

Ex-In Göttingen-Süd niedersachsen

Auskunft erteilt: Bettina Wenzel

Tel: 0151 – 23 20 19 95

Mail: ex-in-goettingen@gmx.de

Göttingen, 17.08.2021

Mit Erfahrungswissen seelisch Krisenerfahrene unterstützen

Seit 2008 gibt es in der Bundesrepublik die Qualifizierung zur Genesungsbegleitung. Genesungsbegleiterinnen und Genesungsbegleiter sind Menschen, die lebens-einschneidende seelische Krisen erleben. Im Rahmen der EX-IN Qualifizierung haben sie ihre Erfahrungen reflektiert und durch den Austausch mit anderen Kursteilnehmenden angereichert. „EX-IN“ steht für „Experienced Involvement“ und bedeutet, Menschen mit dieser gelebten Erfahrung einzubeziehen. Genesungsbegleiter werden in psychiatrischen und sozialen Arbeitsfeldern eingesetzt, um ähnlich Betroffenen zur Seite zu stehen.

Ab März 2022 soll ein erster EX-IN Kurs nun auch in Göttingen-Süd niedersachsen angeboten werden. Auch im Landkreis Northeim wurde die Qualifizierung im Sozialpsychiatrischen Dienst und im Sozialpsychiatrischen Verbund vorgestellt. Dieser Kurs wird von einem zertifizierten Trainerinnen-Tandem geleitet, wobei eine Dozentin einen Betroffenenhintergrund und eine erfolgreich abgeschlossene EX-IN Qualifizierung und die andere Dozentin einen Hintergrund als Fachkraft in gemeindepsychiatrischen Arbeitsfeldern mitbringt. Beide sind von EX-IN Deutschland e. V. zertifiziert. Der Kurs findet im Rahmen dreitägiger Module einmal im Monat über einen Zeitraum von einem Jahr statt. Zwei Praktika, Supervision und die Anfertigung eines Portfolios runden das Bildungsangebot ab. Derzeit laufen im August und September 2021 die unverbindlichen Informations-Veranstaltungen für den Kurs in Göttingen: am 17.08. 2021 in Form eines Online-Treffens, am 23.08.2021 von 11 bis 13 Uhr in Göttingen und am 14.09.2021 von 15:30 bis 17:30 Uhr in Göttingen. Für Personen, die den Kurs wirklich absolvieren wollen, ist die Teilnahme an einer Info-Veranstaltung erforderlich.

Die Bewerbungsfrist ist Mitte September. Vom 07.-09. Oktober findet als Modul zum unter anderem Kennenlernen der Arbeitsweise eine Bewerbungswerkstatt in Göttingen statt. Interessentinnen und Interessenten können unter der Mailadresse ex-in-goettingen@gmx.de Näheres erfahren.

In Stadt und Landkreis Göttingen gibt es mittlerweile drei genesungsbegleitende Erfahrungsexpertinnen bzw.-experten.

„Mich hat die Teilnahme an einem EX-IN Kurs in Hannover in meiner persönlichen Weiterentwicklung sehr unterstützt, insbesondere die Möglichkeit mich mit der eigenen Person über den Zeitraum eines Jahres auseinanderzusetzen, betont Kathi Gatzemeier, 42. Sie bringt ihr reflektiertes Erfahrungswissen bei AWO-Trialog in Göttingen ein. Hier leitet sie eine sogenannte Recovery-Gruppe an. Recovery kann kurzgefasst mit dem Begriff Genesung übersetzt werden. Es geht damit darum, über die Patientenrolle hinauszuwachsen, Selbstverantwortung übernehmen zu wollen und wieder ein aktives und sinnvolles Leben zu führen, ob mit oder ohne seelische Einschränkungen. „In der Recovery-Gruppe werden die teilnehmenden Klientinnen und Klienten an diesen Grundgedanken herangeführt“, teilt Kathi Gatzemeier mit: „In der Gruppe lege ich den Fokus auf das Positive und den Gedanken der Genesung, statt orientiert an den Belastungen nur auf Erkrankung und Krisen zu sehen. Es geht darum, bewusst einen anderen Akzent zu setzen.“

Willi Bock, 56, absolvierte seinen EX-IN Kurs in Erfurt. Er hat die Erfahrung gemacht, dass es wichtig ist, den Ablauf mit Praktika, Praktikumsberichten, die Erstellung eines Portfolios und von Kurz-Referaten gut vorzubereiten, damit sich die Aufgaben nicht zum Kursende anhäufen. Besonderes Interesse fand bei ihm das Modul zum Trialog, in dessen Rahmen sich Betroffene, Angehörige und professionelle Kräfte auf Augenhöhe austauschen. Willi Bock wird nun demnächst im inklusiven Bürgertreff des AWO-Kreisverbands Göttingen in Duderstadt eingesetzt. „Ich möchte hier eine recovery-orientierte Selbsthilfegruppe für Betroffene anbieten. Betroffene haben `unter sich´ auch recht eigene Bedürfnisse, denen Raum zu geben ist. Die Möglichkeit, sich in eigenen Gruppen zu treffen, ist oft die Voraussetzung dafür, sich dem Gedanken der Inklusion zu öffnen. Inklusion bedeutet, sich in verschiedenen gesellschaftlichen Gruppen zu bewegen, Vielfalt zu erleben und dort respektiert zu werden mit den eigenen Besonderheiten. Um dies mit Selbstvertrauen und -bewusstsein tun zu können, ist eine Selbstklärung erforderlich. Es geht auch darum, was seelisch Krisenerfahrene in ihre gesellschaftlichen Umfeldler aufgrund dieser Erfahrungen einbringen können. Da sich das Angebot des Bürgertreffs in Duderstadt erst entwickelt, kann ich mir die Übernahme weiterer Aufgaben vorstellen.“

„Für mich stellt die Qualifizierung eine Aufwertung eigener Erfahrungen und auch der – sonst als entwertet erlebten – Zeit dar“, berichtet Bettina Wenzel, 56. „Die Teilnahme am EX-IN Kurs in Bremen hat für mich überhaupt erst die Voraussetzungen dafür geschaffen, wieder auf dem ersten Arbeitsmarkt Fuß fassen zu können, da mich der Weg über Bildung wieder ins Leben zurückführte. Ähnlich Betroffene und Angehörige unterstützen zu können, ist zusätzlich sinnstiftend.“ Bettina Wenzel arbeitet im Bereich der Gruppen zur sozialen Rehabilitation der Wegbegleiter in Südniedersachsen des Albert-Schweitzer-Familienwerk: „In meiner Arbeit sehe ich auf die Stärken und Fähigkeiten der Gruppenteilnehmenden, damit sie selbst sich dadurch wieder ein positiveres Selbstbild und Lebensgefühl schaffen können. Dies kann über einen thematischen Zugang – wie Interesse für kreatives Gestalten, für Computer oder für Kochen u. v. m. - und die dabei geschaffenen Produkte oder gelösten Aufgaben gut erreicht werden. Es würde mich freuen, wenn das erworbene Selbstvertrauen Gruppenteilnehmende auch zurück in andere gesellschaftliche Kontexte führt, als nur unter sich sein zu wollen.“

Wie diese drei Beispiele zeigen, mussten Interessierte aus der südniedersächsischen Region an der EX-IN Qualifizierung bislang weite Wege unternehmen. Diese Wege können nun insbesondere für Menschen auch aus dem entlegeneren ländlichen Raum in Südniedersachsen verkürzt werden.