

Die Zukunft hat schon begonnen: Eine psychiatriefähige
Gesellschaft und eine gesellschaftsfähige
Psychiatrie durch ExpertInnen
aus Erfahrung.
26.09.2018

„Wer Visionen hat sollte zum Arzt gehen.

Wer schon beim Arzt war, darf

ruhig Visionen haben!“

Rückblick und Ausblick

zur Wirkung von ExpertInnen aus Erfahrung

in verschiedenen Einsatzgebieten

Gudrun Tönnies

Ergotherapeutin,

Expertin aus Erfahrung,

Leitung LebensART

Vorsitzende des EX-IN NRW e.V.

Guten Morgen!

und Danke, dass Sie hier sind

Wer Visionen hat, sollte zum Arzt gehen“ –

sagte Schmidt einst über Willy Brandts Visionen im
Bundestagswahlkampf 1980

und er wusste

"Willen braucht man. Und Zigaretten."

<https://youtu.be/oq3wa5WHRnk>

Hatten Sie schon mal eine Vision? Hier eine kleine Auswahl von Möglichkeiten



- eine Erscheinung
- das innere Bild einer Vorstellung, meist auf die Zukunft bezogen
- die langfristige Ausrichtung eines Unternehmens, siehe dazu Strategie (Wirtschaft)
- eine optische Sinnestäuschung, siehe Halluzination
- eine Pseudohalluzination

Hatten Sie schon mal eine Vision? Mit der Sie zum Arzt gegangen sind?



- Visionen entstehen nicht immer aus den glücklichsten Situationen
- Visionen scheinen oft eine unerträgliche Situation erträglicher zu machen
- Manchmal erkennt man im Rückblick, aus welcher Situation eine Vision entstanden ist

Aus dem Tagebuch

- 1986: "Bin zurück in Münster in der Betreuten WG und auch schon wieder in der Reha tätig.
Heute kam der graue Alltag über mich wie eine Lawine, die mich eingeschlossen hat und mit der ich zu Tal gesaust bin, versuche gerade mich wieder frei zu schaufeln.
Aus dem Traum erwacht, der mir vorgegaukelt hat, dass ich wie alle anderen lebe. Es gibt sehr große Unterschiede und es wird für mich nicht leicht werden aus dem „Psychoghetto“ auszubrechen, gemeinsam mit allen anderen, oder mit mehreren zumindest....." „
- Wer in Psychiatrischer Behandlung war braucht vielleicht Visionen



Vision von einem Genesungsweg

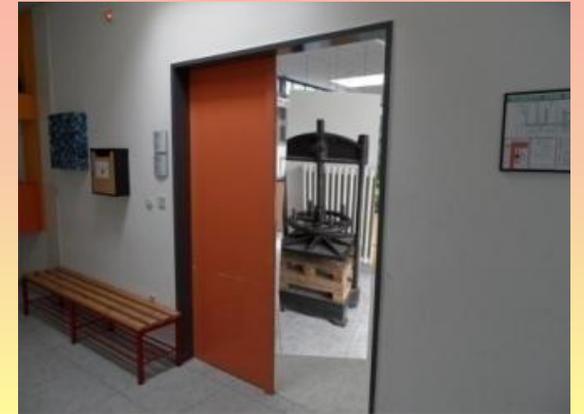


Aus dem Tagebuch

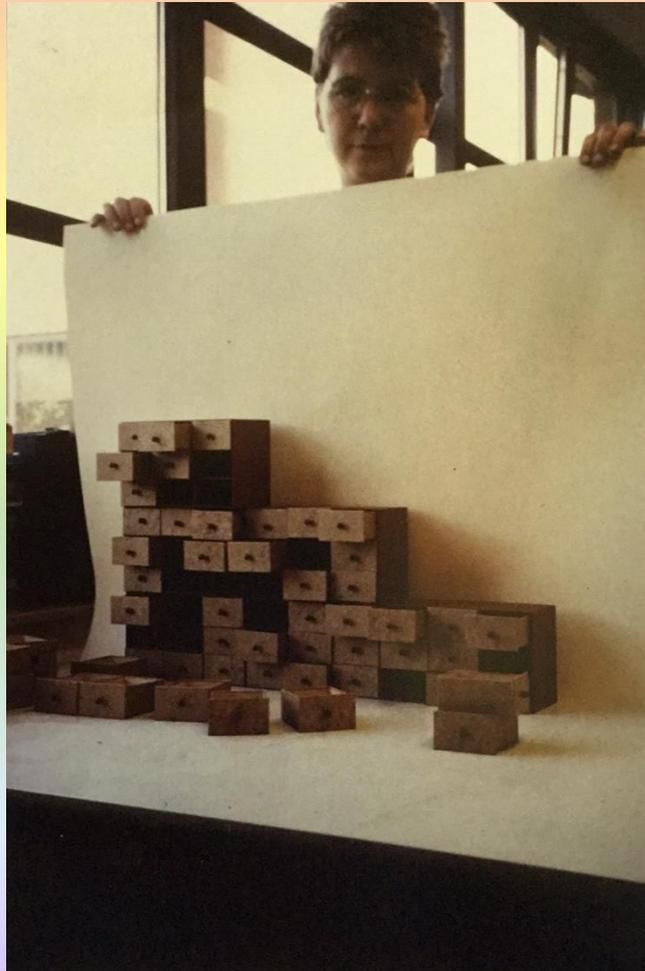
- 1994 : "mit dieser Ausstellung möchte ich völlig unwissenschaftlich und für jede(n) verständlich aufmerksam machen auf die Möglichkeit seelisch zu erkranken.
- Das kann jede(n) betreffen und andere Betroffen machen, weil ein vertrauter Mensch sich plötzlich oder allmählich völlig anders verhält, als man es von ihm gewohnt ist.
- Man kann wieder seelisch gesunden und dabei Einblicke in die eigentlichen menschlichen Bedürfnisse bekommen.
- Es geht letztlich darum, die Fähigkeit zu entwickeln sich selbst zu lieben - und einen eigenen freien Willen.
- Und es kann nur darum gehen auch im anderen Menschen diese Möglichkeiten zu sehen und zu fördern".....

Verschiedene Rollen von damals 1982 bis heute

- Patientin
- Geschlossene, offene, Therapiestation
- Ambulant betreutes Wohnen
- Arbeitstherapie
- Tagesklinik
- Auszubildende
- Patientin, in Maßnahme/ Mitarbeiterin
- Praktikantin für Ergotherapie
- Ergotherapeutin in einer Tagesstätte für Menschen mit chronischen psychischen ERkrankungen
- AusrichterIn von Tagungen
- Kooperationspartnerin
- Veranstalterin von Kursen
- Ausbilderin für Genesungsbegleiterinnen



Von der Patientin, die animiert und motiviert wurde, die alle Ergotherapeutischen Möglichkeiten genutzt hat



Wurde ich zu einer glaubwürdigen motivierenden Ergotherapeutin



Ergotherapeutin mit Visionen, sie waren nicht alle umsetzbar



„Dialog im Kreis Coesfeld“

„Eine gemeinsame Sprache finden“

Seit einem Jahr tauschen sich Psychiatrie-Erfahrene, Angehörige und Fachleute in einer Gruppe aus



Das Logo der Gruppe ist sinnbildlich kein runder, sondern ein dreieckiger Tisch: Die Ergotherapeutin Gudrun Tönnies (l.) und die Sozialpädagogin Sarah Böggering (r.) moderieren den „Dialog“. Sie sind Mitarbeiterinnen der Gemeindepsychiatrischen Dienste des Kreis-Caritasverbandes in Dülmen.

Die Expertise aus Erfahrung, die auch EX-IN Genesungsbegleiter einbringen - war bereichernd, auch wenn es nicht immer einfach war

- Starkes Engagement - Selbstaussbeutung
- Tiefes Verständnis für die Belange der KlientInnen –
- Partei ergreifen – Fürsprecher sein – Erklärerin Übersetzerin
- Veränderungswillen
- Streitbarkeit - Besserwisserei
- Kritisches Hinterfragen -unbequem
- Offen für Innovationen
- Hilfreich durch Zumuten und Zutrauen
- Fordern für die KollegInnen und die KlientInnen
- Manchmal gelassener sein
- Ausdauernd und Beharrlich auf Weiterentwicklung gerichtet
- Auch mal instabil
- Aber auch Stehaufmännchen

03.10.2018

15:15

„Wer, wenn nicht wir“ – Film
Vorstellung des Films über EX-IN von
J. J. Köster (Ausschnitte und Diskussion)
Carolin Dittmar, Bremen

EX-IN – Wege im persönlichen Budget
Torsten Tegge, LWL Münster

Perspektiven von EX-IN Absolventinnen
Claudia Bloh & Regina Schütte, Hamburg

Ganz so einfach ist das nicht!!
11 Jahre (mit) Expertin aus Erfahrung in
einem psychosozialen Dienst
Gudrun Tönnies, Münster
Hagen Freund, Coesfeld

Begegnung mit EX-IN – EX-IN Trainerkurs 1

- EX-IN TRAINERKURS
- TEILNAHME AUS MEHREREN BLICKWINKELN
- EIGENES RECOVERY BEWUSST GEMACHT
- DER EIGENEN GENESUNGSGESCHICHTE GELTUNG VERSCHAFFT
- VORTRÄGE ÜBER EMPOWERMENT UND GENESUNG
- ENTWICKLUNG DER ERSTEN EX-IN SCHULUNG IN NRW KÖLN

Tage der seelischen Gesundheit: Vortrag von Gudrun Tönnies in Dülmen zu Genesung und Selbstbefähigung

28. September 2009 | Kreis Coesfeld

Ergotherapeutin Gudrun Tönnies wird diesen Mittwoch (30.09.09) in Dülmen im Blauen Saal der Kreishandwerkerschaft, Ostdamm 133, ab 20:00 Uhr einen Vortrag halten. Die Fachfrau referiert im Rahmen der Tage der seelischen Gesundheit zum Thema „Perspektiven und Erfahrungen von Genesung und Selbstbefähigung“.

„Hinter diesem schwierigen Arbeitstitel verbirgt sich etwas im Grunde sehr einfaches“, so Gudrun Tönnies. Selbstbefähigung und Selbstregulation gebe es in ganz unterschiedlichen Bereichen, betont sie - und nennt das Beispiel vom Künstler, der sich als Autodidakt das Malen selbst beigebracht hat. „Das ist leicht verständlich; und wenn wir feststellen, dass die Bilder schön sind und gelungen, können wir sehen, wozu er sich selbst befähigt hat,“ erläutert Tönnies. Bei einer leichten Erkrankung wie einer Erkältung zeige dagegen der Körper, was nötig ist, um gesund zu werden: „Wir gönnen uns Ruhe, packen uns warm ein, nehmen etwas Medizin - und nach zwei Wochen sind wir wieder gesund.“ Das geschehe, weil der Körper Selbstheilungskräfte mobilisiert hat und die Medizin die Symptome lindert.

Sehr viel schwieriger sei es bei seelischen Erkrankungen, betont die Referentin, die in Dülmen als Ergotherapeutin in der Tagesstätte des Caritasverbandes für den Kreis Coesfeld e.V. tätig ist. Es gebe verschiedene Erklärungen für die Ursachen - und sehr unterschiedliche Auffassungen über die Möglichkeiten einer Heilung. Gudrun Tönnies: „Dadurch, dass wir mehr von uns, unseren Gefühlen und deren regulierender Kraft verstehen und indem wir erkennen, was krankmacht, können wir uns selbst befähigen, die Krise oder Erkrankung in den Griff zu bekommen.“ Dann können die Betroffenen Hoffnung entwickeln und wieder gesunden.

Gudrun Tönnies möchte in ihrem Vortrag auch darstellen, wie sie sich selbst dazu befähigt hat, mehr von einer seelischen Erkrankung, die als unheilbar galt, zu verstehen - und an den Ursachen zu arbeiten, um gesund zu werden. Dabei geht Tönnies von einem medizinischen Erklärungsmodell aus und macht die Begriffe Selbstbefähigung und Genesung anschaulich. Autodidaktisch entstandene Kunstwerke illustrieren ihren Vortrag und geben Einblicke in die Phasen einer Genesungsgeschichte. Die Veranstaltung kann ohne Voranmeldung besucht werden; die Teilnahme ist kostenfrei.

Das Gesamtprogramm der vom Verein zur Förderung der psychosozialen Dienste im Kreis Coesfeld e.V. organisierten Tage der seelischen Gesundheit ist im Internet abrufbar unter: www.kreis-coesfeld.de.



Referentin Gudrun Tönnies



Vision Integrationsbetrieb – Umgesetzt von Lebens-
Partnerin

„Trialog im Pott“ mit Angehörigen, Betroffenen und Profis

4. Dezember 2013 in [Kliniken](#), [Veranstaltungen](#), [Wissenschaft](#)

Psychische Erkrankungen von drei Seiten sehen – im Trialog zwischen Patienten, Angehörigen und Profis sollen Wissen und Erfahrungen auf Augenhöhe ausgetauscht, Verständnis füreinander aufgebaut und eine gemeinsame Behandlungsbasis gesucht. Für den Trialog macht sich seit vielen Jahren Prof. Dr. Georg Juckel, Ärztlicher Direktor des LWL-Universitätsklinikums Bochum im Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL), stark. „Für die gesamte Psychiatrie sind trialogische Ansätze, wie sie z.B. in der Deutschen Gesellschaft für Bipolare Störungen praktiziert werden, eine Chance, psychisch kranke Menschen besser zu begleiten und zu verstehen. Die gleichwertige Beteiligung von geschulten Erfahrenen und Angehörigen an der Behandlung und in der Forschung ist ein Ziel, an dem wir konstruktiv arbeiten wollen.“



Experten unter sich: Prof. Dr. Georg Juckel, Ärztlicher Direktor des LWL-Universitätsklinikums Bochum, und Gudrun Tönnies, EX-IN-Trainerin NRW, laden am Nikolaustag zum „Trialog im Pott“ ein. (Bildquelle: LWL)

Um alle am Genesungsprozess Beteiligten gleichermaßen zu erreichen, lädt das LWL-Universitätsklinikum Bochum in Kooperation mit EX-IN NRW (Experienced-Involvement = Beteiligung Erfahrener) zu einer öffentlichen Tagung am kommenden Freitag (6.12.), ab 13.30 Uhr ein: „Trialog im Pott – gemeinsam stark für Betroffene mit psychischen Störungen“. Es werden Experten, ehemalige Betroffene und Angehörige referieren. Eingeladen ist unter anderem Prof. Dr. Thomas Bock, Befürworter der Patienten- und Angehörigenbeteiligung in der Psychiatrie. Er entdeckte bei seiner Arbeit mit psychisch

service.

Newsarchiv

++ Bitte wählen

November 2017

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
		1	2	3	4	5
<u>6</u>	<u>7</u>	8	<u>9</u>	10	11	12
<u>13</u>	14	<u>15</u>	<u>16</u>	<u>17</u>	18	19
<u>20</u>	<u>21</u>	22	<u>23</u>	<u>24</u>	25	26
<u>27</u>	28	<u>29</u>	30			

« Okt

Themen

- [Alle News](#)
- [Gesundheitscampus](#) (541)
- [Kliniken](#) (533)
- [Technologieprojekte](#) (124)
- [Unternehmen](#) (258)
- [Veranstaltungen](#) (301)
- [Wissenschaft](#) (550)

ExpertInnen aus Erfahrung setzen Visionen um

EX-IN Kurse bei LebensART

- EX-IN Köln 1-8
- EX-IN Münster Kurse 1-7 Münster
- EX-IN Bochum 1
- EX-IN Wuppertal 1
- EX-IN Essen 1-3



Von 2010 bis heute LebensART

Die Kunst zu Leben – als Unterstützerin und Verbreiterin einer großen Idee

Die Kunst zu Überleben – eigenständig weiter entwickeln, was funktioniert und Kooperationen anbieten

Anmeldung EX-IN Fachtag, 23.02.10

Name:
Adresse:
Tel:
Email:

Vorbestellung Mittagessen LWL-Kantine
(Preis: 6,15 € - nicht in der Anmeldung inbegriffen):

JA
 NEIN

WORKSHOPS (bitte ankreuzen):

Vormittag:

EX-IN Das können wir schon lange
 Perspektiven aus der Selbsthilfe
 Psychiatrie im Umbruch
 EX-IN – und dann?

Nachmittag:

„Wer, wenn nicht wir“ - Film (Ausschnitte)
 EX-IN - Wege im Persönlichen Budget
 Perspektiven von EX-IN
 Ganz so einfach ist das nicht!!

Anmeldung bis 05.02.09 senden an:
Fax: 0251-1366578
Email: Gudrun-Toennes@web.de
Adresse: Gudrun Tönnies, Elsterweg 1, 48167 Münster

Anmeldegebühr:
Verdiener: 33 € - Nichtverdiener: 11 €
Bonus für Mitarbeit am Infotag (nach voriger Absprache - siehe Kontaktadresse)

Anmeldegebühr überweisen an:
Bankverbindung: Sparkasse Münsterland Ost
BLZ: 400 501 50
Kontonr: 135357606
Verwendungszweck: EX-IN MS - Name

Für den ermäßigten Kinointritt bitte Abschnitt „Abendprogramm“ behalten.

Experienced **EX-IN** Involvement

Unterstützer:

Weg Bahnhof - Landeshaus (Fußweg):
Verlassen Sie den Bahnhof durch den Hauptausgang (Richtung Innenstadt / Berliner Platz). Wenden Sie sich vor dem Bahnhof direkt nach rechts und gehen Sie immer geradeaus, entlang der Bahnhofstraße und weiter über die Ampel an der Eisenbahnstraße entlang. Überqueren Sie die Warendorfer Straße. Direkt an der Kreuzung befindet sich das Landeshaus.

Weitere Wegbeschreibungen finden Sie hier:
www.lwl.org/LWL/Der_LWL/Anfahrt

Veranstaltungsort:
Landeshaus, Freiherr-vom-Stein-Platz 1 (Kreuzung Warendorfer Straße)
48133 Münster

Organisation:
EX-IN NRW Initiative, Gudrun Tönnies
Initiative Tel: 0251-2108820
Fax: 0251-1366578
Email: Gudrun-Toennes@web.de
Info: Flyer EX-IN - www.ex-in-nrw.de

**Beteiligung
Psychiatrie-
Erfahrener**

EX-IN Fachtag, 23.02.10
in Kooperation mit dem
LWL
Psychiatrie-Verbund Westfalen
Landeshaus - Münster

EX-IN (Experienced-Involvement) Beteiligung (Psychiatrie) Erfahrener

Das Curriculum (der Lehrplan) zur Ausbildung von Psychiatrie-Erfahrenen zu EX-IN Genesungsbegleitern wurde von 2005 bis 2007 von norwegischen, schwedischen, niederländischen, englischen, slowenischen und deutschen Partnern im Rahmen eines europäischen „Leonardo da Vinci“ Pilotprojektes entwickelt. Das Konzept geht davon aus, dass das Wissen aus eigener Erfahrung eine Bereicherung in der psychiatrischen Arbeit, Lehre und Forschung ist.

EX-IN (Experienced-Involvement) Genesungsbegleiter/in

ist eine bei LebensART nach AZAV Richtlinien zertifizierte Ausbildung. Damit haben wir eine verbindliche Grundlage für die Finanzierung über den Bildungsgutschein der Arbeitsagenturen und Jobcenter geschaffen.

Von der Erfahrung zahlreicher Durchgänge der EX-IN Ausbildung mit kontinuierlicher Modulbegleitung als Kursleitung ausgehend, haben wir die Ausbildung den regionalen Erfordernissen, den Bedürfnissen der Teilnehmenden und der zukünftigen Arbeitgeber angepasst und weiter entwickelt.

Die Ausbildung zielt vor allem auf Professionalisierung der Teilnehmer ab. Gleichzeitig bleibt der Fokus auf der Individualität der Teilnehmer und deren Förderbedürfnissen. LebensART führt die Ausbildung mit verschiedenen Kooperationspartnern durch, die Akteure im Psychiatrischen Kontext sind, damit wird auch die Schaffung von Arbeitsplätzen gefördert. Die Arbeitsweise und die Inhalte der Ausbildung entsprechen dem EX-IN EU Lehrplan.

Die Absolvent/innen bekommen zum Abschluss ein Zertifikat vom Träger LebensART.

Veranstalter -Kontakt - Adressen

EX-IN Münster

Kontaktadresse für alle Standorte

LebensART Gudrun Tönnies
Rektoratsweg 40 /
Ecke Kerstingskamp
48159 Münster

0251 924520-66 / 65
toennes@lebensartmuenster.de

Kooperationspartner - Veranstaltungsorte

EX-IN Köln

Ausbildungsort
BTZ (Berufstrainingzentrum) Köln
Vogelsanger Straße 193
50825 Köln

EX-IN Essen

Diakoniewerk Essen
gemeinnützige Gesellschaft für Arbeit und
Beschäftigung AiD mbH
Bergerhauser Straße 17
45136 Essen

Informationen und Vernetzung

www.ex-in-lebensart.de
www.ex-in-nrw.de - EX-IN NRW e.V.
www.ex-in-genesungsbegleiter.de

Faltblatt Ausgabe - September 2016

EXperienced - INVOLvement

Ausbildung und Beteiligung
von Menschen
mit Psychiatrie-Erfahrung

Genesungsbegleiter



Wir können etwas bewegen, gemeinsam und mit KooperationspartnerInnen sind wir stark

ExpertInnen aus Erfahrung sind KritikerInnen und ImpulsgeberInnen



Quellen und Links: <http://www.ethikrat.org/veranstaltungen/anhoerungen/psychiatrie> und copyright Maria Klein Schmeink MDB, <http://www.klein-schmeink.de/aktuelles/meldung/bericht-zum-fachgesprach-von-betroffenen-zu-beteiligten-patientinnen-staerken-und-begleiten.html>

[Startseite](#)

[Jugend und Schule](#)

[Wohnen](#)

[Arbeit](#)

[Freizeit](#)

[Gesundheit](#)

[Alter](#)



Arbeit wichtig für Genesung

Fragen & Antworten

Gudrun Tönnies ist Ergotherapeutin und Theaterpädagogin. Sie leitet die Agentur LebensART, die Angehörige von Menschen mit psychischer Erkrankung und Mitarbeiter in Integrationsunternehmen berät. Als EX-IN Trainerin bietet sie Fort- und Weiterbildungen für Menschen mit Psychiatrieerfahrung an. (EX-IN (Experienced-Involvement) ist eine spezifische Weiterbildung für Menschen mit Psychiatrieerfahrung zu Genesungsbegleitern und Dozenten)

Frau Tönnies, wie weit können wir schon von der Inklusion von Menschen mit psychischen Erkrankungen sprechen?

Wir machen die ersten Schritte dahin. Dabei ist mir besonders wichtig, dass alle Menschen – die mit und die ohne Behinderungen – aufgrund ihrer Fähigkeiten wahrgenommen werden, nicht wegen ihrer Beeinträchtigungen. Jeder Mensch hat etwas, das ihn auszeichnet und mit dem er auch für andere interessante Beiträge leisten kann. Das gilt vor allem für das Arbeitsleben, das für viele Menschen einen besonderen Stellenwert für das Selbstwertgefühl und das Empfinden von Gesundheit einnimmt. Wenn man zum Beispiel auf einer Party erzählt, dass man wegen einer psychischen Erkrankung nicht arbeiten kann, verstummt schnell das Gespräch. Gegen diese Sprachlosigkeit müssen wir ankämpfen: In der Gesellschaft, aber auch während der Therapie der Erkrankten. Der Aspekt Arbeit und sinnvolle Beschäftigung sollte so schnell wie möglich in den Genesungsplan aufgenommen werden. Wenn wir das berücksichtigen, wären wir bei der Inklusion von Menschen mit psychischen Erkrankungen ein ganzes Stück weiter.

"Wenn das Leben keine Vision hat, nach der man sich sehnt, dann gibt es auch kein Motiv, sich anzustrengen." (Erich Fromm) .

Save The Date -
Tagung 25. und 26.09.2018

Die
Zukunft
hat schon begonnen:
Eine psychiatriefähige
Gesellschaft
und
eine gesellschaftsfähige
Psychiatrie -
durch Experten
aus Erfahrung.

Einladung zum Mitmachen

Vielen Dank fürs zuhören

Weitere Informationen:

www.lebensartmuenster.de

www.exin-lebensart.de

www.ex-in.nrw



*Wir freuen uns auf Ihre/Eure Beiträge...
Ihr/Euer EX-IN NRW e.V. Team*

