



Unser neues Fortbildungsangebot

„Recovery – das Ende der Unheilbarkeit“

am 15. – 17.06.2021



Ziele:

- Vermittlung einer theoretischen und praktischen Einführung zum Recovery, der erfahrungsfokussierten Beratung mit Stimmenhörenden und in die achtsamkeitsbasierte Stressreduktion
- Verständnis für die zentrale Relevanz des Stimmenhörens um gegenwärtigen und vergangenen Leidensdruck zu verstehen und zu bearbeiten – unabhängig von einer Diagnose
- Verständnis für die zentrale Relevanz der recoveryorientierten Beziehungsarbeit
- Verstärktes Selbstvertrauen in der Anwendung der obigen Handlungsansätze

Zielgruppe:

Die Fortbildung wendet sich an alle Berufsgruppen, die in **psychiatrischen, psychotherapeutischen oder sozialarbeiterischen Handlungsfeldern** aktiv sind. Zudem können auch Angehörige oder anderweitig Interessierte teilnehmen.

Die Teilnehmenden können auch gemeinsam mit einer stimmenhörenden Person an der Fortbildung teilnehmen, selbst wenn der/die Stimmenhörer/-in nur für einen Teil der Fortbildung mit dabei ist. Im Miteinander lassen sich die Lerninhalte besser vermitteln und erlernen. Neu Erlerntes könnte in der gemeinsamen Arbeit nach der Fortbildung weitergeführt werden.

Inhalte:

Tag 1: Einführung in die Theorie und Praxis von Recovery

Tag 2: Einführung in die Theorie und Praxis der Achtsamkeit/ konkrete und einfach umsetzbare gedankliche und körperliche Übungen, diese fördern den wirksamen Umgang mit physischem und mentalem Stress. Alle Übungen können unter Anleitung oder eigenständig durchgeführt werden.

Tag 3: Einführung in die Theorie und Praxis der erfahrungsfokussierten Beratung mit Stimmenhörenden

Methoden:

Theoretische Einführung, Diskussionen, Erfahrungsaustausch, Groß- und Kleingruppenarbeit, Eigenerfahrung

Referent*in:

Frau Dagmar Loose, Dipl. Pflegewirtin und MBSR/MBCL/Lachyoga-Lehrerin, Leitung psychiatrische Rehabilitation, Kropp

Herr Dr. Joachim Schnackenberg, Diplomsozialpädagoge FH, DIP HE in Mental Health Nursing (engl. Fachpfleger für Psychiatrie), Leitung Stimmenhören und Recovery, Kropp

Erfahrungsexpertin – eine Person mit langjähriger, Leiden verursachenden und zu psychiatrischer Hilfe in Anspruch nehmenden, Stimmenhörerfahrung. Sie hat mittlerweile einen Umgang mit ihren Erfahrungen gelernt, der dazu führte, dass sie nach langjähriger psychiatrischer Wohnheimerfahrung mittlerweile alleine lebt.

Worum geht es bei RECOVERY ?

Recovery kann als (Wieder-)Erlangung des eigenen Lebens definiert werden und gilt als neuartiger Gegenentwurf zu einer psychiatrischen Versorgungslandschaft deren Sichtweise und Praxis im Regelfall vornehmlich von der Idee der Chronizität bei bestimmten Diagnosen, wie z.B. der Schizophrenie oder z.T. auch bei Persönlichkeitsstörungen, etc. bestimmt ist. Diese Sichtweise der Chronizität wurde in den letzten Jahrzehnten zunächst durch Nutzerbewegungen und zunehmend auch durch Wissenschaft, Praxis und internationale Initiativen und Vorgaben in Frage gestellt. Es gibt mittlerweile sehr viele Personen im internationalen Raum, die für sich einen Weg aus vormals scheinbar chronischen Diagnosen in die Unabhängigkeit geschafft haben. Seit 2013 ist Recovery nun endlich auch in Deutschland – mit einiger Verzögerung – Schirmkonzept für die psychiatrische Versorgung.

Recovery heißt also zu glauben, und auch zu praktizieren, dass jede Person recovern kann und ein Leben in Wohnheimen oder in Abhängigkeit von psychiatrischen Diensten lebenslang, oder über einen langen Zeitraum, bei bestimmten Diagnosen überhaupt nicht vorbestimmt sein muss. In der Praxis bedeutet dies vielerorts einen signifikanten Paradigmenwechsel für alle Berufsgruppen und Klientinnen.

Wie ein solcher Paradigmenwechsel gelingen kann, was dies für eine veränderte Praxis und Sichtweise bedeutet, aber auch welche Hürden damit in der Praxis verbunden sind, soll in den 3 Tagen erarbeitet werden.

Die Fortbildner sind entweder leitend in der psychiatrischen Rehabilitation in Kropp (einem psychiatrisch Rehabilitationsanbieter) tätig oder haben aus Klientensicht eigene Recoveryerfahrungen in Kropp gesammelt. Kropp gilt international als Pionierort für einen besonders relevanten Ansatz im Recovery: der erfahrungsfokussierten Beratung mit Stimmenhörenden. Dabei ist festzuhalten, dass das Stimmenhören, im Gegensatz zu herkömmlichen Sichtweisen, mittlerweile wissenschaftlich als etabliert in den meisten Diagnosen als auch in einer Minderheit der Allgemeinbevölkerung gilt. Das Stimmenhören kann also nach heutigen Erkenntnissen nicht mehr als Kernsymptom der Diagnose der Schizophrenie gelten.

Die erfahrungsfokussierte Beratung mit Stimmenhörenden geht sogar weiter und sieht das Stimmenhören nicht in erster Linie als Problem, sondern als Ressource für den eigenen Recoveryweg. Dies gilt für alle Formen des Stimmenhörens und unabhängig von der Diagnose in der das Stimmenhören vorkommen kann. Sie gilt damit als einziger Ansatz der völlig normalisierend und entpathologisierend mit diesem Thema umgeht. Stimmen gelten hier als verständlich im Lebenskontext der Person und als im Regelfall positiv nutzbar für die stimmenhörende Person. Wie dies gelingen kann, dafür stellt die erfahrungsfokussierte Beratung ein Grundgerüst dar. Die Beratung ist bei allen Diagnosen und auch Nichtdiagnosen anwendbar, wenn die Person unter ihren Stimmen leiden sollte.

Ein solcher angezeigter Paradigmenwechsel braucht natürlich auch für Fachpersonen einen anderen Umgang mit sich selbst. Im Rahmen des Moduls wird von daher auch beispielhaft ein bewusster Umgang mit den eigenen Themen, Gefühlen und Konflikten vorgestellt: **der Achtsamkeit**. Die Schulung der Achtsamkeit fördert die bewusste Wahrnehmung von Gefühlen, Handlungen und Gedanken und verbessert damit die Emotionsregulation sowie die Stresstoleranz. Achtsamkeit ist nicht nur ein Thema für Menschen in krisenhaften Situationen oder im therapeutischen Kontext, sondern eine wertvolle Begleitung auf jedem Lebensweg.