

# ERFAHRUNG NUTZEN – PSYCHIATRIE VERÄNDERN

Um Betroffene bei ihrer Genesung unterstützen zu können, bedarf die Psychiatrie einer Neuorientierung, die eine veränderte Haltung gegenüber psychischen Erschütterungen, aber auch die Beteiligung von „ExpertInnen durch Erfahrung“ mit einschließt. Einen solchen Ansatz verfolgt das Projekt „EX-IN“: eine Ausbildung, mit der sich Betroffene zu GenesungsbegleiterInnen und DozentInnen qualifizieren können.

*Von Jörg Utschakowski*

Dass den Lebens- und Erfahrungswelten Psychiatrie-Erfahrener oft mit Unverständnis oder gar Ablehnung begegnet wird, ist für viele Betroffene ein bekanntes Phänomen. Sie erleben dies jedoch nicht nur im Kontakt mit einer unaufgeklärten Öffentlichkeit: Viele Psychiatrie-Erfahrene fühlen sich gerade von den Institutionen, die ihnen helfen sollten, unverstanden und falsch behandelt. Psychopharmaka sind oft das erste Mittel der Wahl. Psychiatrie-Erfahrene formulieren seit langem Kritik, die von traditionellen psychiatrischen Angeboten nicht beantwortet wird. Zahlreiche Untersuchungen zeigen, dass viele Betroffene mit den professionellen Behandlungsangeboten unzufrieden sind und sie nicht nur als unangemessen, sondern oft sogar als hinderlich auf dem Weg der Genesung empfinden (Tooth e.a., 1997).

Um hilfreiche Behandlung anzubieten, bedarf es einer Neuorientierung der Psychiatrie, die die Erfahrungen psychischer Erschütterungen wertschätzt, sich mit dem Sinn psychischer Krisen beschäftigt und die Betroffenen dabei unterstützt, ihre Identität jenseits psychiatrischer Diagnosen zu erhalten. Hierbei ist das ExpertInnenwissen, das durch die Erfahrung mit Krisen und deren Bewältigung erworben wird, von zentraler Bedeutung. Die bisher gewählten Beteiligungsformen wie NutzerInnenräte, Gremienarbeit und NutzerInnenbefragungen sind dabei wichtige Ansätze. Zu einer Neubestimmung der Psychiatrie ist es jedoch wichtig, Psychiatrie-Erfahrene direkt an der Praxis und der theoretischen Weiterentwicklung zu beteiligen. Für die Betroffenen ist dies darüber hinaus auch ein wichtiges Symbol der Hoffnung: „Die Möglichkeit, die Unterstützung von psychiatrieefahrenen MitarbeiterInnen in Anspruch nehmen zu können, vermittelt den NutzerInnen psychiatrischer Dienste die wichtige Botschaft, dass es Licht am Ende des Tunnels gibt, dass Genesung möglich sein kann und zudem, dass sie selbst anderen etwas Wertvolles bieten können.“ (Hardiman, Theriot, Hodges 2005)

In Europa gibt es viele Bildungseinrichtungen und psychiatrische Dienste, die von Psychiatrie-Erfahrenen geleitet werden oder an denen sie beteiligt sind. Die meisten Projekte haben jedoch mit zwei Problemen zu kämpfen: der fehlenden Vernetzung zwischen innovativen Projekten und der fehlenden offiziellen Anerkennung von ExpertInnen durch Erfahrung in der Psychiatrie. So entstand die Idee, ein europäisches Projekt zu initiieren, das die Möglichkeit bietet, die Erfahrungen in Europa auszutau-

schen und eine Ausbildung für ExpertInnen durch Erfahrung zu entwickeln, die eine Grundlage zur offiziellen Anerkennung bietet.

## ERFAHRUNGSKOMPETENZ NUTZEN – DAS PROJEKT EX-IN

Ausgangspunkt des Projekts EX-IN (Experienced Involvement, d.h. Beteiligung Psychiatrie-Erfahrener) war die Überzeugung, dass Menschen, die psychische Krisen durchlebt haben, über einen reichen Schatz an Erfahrungswissen verfügen, das zu einem erweiterten Verständnis psychischer Erschütterungen, zu neuem Wissen über genesungsfördernde Faktoren und zu innovativen, nutzerInnenorientierten Angeboten in der Psychiatrie beitragen kann. ExpertInnen aus innovativen betroffenenorientierten Projekten in Norwegen, Schweden, England, den Niederlanden, Slowenien und Deutschland haben zwei Jahre zusammen gearbeitet, um Erfahrungen auszutauschen, Konzepte und Forschungsergebnisse zu vergleichen und eine Ausbildung zu entwickeln, die auf den Erfahrungen der Betroffenen basiert. Die EX-IN Ausbildung umfasst 250 Stunden und qualifiziert zum/zur GenesungsbegleiterIn und DozentIn.

Im Mittelpunkt steht die Entwicklung von Erfahrungswissen. Hierzu ist es wichtig, dass die Einzelnen ihre Erfahrungen reflektieren und strukturieren, so dass aus Erfahrung Wissen – ICH-Wissen – wird. ICH-Wissen bedeutet, dass die Teilnehmenden Bewusstsein darüber entwickeln, wie sie sich ihre seelische Erschütterung erklären, wie sie sie in ihre Lebensgeschichte einordnen, welchen Sinn sie darin erkennen und welche Bedingungen und Strategien dabei helfen, Anforderungen und Krisen zu bewältigen. Wenn wir davon ausgehen, dass es wichtig ist, einen gemeinsamen Standpunkt und eine gemeinsame Perspektive davon zu entwickeln, welche Haltungen und Strukturen für Menschen in psychischen Krisen hilfreich sind, ist es erforderlich, dass eine Ausbildung den TeilnehmerInnen die Möglichkeit bietet, ihre Erfahrungen auszutauschen und zu teilen, um „WIR-Wissen“ zu entwickeln.

Daneben wird in der EX-IN Ausbildung die Anwendung von Methoden und die Entwicklung von Fähigkeiten und Fertigkeiten gefördert, die nicht automatisch ein Bestandteil des Erfahrungswissens sind. Daher sind Em-



powerment, Trialog, Recovery, Betroffenen-Fürsprache, Bestandesaufnahme und Zielplanung, Beraten und Begleiten, Krisenintervention sowie Lernen und Lehren Themen des Kurses. Die Auseinandersetzung mit Theorien und Methoden soll dazu beitragen, dass die TeilnehmerInnen in der Lage sind, für Beratung, Unterstützung und Fortbildung eine Praxis zu entwickeln, die sowohl professionell als auch erfahrungsorientiert ist. Daher muss das DozentInnen-Team auch mindestens dialogisch (also mit professionellen ExpertInnen und ExpertInnen durch Erfahrung), möglichst auch trialogisch (d.h. auch mit Angehörigen) besetzt sein.

## AUSBILDUNG ZU EXPERT/INNEN DURCH ERFAHRUNG – UND DANN?

Jedes an dem EU-Projekt beteiligte Land hat Teile der Ausbildung oder das gesamte Curriculum erprobt. In Deutschland wird die EX-IN Ausbildung durch die Universitätsklinik Hamburg Eppendorf und die Initiative zur sozialen Rehabilitation mit ihrem Fortbildungsträger F.O.K.U.S. in Bremen jeweils bereits zum dritten Mal durchgeführt. In Berlin hat gerade ein Kurs begonnen, in Stuttgart ist ein weiterer geplant. Die Nachfrage im deutschsprachigen Raum ist sehr gross. Da der Bedarf nicht mehr von den an dem EU-Projekt beteiligten Akteuren gedeckt werden kann, wird ab Herbst ein überregionaler Kurs zur Ausbildung von AusbilderInnen angeboten.

Mittlerweile haben ca. 50 Personen den EX-IN Kurs abgeschlossen. Über 50 Prozent haben eine bezahlte regelmässige Beschäftigung gefunden. Hierzu gehören so-

zialversicherungspflichtige Anstellungen, aber auch so genannte Geringverdiener-Jobs. Die Tätigkeitsbereiche sind Mitarbeit in der ambulanten psychiatrischen Pflege, Entlassungsberatung im Krankenhaus, Betreutes Wohnen, Öffentlichkeitsarbeit und Qualitätsmanagement. Darüber hinaus sind viele EX-IN KursabsolventInnen auf Honorarbasis als DozentInnen und mit Gruppenangeboten tätig. Manche KursteilnehmerInnen möchten sich nach der Ausbildung Zeit lassen, sich langsam auf das neue Betätigungsfeld einzulassen, manche wollen auch nur einen Nebenjob, um ihre Erwerbsunfähigkeitsrente zu erhalten. Daher ist die Beschäftigungsquote der ExpertInnen durch Erfahrung durchaus zufriedenstellend.

Sicherlich ist noch eine Menge Arbeit zu leisten, insbesondere im Hinblick auf das Überzeugen von psychiatrischen Diensten und Kostenträgern. EX-IN (er)fordert ein Umdenken in der Psychiatrie. Status, Autonomie, Ressourcen, Einfluss, Entscheidungsmacht und Bezahlung, die vergleichbar mit den Bedingungen von nicht-erfahrenen Mitarbeitenden sind, sind kritische Faktoren für die Realisierung positiver Veränderungen. EX-IN, die direkte Beteiligung, ist ein Ansatz, von dem ExpertInnen durch Erfahrung, Professionelle und KlientInnen gleichermaßen profitieren können. Er hat das Potential, ein neues Selbstverständnis in der Psychiatrie zu etablieren, in dem die Bedürfnisse der NutzerInnen im Mittelpunkt stehen.

**Kontakt:** Jörg Utschakowski,  
utschakowski@fokus-fortbildung.de, www.ex-in.info

## LITERATUR:

Hardiman, E.R.; Matthew, T.T.; Hodges, J.Q. (2005) Evidence-based Practice in Mental Health: Implications and Challenges for Consumer-Run Programs. In: Best Practices in Mental Health, Vol.1, No.1, S. 105-122

Lloyd, C.; King, R. (2003) Consumer and carer participation in mental health, In: Australian Psychiatry, Vol.11, No. 2, S.180-184

Tooth, B.; Kalyanansundaram, V.; Glover, H. (1997) Recovery From Schizophrenia: A Consumer Perspective. Final Report to Health and Human Services Research and Development Grants Program (RADGAC), December 1997



Jörg Utschakowski ist Leiter des Fortbildungsträgers F.O.K.U.S. in Bremen, Dozent und Lehrbeauftragter an der Hochschule Bremen sowie Koordinator von EU Projekten zu gemeindeorientierter Psychiatrie und Erfahrenenbeteiligung