Bewältigung ihrer eigenen Schwierigkeiten wirken kann. Dem Hilfesuchenden wird ein empathisches, d. h. einführendes, wertfreies Zuhören gewährleistet.

Die Vorbildrolle schafft Motivation. Einführendes Zuhören bewirkt gegenseitige Akzeptanz und Wertschätzung. Eine nicht direktive Beratung führt zu mehr Selbstverantwortung und Eigenaktivität. Im Mittelpunkt steht immer der Ratsuchende und nicht der Kostenträger.

Experienced Involvement bedeutet die »Einbeziehung von Betroffenen (Psychiatrie-Erfahrenen)« in den Genesungsprozess anderer Psychiatrie-Erfahrener. Es handelt sich um das Leonardo da Vinci-Projekt, einem europäischen Pilotprojekt, in dem während einer einjährigen Fortbildung Psychiatrie-Erfahrenen Kompetenzen vermittelt werden, um später als Mitarbeiter, Genesungsbegleiter und -helfer oder -berater sowie Dozenten in psychiatrischen Diensten und der Bildungsarbeit oder in der Forschung tätig sein zu können.

Partnerschaften bestehen u. a. zur Baerum Community (Gemeindeverwaltung, Norwegen), Change Birmingham<sup>2</sup> (England), F.O.K.U.S Bremen, IGPP<sup>3</sup> Amsterdam (Niederlande), Psychiatrie Süd-Stockholm (Schweden), University College Oslo (Norwegen), University Ljubljana (Slowenien), Universitätsklinik Hamburg-Eppendorf, University Maastricht (Niederlande).

Die Basis dieser Fort- bzw. Ausbildung begründet sich auf dem eigenen Erfahrungswissen. Während der Ausbildung geht es darum, der »Ver-rückung« einen individuellen

und kollektiven Sinn zu geben, bei der die Auseinandersetzung mit Erklärungsweisen und Methoden ein hoher Stellenwert zuteil wird. Aus dem individuellen Ich-Wissen heraus entwickeln die Teilnehmer während der Ausbildung ein Wir-Wissen.

EX-IN versteht sich nicht als Ersatz oder Konkurrenz zu den professionellen Hilfsangeboten, sondern als Ergänzung. EX-IN soll außerdem zu einer Statusverbesserung hinsichtlich Qualifikation und Einkommen führen. Sehr viele Psychiatrie-Erfahrene arbeiten bereits seit Jahren zuverlässig und erfolgreich in ehrenamtlichen Bereichen.

Bei der Erforschung und Behandlung psychiatrischer Erkrankungen und Störungen wird den Erfahrungen Betroffener meist kein Gehör verschafft. Psychiatrie-Erfahrene verfügen jedoch über ganz eigene individuelle Wege und Methoden, die sie im Laufe der Jahre und Jahrzehnte im Umgang mit ihren psychischen Beeinträchtigungen und Krisen entwickelt haben. Diese eigenen Wege haben sie weder durch Medikamente noch sonstige Therapien für sich entdeckt und bieten ein breites Spektrum genesungsfördernder Ergänzung zu den traditionellen Hilfsangeboten.

»Helfendes Wissen mit-teilen« von Erfahrenen zu Erfahrenen, aber auch zu professionellen Helfern und Angehörigen kann eine Lücke schließen, die bislang unausgefüllt geblieben ist.

Die EX-IN-Ausbildung ist ressourcenorientiert ausgerichtet und begegnet so der bislang eher defizitären Medizin mit einem Angebot positiver Energie, die es oftmals gilt wieder zu wecken. Diese reichhaltigen Ressourcen, die psychiatrie-erfahrene Menschen zu bieten haben, wurden in Deutschland bisher nicht in professionelle Angebote eingebunden und genutzt. Strategien von Erfahrenen blieben bislang unberücksichtigt.

Was im Suchtbereich schon selbstverständlich ist, nämlich dass man sich des professionellen Erfahrenenwissens auch gegen entsprechende Honorierung bedient, ist in anderen psychiatrischen Bereichen nach wie vor eine Grauzone. Allenfalls wird Psychiatrie-Erfahrenen die ehrenamtliche Tätigkeit zugestanden, bei der oftmals nicht einmal die Auslagen erstattet werden. Dieser wird sich inzwischen gern bedient (u.a. Selbsthilfe, Vorträge, Artikel für Zeitschriften und Zeitungen, Interviews u. a.)

Einige wenige Institutionen bedienen sich inzwischen auch gegen entsprechende Honorarleistung dem Erfahrenenwissen. Psychiatrie-Erfahrene können eine Brücke zwischen Menschen, die sich in schweren Krisen befinden, und den professionellen Helfern bilden. Sie schließen somit eine Lücke, die häufig zwischen den in medizinischen Bereichen beruflich Tätigen und Psychiatrie-Erfahrenen bzw. Betroffenen entsteht, weil auf der Helferseite das Erfahrenen-Wissen fehlt.

Da heißt es des Öfteren »Am meisten lernt der Arzt von seinen Patienten«. Jedoch wurde dieser Gedanke bisher nie so recht zu Ende gedacht. Die professionelle Einbeziehung Psychiatrie-Erfahrener beschränkte sich bisher auf die unentgeltlichen Tätigkeiten, die sicherlich unentbehrlich sind und auch weiterhin große Wertschätzung verdienen. Andererseits sollte sich dem Erfahrenen-Wissen auf Dauer auch gegen angemessene Entlohnung bedient werden.

Durch die einjährige Fortbildung wird engagierten Psychiatrie-Erfahrenen das Rüstzeug in die Hand gegeben, um in dieser bislang in Deutschland ungenutzten Nische tätig werden zu können. Die Psychiatrie-Erfahrungen sind, entgegen sonstigen Bewerbungen, hier sehr wichtig. Das Ausbildungskonzept erfordert es jedoch, dass die Bewerber eine gewisse Zeit stabil sind.

Die Ausbildung besteht aus elf themenorientierten Modulen (z.B. Empowerment,

Recovery, Dialog, Beratung und Begleitung u. a.). Neben den Modulen müssen zwei Praktika in Einrichtungen absolviert werden, die sich mit psychisch kranken Menschen befassen, sowie ein Portfolio und eine Abschlusspräsentation erstellt werden. Für die Erstellung des Portfolios finden zusätzliche Treffen in Kleingruppen statt.

Die Ausbildung basiert auf Selbstreflexion. Rollenspiele sowie intensiver Erfahrungsaustausch dominieren die Module. Theoretisch vermitteltes Wissen bildet den Rahmen. Ziel ist es, vom Ich-Wissen zum Wir-Wissen zu gelangen. Am Ende des Lehrgangs erhalten die Teilnehmer ein Zertifikat. Mehr als 10%ige Fehlzeiten können im Folgelehrgang nachgeholt werden.

Die ersten Module gaben mir enormen Auftrieb, ohne dass ich abhob (Manie). Es war ein Stückweit Schulbank drücken mit Gleich- oder Ähnlichgesinnten, mit Menschen, die sowohl vergleichbare als auch ganz andere Erfahrungen machten. Alle waren gleich motiviert, den Lehrgang mit seinen teilweise aufwendigen Aufgabestellungen zu bewältigen.

An drei aufeinanderfolgenden Tagen sieben bis acht Stunden Lehrgang durchzuhalten, war für viele eine Herausforderung. Die Belastbarkeit jedes Einzelnen wurde streckenweise auf die Probe gestellt.

Es herrschte ein sehr großes Vertrauensfundament. Und trotzdem wurde auch immer wieder kontrovers diskutiert. Ich erlebte EX-IN einmal mehr als sehr bereichernd und lebendig, voller Gegensätze und gegenseitigem Verständnis.

Es ist weder mit der Selbsthilfe noch mit professionellen Therapien oder sonstigen Angeboten für psychisch kranke Menschen vergleichbar. Ich habe nie vorher aus Lehrgängen oder Therapieangeboten so viel Motivation und Einbringung der eigenen Person erlebt. Es war ganz schlicht eine Erfahrung der ganz besonderen Art.

Ich bin sehr froh, an EX-IN teilgenommen haben zu können. Es war eine ganz besondere »Psychiatrie-Erfahrung« als Psychiatrie-Erfahrene, die ich inzwischen seit mehr als drei Jahrzehnten bin. Ein sehr wertvolles und positiv intensives Erfahrungsjahr ist beendet.

Während der Praktika, die ich in Kliniken auf psychiatrischen Stationen absolvierte,

konnte ich herausfinden, wie ich mich künftig zwischen den professionellen Helfern und den Patienten positionieren will. Hier wurde auf allen Seiten Neuland betreten. Die Profis wussten nicht, wie weit sie mich in den Genesungsprozess der Patienten einzubinden bereit sind (z.B. Akteneinsicht), und ich musste meine eigenen Grenzen zwischen Team und Klientel finden. Das war keine leichte Aufgabe. Am Ende der Praktika wurden diese als Bereicherung für das Team erlebt. Für mich waren sie ein großer Gewinn.

Die Stelle des Genesungsbegleiters ist bislang nahezu in allen psychiatrischen Bereichen unbesetzt. Ich wünsche mir, mit meinen eigenen Recovery- und Empowerment-Erfahrungen sowie dem Starter-Kit, das ich aus der EX-IN-Ausbildung mitgenommen habe, dazu beitragen zu können, diese bisherige Lücke ein Stückweit zu schließen.

Kürzlich erfuhr ich von einer Stellenausschreibung für Genesungsbegleiter im Teilzeitjob in einer Berliner Klinik. Wir dürfen also hoffen, dass sich das Konzept weiter ausbreitet. Die Anfänge sind gemacht.

Was sich in anderen europäischen Ländern bereits etabliert und durchgesetzt hat, ist in Deutschland noch die große Ausnahme. Im Süddeutschen Raum konnte man teilweise keine Träger finden, um EX-IN-Lehrgänge anzubieten. Die Erfahrungen, Psychiatrie-Erfahrener professionell einzusetzen, war undenkbar. Es war für die Teilnehmer von EX-IN kein Problem, einen Praktikumsplatz zu bekommen. Die Resonanz der professionellen Helfer war überwiegend positiv. Die Klienten haben die angehenden Genesungshelfer als Bereicherung empfunden, eben genau aus dem Grund, warum es sinnvoll ist, Psychiatrie-Erfahrene in psychiatrisch helfenden und unterstützenden Bereichen professionell einzusetzen. Nur Menschen, die selbst schwere psychische Krisen durchlebt haben, können nachvollziehen, wie Menschen schwere psychische Krisen und Psychosen erleben. Die theoretisch angelegte Empathie durch professionelle Helfer wird durch die authentische Empathie von Psychiatrie-Experten aus eigener Erfahrung sinnvoll ergänzt, ohne den Anspruch zu erheben, sie ersetzen zu wollen. Beide können sich gegenseitig positiv bereichern und haben ihre Berechtigung. Sie können nebeneinander konkurrenzlos bestehen und sich gegenseitig wertschätzen lernen.

Durchweg alle Teilnehmer in EX-IN-Berlin 2009/2010 haben die Ausbildung als Bereicherung und Entwicklungsfortschritt empfunden. Wir sind wertschätzend und empathisch miteinander umgegangen und haben viel hinterfragt. Die stete Reflexionsarbeit, die hier geleistet wurde, veranlasste einen Teilnehmer zu der von ihm so empfundenen Aussage »ein Tag EX-IN ist so intensiv wie eine Woche *normale* Ausbildung«.

Psychiatrie-Erfahrung als Berufskompetenz, die Mitarbeit Psychiatrie-Erfahrener mit ihren ganz individuellen Erfahrungswerten im psychosozialen System: Das ist nun auch

in Deutschland keine Zukunftsmusik mehr. In unseren europäischen Nachbarstaaten wie Großbritannien, den Niederlanden oder Norwegen sind Psychiatrie-Experten aus Erfahrung bereits im selbstverständlichen und entgeltlichen Einsatz der psychiatrischen Versorgung tätig.

#### Anmerkungen

1 Peer = Bezugsperson, bezieht sich auf Menschen, die gleich sind, Gleichgestellter, Gleichrangiger – Menschen, die gleiche Erfahrungen haben; Counseling = Beratung, Empfehlung

2 Choice and Alternatives for Growth and Experience – Wahlmöglichkeit und Alternativen für Wachstum und Erfahrung – Organisation von Psychiatrie-Erfahrenen und Professionellen  
3 Institut für Forschung, Entwicklung und Ausbildung Amsterdam

#### Die Autorin

**Ramona Freitag**

EX-IN Berlin  
Berlin-Steglitz