



## EX-IN: EXperience-INvolvement vom Psychiatrie-Erfahrenen zum ausgebildeten Genesungsbegleiter

**EX-IN ist eine Abkürzung für zwei englische Worte, Experience und Involvement, was so viel heißt wie Einbeziehung von Erfahrenen, hier von Psychiatrie-Erfahrenen. Psychiatrie-Erfahrenen werden ausgebildet zu Genesungsbegleitern, um ihre Erfahrung mit Psychosen, mit seelischen Krisen und deren Bewältigung nutzbar zu machen. Nach erfolgreicher Ausbildung sollen sie in psychiatrischen Diensten arbeiten.**



### Vorwort von Uwe Komes

Ein spannendes Projekt – wie ich finde – und ein wichtiges Thema für die PHG Duisburg. Deshalb waren wir gemeinsam mit einigen Klienten in Köln bei der Informationsveranstaltung für den 1. EX-IN Kurs in NRW. Mit diesem Kurs hat die AGpR, die Arbeitsgemeinschaft Gemeindepsychiatrie Rheinland, einen richtungweisenden Impuls gegeben. In einer weiteren Veranstaltung haben wir in der PHG Duisburg im Kollegenkreis mit der Referentin des Kurses, Gudrun Tönnies, die Chancen, Risiken und Nebenwirkungen der Beschäftigung von Genesungsbegleitern diskutiert.

Hier ein Teil der Ergebnisse in Kurzform:

- Im Zusammenhang mit den Themen Inklusion und Empowerment steckt in der Einbeziehung von „Experten durch Erfahrung“ eine große Chance – nicht nur für die betroffenen Menschen selber, sondern auch für die gemeindepsychiatrischen Institutionen und ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

- Psychiatrie-Erfahrene Menschen können die Situationen von anderen psychisch erkrankten Menschen anders nachvollziehen als Profis.
- Genesungsbegleiter haben sich in ihrer Ausbildung intensiv mit genesungsfördernden oder genesungsverhindernden Faktoren auseinandergesetzt und geben dieses Wissen weiter.
- Selbsthilfepotential wird gefördert und erweitert
- Psychiatrie-Erfahrene haben eine Vorbildfunktion
- Genesungsbegleiter haben die gleichen Rechte und Pflichten wie alle anderen Beschäftigten.
- Es müssen Aufgaben und Einsatzmöglichkeiten für Genesungsbegleiter erarbeitet werden.
- Ängste und Befürchtungen sowohl der Klienten, als auch der Genesungsbegleiter sowie der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von gemeindepsychiatrischen Einrichtungen müssen ernst genommen und thematisiert werden.

Zur thematischen Einstimmung und Vertiefung hat Jürgen Mickley mit Jörg Utschakowski (EX-IN-Koordinator) ein Interview geführt. Jörg Utschakowski ist leitender Mitarbeiter beim F.O.K.U.S. in Bremen, dem Fortbildungsträger der Initiative zur sozialen Rehabilitation. Er leitete das EU-Pilotprojekt EX-IN und führt die Arbeit heute ohne EU-Förderung weiter fort.

Bei der Lektüre wünsche ich Ihnen Spaß, Informationen und vielleicht sogar ein wenig Inspiration.

*Ihr Uwe Komes*

## Jürgen Mickley interviewt Jörg Utschakowski, vom F.O.K.U.S.<sup>1</sup> in Bremen

**J. Mickley:** Bis 2007 wurde das EU-Pilotprojekt EX-IN gefördert, war es das oder läuft das Projekt weiter?

**Jörg Utschakowski:** Ja, eine EU-Förderung haben wir zwar nur bis 2007 gehabt, wir stoßen aber auf so viel Resonanz in Deutschland und auch in anderen Ländern Europas, dass wir das Projekt weitergeführt haben. Es gibt einfach sehr viel Interesse an dem Projekt und mittlerweile haben sich die Angebote zur Ausbildung auch in ganz Deutschland verstreut.

**J. Mickley:** Sie sprechen von einer „Beteiligung psychisch kranken Menschen an der Arbeit mit psychisch kranken Menschen“, geht das denn überhaupt?

**Jörg Utschakowski:** Ja, das funktioniert sehr gut. Wir sind zwar erst am Anfang, haben aber bereits sehr gute Erfolge und kontinuierliche Angebote im Bereich der Aus-, Fort- und Weiterbildung. Da sind EX-IN Absolventen z.B. in Seminaren an der Hochschule tätig. Dort ist es mittlerweile auch üblich, dass Erfahrene aus ihrer Sicht Unterricht geben und den künftigen Fachleuten eben auch die wichtige Sicht, die Innensicht von Betroffenen vermitteln.

Auch z.B. in der Ausbildung für psychiatrische Fachkrankenpflege ist das mittlerweile ein Teil, der nicht mehr wegzudenken ist. Es zeigt sich also, dass das sehr gut ist, sehr praktikabel ist und auch den Auszubildenden sehr viel an neuen Einsichten vermittelt, also das ist mittlerweile schon sehr gut etabliert.

Und es funktioniert auch schon sehr gut in den psychiatrischen Diensten, in unterschiedlichen Bereichen, in Kliniken, in Tageskliniken, in Tagesstätten, im betreuten Wohnen und in psychiatrischen Pflegediensten, wo Psychiatrie-Erfahrene arbeiten, auch hier gibt es positive Resonanzen.

Wir sind in Deutschland ja noch ein bisschen am Anfang mit dem Thema, da gibt es in England, Australien und den Vereinigten Staaten schon sehr viel mehr und von daher ist das auch sehr gut erforscht. Die Untersuchungen zeigen, dass die Dienste in der Regel an Qualität gewinnen, wenn sie Psychiatrie-Erfahrene beteiligen. Meist kann dadurch den Betroffenen besser geholfen werden.

**J. Mickley:** Ich kenne die Selbsthilfegruppen bei anderen Krankheitsbildern, ist das so ähnlich, dass hier ein

nutzbar machen von Experten der Betroffenheit stattfindet?

**Jörg Utschakowski:** Das ist ähnlich, da haben sie recht, da gibt es auch den als peer-support beschriebenen Bereich, wo sozusagen Betroffene sich gegenseitig unterstützen. Diese Elemente kommen natürlich hier auch zum Tragen. Aber ein deutlicher Unterschied ist das professionelle setting bei den Genesungsbegleitern.

**J. Mickley:** Psychiatrie-Erfahrene werden ausgebildet, das ist sicherlich ein deutlicher Unterschied zu den Selbsthilfegruppen, wenngleich die Selbsthilfegruppen ja auch, oftmals tatsächlich Experten ihres Krankheitsbildes sind. Viele Chefarzte arbeiten sehr gerne mit Selbsthilfegruppen zusammen. Können sie zur Ausbildung der Psychiatrie-Erfahrenen im Rahmen dieses Projekts noch etwas sagen?

**Jörg Utschakowski:** Die Grundidee der Ausbildung ist, quasi aus Erfahrung Wissen zu machen.

Wir gehen davon aus, dass es nützlich sein kann, die eigenen Erfahrungen noch mal zu reflektieren. Wir kennen das auch alle aus dem Alltag. Wir haben Erfahrungen gemacht, wir machen tagtäglich Erfahrungen, aber um aus Erfahrungen Wissen zu machen, muss man einfach noch mal Revue passieren lassen, was haben wir da für Erfahrungen gemacht, warum hat die sich so ergeben. Erst wenn wir das reflektieren, lernen wir aus dem Alltag, machen wir quasi aus Erfahrung wertvolles Wissen.



Jörg Utschakowski  
EX-IN Koordinator


Das versuchen wir auch in dieser Ausbildung zu vermitteln. Wir versuchen die Leute dabei zu unterstützen ihre eigene Erfahrung mit Psychose, mit auf die Beine kommen, mit Ausgrenzung, diese ganzen Prozesse noch mal zu reflektieren und dann, das ist der nächste wichtige Schritt, sich auch mit den anderen Kursteilnehmern auszutauschen über diese Erfahrungen. Wir versuchen dann aus diesen Erfahrungen, aus diesem Ich-Wissen, ein Wir-Wissen zu machen. So dass wir sagen können, ich gehe nicht nur von meiner Erfahrung aus, sondern ich habe im Kurs gelernt, viele Perspektiven zu sehen. Und wenn ich später als Genesungsbegleiter arbeite, nicht nur zu sagen, das hat mir gut getan, sondern dass ich von einem gemeinsam geteilten Wissen meine Unterstützung anbieten kann.

<sup>1</sup> F.O.K.U.S. ist der Fortbildungsträger der Initiative zur sozialen Rehabilitation. Jörg Utschakowski ist dort seit Jahren in leitender Funktion tätig.


Das ist ein wichtiger Punkt, den wir mit der Ausbildung verfolgen und der zweite ist, dass wir glauben, dass es auch ganz gut ist wenn man auch ein theoretisches Rüstzeug hat, sich z.B. mit Krisensituationen beschäftigt. Und das dann aber auch gleich wieder nicht nur theoretisch, sondern auch praktisch übt – wie kann ich Gespräche führen, wie kann ich sozusagen die Interessen einer Person vertreten.

Diese Dinge werden auch in dem Kurs geübt. Wichtig ist uns, das ist immer auf Basis des Erfahrungswissens, also wenn wir eine Theorie vermitteln wird immer geguckt, passt die auch zu mir, kann ich damit etwas anfangen auch vor dem Hintergrund meiner Erfahrung.


**J. Mickley:** Psychiatrie-Erfahrene wurden im Rahmen dieses Projekts ausgebildet, kann man sagen, sie wurden qualifiziert zu Genesungsbegleitern?

 **Jörg Utschakowski:** Ja genau, die Kurse sind regelmäßig jetzt angeboten worden, nicht nur im Rahmen des EU-Projektes, sondern auch darüber hinaus, und die Absicht ist, als Dozent in einer Aus-, Fort- und Weiterbildung oder als Genesungsbegleiter qualifiziert zu sein.

**J. Mickley:** Ist das ein Ehrenamt, was da geschaffen wurde, oder ist das Ziel die Schaffung von, ich sag mal, ordentlichen Arbeitsstellen, ordentlichen Arbeitsplätzen, für Menschen, die eine eigene Psychiatrie-Erfahrung haben?

 **Jörg Utschakowski:** Ja, erklärtes Ziel ist bei uns nicht, Ehrenamtler auszubilden, sondern die EX-IN Ausbildung soll dazu beitragen, als professionelle Kraft, als professionelle Genesungsbegleiter in psychiatrischen Diensten zu arbeiten. Das ist klar das Ziel, bezahlte Arbeit.

**J. Mickley:** Herr Utschakowski, wenn ich sage, ziehen sie doch mal nach fünf Jahren eine Bilanz, was sagen sie mir dann?


 **Jörg Utschakowski:** Da sage ich, es ist viel geschehen und es gibt viel zu tun. Erst mal bin ich sehr froh, wie viel Beachtung und Zustimmung dieses Projekt gefunden hat, gerade hier in Deutschland. Also wir haben hier in Bremen und Hamburg angefangen mit den Kursen, mittlerweile laufen auch Kurse in Berlin, Schleswig-Holstein und Köln. Künftig werden auch Kurse in Oldenburg, Hannover und Stuttgart laufen, in München und Münster wird ein Kurs geplant. Also der Bedarf ist da und das Interesse ist da, der Psychiatrie einen neuen Anstoß zu geben. Auf das Expertenwissen von Psychiatrie-Erfahrenen können wir nicht mehr verzichten.




Das zeigt sich ganz deutlich, und das freut mich sehr, dass es so eine Verbreitung gefunden hat. Nicht nur, weil ich das Projekt sehr gut finde, sondern weil die Psychiatrie es nötig hat, diesen Impuls von Psychiatrie-Erfahrenen zu bekommen.

Auf der anderen Seite, sind wir natürlich erst am Anfang. Es gibt noch viele Felder zu beackern, zum Beispiel das Berufsbild genauer zu beschreiben, zu gucken, welche Aufgabenfelder kann die Person haben. Oder, wie gehen wir mit den Konflikten um, die die Profis damit haben könnten, dass ein „ehemaliger Patient“ jetzt „Kollege“ sein könnte. Auf welcher Ebene werden die Genesungsbegleiter bezahlt usw. usw. Also an all diesen Punkten gibt es für uns noch eine Menge zu tun, um das zu einem stabilen und integrierten Angebot zu machen.

**J. Mickley:** Brauchen wir in Duisburg auch solche Genesungsbegleiter oder Dozentinnen und Dozenten für die Weiterbildung im Rahmen der Psychiatrie?

 **Jörg Utschakowski:** Auf alle Fälle. Ich glaube jede Psychiatrie, die wirklich nochmal dieser Idee von Personenzentrierung näher kommen möchte, die neue Wege entdecken möchte, wie sie den Betroffenen helfen kann, sollte nicht auf Genesungsbegleiter verzichten. Und wir sollten schon gar nicht darauf verzichten in der Aus-, Fort- und Weiterbildung diese Perspektive der Psychiatrie-Erfahrenen mit einzubeziehen, weil ich glaub, dass alle Profis sehr davon profitieren können.

**J. Mickley:** Wie kriegen wir das denn hin. Also sie haben ein schönes EU-Projekt nach Bremen geholt, vor fünf Jahren und konnten sehr intensiv arbeiten. Wie aber kriegen wir das nach Duisburg, die Ausbildung von Psychiatrie-Erfahrenen zu Genesungsbegleitern?

 **Jörg Utschakowski:** Also um die Last so ein bisschen von den Initiatoren zu nehmen, bieten wir jetzt auch Ausbildungskurse für Ausbilder an und versuchen das darüber zu multiplizieren, so dass das für uns nicht so aufwändig ist, die ganze Geschichte auch in andere Bundesländer zu holen. Also wenn es in Duisburg stattfinden soll, gibt es möglicherweise bereits ausgebildete Ausbilder die sagen, ich mach das auch gerne in Duisburg oder wenn das nicht der Fall sein sollte, könnten sie am nächsten Kurs teilnehmen



und so dann auch in nicht allzu ferner Zukunft diesen Kurs dann auch in Duisburg anbieten.

**J. Mickley:** Also ein Multiplikatoren Modell haben sie sich einfallen lassen.

**Jörg Utschakowski:** Genau. Wir sind auch dabei ein Bundesnetzwerk zu bilden, so dass sie möglicherweise die Anfangsschwierigkeiten, wie finde ich einen Kontaktpartner, wie mache ich das genau, wenn ich Probleme im Kurs habe; also da versuchen wir auch so ein Netzwerk zu installieren, damit man sich auch immer Hilfe und Beratung holen kann.

**J. Mickley:** Wie viele Kurse haben sie im Projekt gemacht, können sie das sagen, deutschlandweit?

**Jörg Utschakowski:** Das Projekt insgesamt; also jetzt sind zehn Kurse abgeschlossen, also vier in Bremen, vier in Hamburg und zwei in Berlin.

**J. Mickley:** Und für die Multiplikatoren?

**Jörg Utschakowski:** Für die Multiplikatoren fängt jetzt ein neuer Kurs im November an, der dritte. Zwei haben wir bereits durchgeführt u.a. mit Teilnehmern aus der Schweiz und Schweden.

**J. Mickley:** Abschließend dann noch die Frage nach der Perspektive, nach dem Ausblick. Vielleicht können sie Ihre Antwort unterteilen in einmal zeitlich, wie sieht das aus für EX-IN, welche zeitliche Perspektive gibt es da und wie sieht das inhaltlich aus?

**Jörg Utschakowski:** Ja, das Pilotprojekt ist ja vorbei, also eigentlich seit 2007 brauchen wir nicht mehr von dem Pilotprojekt zu sprechen, sondern können wir von der Initiative EX-IN sprechen. Wir sind mittlerweile ja nicht mehr gefördert, sondern alles was mittlerweile im Rahmen EX-IN passiert ist aus Teilnehmerbeiträgen oder aus sonstigen Zuschüssen finanziert. Wir sind nicht mehr EU gefördert, also der Projektstatus ist überwunden, es hat sich etabliert und jetzt gucken wir, wie sich das stärker etablieren kann.

Ich bin ganz sicher, dass es in den nächsten zwei bis drei Jahren in der ganzen Bundesrepublik diese Angebote geben wird, also da ist so viel Power von den Leuten dahinter, dass ich sicher bin, dass es relativ flächendeckend sich in den nächsten Jahren als Ausbildungsangebot entwickeln wird.

Für die nächste Zeit ist besonders wichtig die Frage der Beschäftigungsverhältnisse zu regeln, die Stellenbeschreibungen zu formulieren, mit Kostenträgern in Kontakt zu gehen und zu sagen, dass klingt für euch vielleicht ungewöhnlich, aber das macht Sinn hier eine neue professionelle Figur zu finanzieren. Auch mit den Gewerkschaften muss Kontakt aufgenommen werden, mit dem Bundesgesundheitsministerium, also da ist jetzt glaube ich die Ausbildungsphase gut etabliert und jetzt kommt die Implementierungsphase, also die Umsetzungsphase in die Praxis.

Sie läuft auch schon ganz gut, aber da muss jetzt eben noch viel Energie rein fließen, damit es nicht ins Stocken gerät und damit die psychiatrischen Dienste auch Wege finden, wie sie die Genesungsbegleiter anstellen können, welche Modelle gibt es da, also das ist das, was ich so als große Aufgabe der nächsten Zukunft sehe.

**J. Mickley:** Haben sie einen Wunsch? Man kann den ja auch etwas schärfer formulieren den Wunsch, dann wäre es sogar eine Forderung.

**Jörg Utschakowski:** Also mein Wunsch wäre es, wenn wir hier noch mal irgendwoher mehr Zuschüsse kriegen würden, um diese zweite Phase, die ich gerade beschrieben habe, durchführen zu können, weil im Moment liegt mir das sehr am Herzen und Anderen auch und es wird auch sehr viel getan, aber im Moment ist das alles, sage ich mal ehrenamtlich. Also die ganze Unterstützung der Implementierung, da wäre es schön, wenn wir noch mal so ein bisschen Förderung bekommen können, und meine Forderung wäre, auf Dauer muss es zum Qualitätsstandard werden, dass in psychiatrischen Diensten Genesungsbegleiter eine selbstverständliche und notwendige professionelle Figur werden.

#### Kontakte:

EX-IN bundesweit, Jörg Utschakowski  
c/o F.O.K.U.S.  
Initiative zur sozialen Rehabilitation e.V.  
Liegnitzstr. 63, 28237 Bremen  
Fon: 0421 3801950, Fax: 0421 6961872  
utschakowski@fokus-fortbildung.de  
www.fokus-fortbildung.de

EX, -IN NRW, Gudrun Tönnnes  
0251 2108820 oder 0170 4938177  
Gudrun-Toennes@web.de

**Die nächste Ausgabe der PHG-InfoBox erscheint im Okt 2010, Redaktionsschluss ist der 15. September**

Impressum: PHG Duisburg gGmbH (Herausgeber), Parallelstraße 30, 47166 Duisburg, Tel.: 0203. 348 76-0, Fax: 0203. 348 76-19,  
E-Mail: geschaeftsstelle@phg-du.de, Verantwortlich: Uwe Komes, Redaktion: Jürgen Mickley, Layout: Tagesstätte Hamborn