

Empowerment-Preis

Bewerbung vom Peer-Counseling Team der PHG Viersen

Zum Projekt:

Als EX-IN Absolventin des ersten EX-IN Kurses für NRW tritt Bettina Jahnke (Erfahrungsexpertin für Psychose) 2011 ihre Stelle in der PHG Viersen an. Zusammen mit Thomas Seelert (Erfahrungsexperte für Depression), der damals wie heute eine Selbsthilfegruppe für Menschen mit Depression in Nettetal leitet, konzipiert sie ein neuartiges EX-IN basiertes Gruppenangebot zum Erfahrungsaustausch von Betroffenen. Wichtig ist den beiden, einen niedrighschwelligen und für jeden zugänglichen Raum zum moderierten Erfahrungsaustausch zu schaffen, der nach einem Jahr möglichst in die freie Selbsthilfe führen soll.

Entwickelt wird schließlich ein einjähriger Kurszyklus mit den Themenschwerpunkten Empowerment, Recovery und Salutogenese. Ca. zehn Teilnehmer treffen sich seither einmal in der Woche abends für zwei Stunden in der Kontakt- und Beratungsstelle des SPZ Viersen. Teils werden ins Programm Selbsterforschungsübungen aus den EX-IN Kursen übernommen, teils werden neue Übungen entwickelt.

Eine exemplarische Aufgabenstellung hierzu zum besseren Verständnis - dabei geht es inhaltlich um den recoveryorientierten Perspektivwechsel bei der rückblickenden Aufarbeitung einer existenziellen Krise:

In den zwei Stunden sind drei zehnminütige Selbstreflexionsrunden angesetzt, deren Ergebnisse jeweils im Plenum zusammengetragen werden:

1. Worauf habe ich VOR meiner Krise vertraut?
2. Was kam WÄHREND meiner Krise unverhofft hinzu, worauf ich vertrauen konnte?
3. Worauf vertraue ich NACH meiner Krise mehr als zuvor?

Das 2011 ersonnene Empowerment-Recovery-Salutogenese Programm ist heute fester Bestandteil der Peer-Counseling Arbeit an der PHG.

Thomas Seelert konnte in 2014 über eine LVR-Projektförderung von der zuvor ehrenamtlichen Tätigkeit in eine Halbtagsstelle (19,5 Stunden) als Peer Counselor

wechseln.

Das Moderatorenteam ist im Zuge dieser Projektarbeit inzwischen personell um folgende Personen aufgestockt worden:

- Tanya Schmidt (Erfahrungsexpertin für Borderline) arbeitet im PHG Zuverdienst. Sie ist EX-IN Genesungsbegleiterin und Peer Counselerin
- Tom Klein (Erfahrungsexperte für Angst und Depression) st als Sozialarbeiter und EX-IN Genesungsbegleiter bei der Familienhilfe Niederrhein geringfügig beschäftigt. Freiberuflich arbeitet er als EX-IN Trainer.
- Volker Flöth arbeitet in Vollzeit als Elektormeister. Er ist bei der PHG als Erfahrungsexperte für Depression ehrenamtlich tätig.

Die Absolventen des ersten Viersener Empowerment-Recovery-Salutogenese-Kurses haben als freies Selbsthilfeangebot „Recovery-Gruppe“ in Anlehnung an das oben beschriebene Projekt die Recovery-Gruppe gegründet. Die neugegründete Selbsthilfegruppe trifft sich einmal monatlich. Hier ist jeder Kursabsolvent willkommen. Nach jeweils zwölf Treffen pausiert das Empowerment-Recovery-Salutogenese Programm in den Monaten April, August und Dezember. In dieser Zeit werden von den Initiatoren des Angebotes alle Kursabsolventen seit 2012 immer zur traditionellen Wiedersehensfeier ins Alte Sudhaus eingeladen. Bei diesem Event wird zusammen gegessen, getrunken, geklönt, und vor allem entstehen dort neue formelle und informelle Netzwerke.

2016 wird vom Peer Counseling-Team in enger Zusammenarbeit mit der LVR-Tagesklinik ein zweites EX-IN basiertes Kursangebot geschaffen. Bettina Jahnke und die dort beschäftigte Krankenschwester Ingrid Caspers-Wolf bieten zwei jeweils sechswöchige Gruppenangebote für Tagesklinikbesucher an. Dieses zusätzliche Kursangebot läuft ebenfalls wöchentlich jeden Dienstag von 13:45 bis 15:15 Uhr. Thematisch werden in der Tandemmoderation „Profi & Betroffene“ spezifische Themen aus dem Klinikalltag aufgegriffen und vertieft, wie z.B. „Krankheitsgewinn“ oder „Selbststigmatisierung“.

Nach Abschluss jedes Kurses weisen die Moderatoren regelmäßig auf das PHG-Empowerment-Recovery-Salutogenese Angebot hin. Die Resonanz ist gut. Entsprechend zufrieden sind die Peer Counselor, einen weiteren Weg hin zur Selbsthilfe gebnet zu haben.

