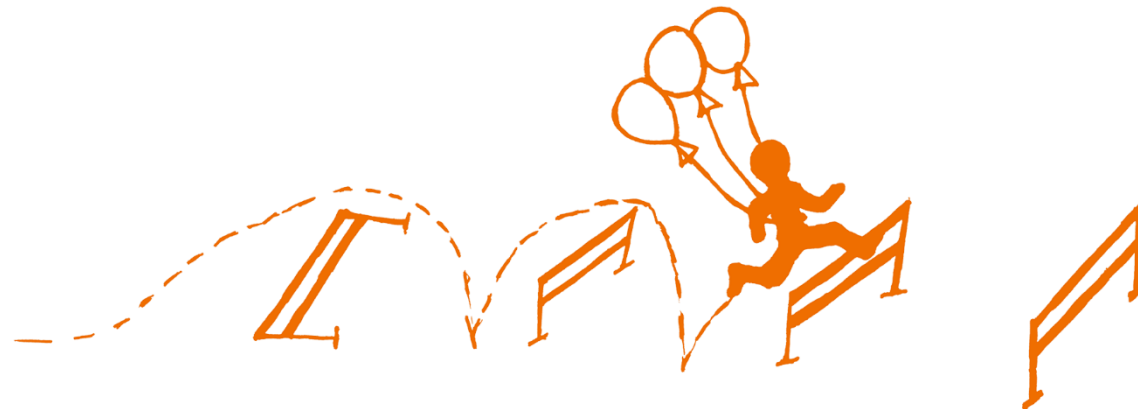


Willkommen

Tagung: Empowerment durch Bildung –
Standpunkt und Zukunftsperspektiven der Recovery – und Empowerment Colleges



Das Empowerment College - Bildungsangebote rund um psychische Gesundheit für alle

Wie kam die Idee nach Bremen?

- Der Recovery College Ansatz entstand in den USA aus der Recovery Bewegung um 2000 (Arizona, Boston).
- Nach Europa kam der Ansatz über Großbritannien 2009 (NHL South London).
- Bei FOKUS haben wir 2017 bis 2018 ein europäisches Projekt (Erasmus+) geleitet mit sechs Partnern (Italien, Bulgarien, Polen, Niederlande, Großbritannien, Deutschland). Wir haben viel von den Engländern gelernt, aber auch eigenständige Ideen entwickelt, deshalb sind wir bis heute ein Empowerment College und beziehen uns auf den Empowerment Begriff und Recovery

Unsere Rahmenbedingungen im aktion mensch Projekt

Heute:

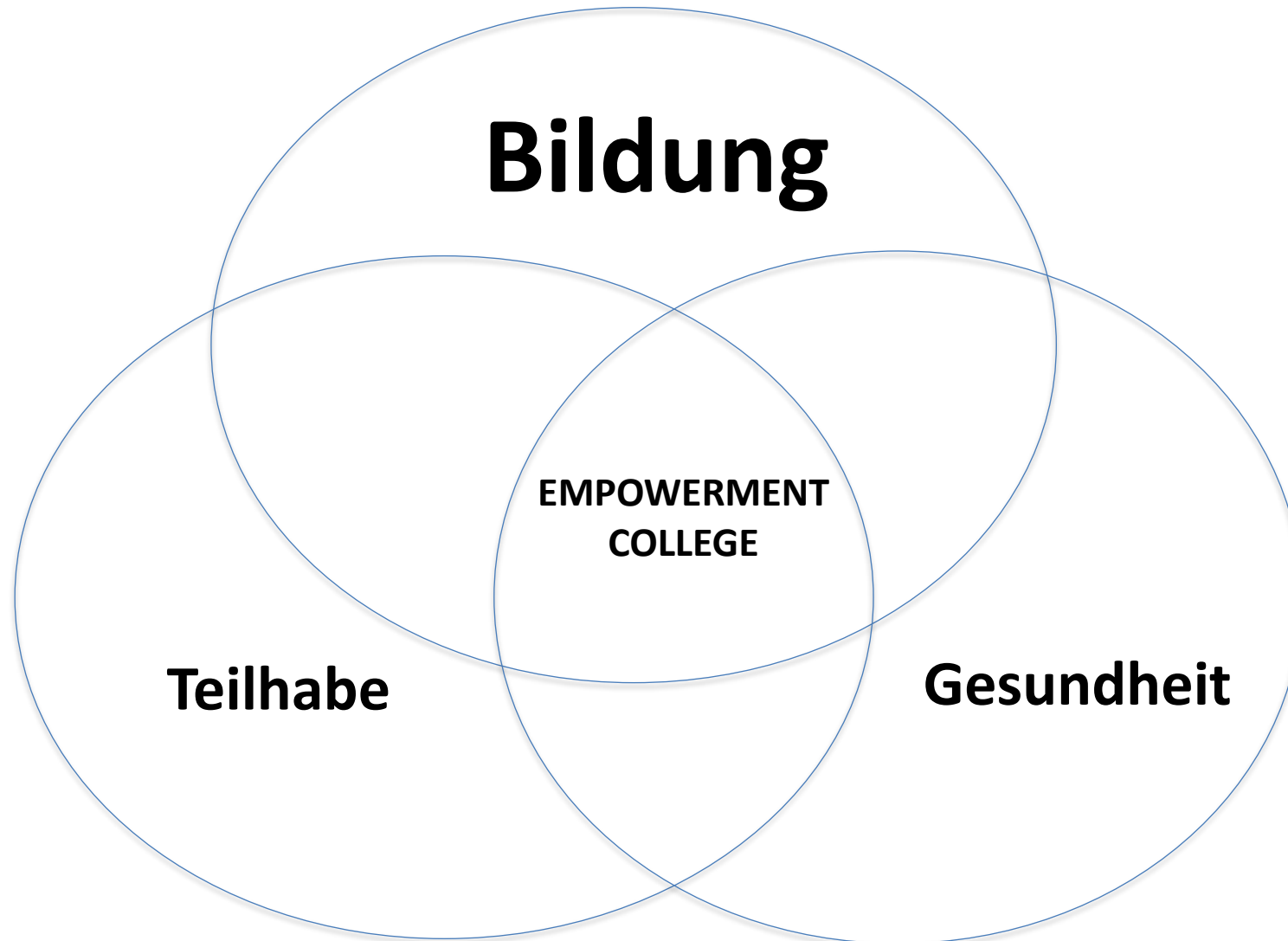
- 3,5 Jahre: 1.8.2020 – 30.11.2023
- Kurse entwickeln und erproben
- Erprobung, Evaluieren, verbessern
- Nachhaltige Finanzierungsmodelle entwickeln

Definition:

Das Empowerment College ist ein Ort, an dem sich Menschen mit sehr unterschiedlichen Perspektiven und Erfahrungshintergründen begegnen.

In Kursen mit überschaubarem Zeitaufwand erwerben sie Wissen rund um Themen der psychischen Gesundheit und tauschen sich darüber aus. Die Teilnehmer*innen sind Studierende und wählen ihre Kurse und Ziele selbstbestimmt.

Ein neues Bildungsangebot



Für:



Was heißt das in der Praxis?

Prinzipien – Wir arbeiten:

- Koproduktiv auf allen Ebenen
- mit dem Austausch von Erfahrungen
(Erfahrungsbasiertes Lernen)
- Inklusiv – mit einem niedrigschwelligen Zugang zu
Bildung für alle
- Empowerment-orientiert
- Recovery-orientiert
- mit Instrumenten der Qualitätssicherung

Koproduktiv auf allen Ebenen

- Menschen mit erlebten psychischen Erschütterungserfahrungen (größtenteils mit EX-IN Genesungsbegleitungsfortbildung) arbeiten im Tandem mit Menschen mit beruflicher Expertise auf inhaltlicher Ebene gleichberechtigt zusammen
 - im Team des Colleges, als Trainer*innentandem bei der Kursentwicklung und Durchführung, in den Kursen selbst
 - Teilnehmende haben unterschiedliche Möglichkeiten an der Gestaltung mitzuwirken

Erfahrungsbasiertes Lernen

- Wir arbeiten einerseits mit Input, Lehr- und Lernmethoden, erfahrungsbasiertem Lernen
- Andererseits auch mit Methoden, die gelerntes erlebbar machen
- Erfahrungen mit psychischen Erschütterungen und der Umgang damit sind wertvolle Ressourcen
- Der Austausch dieses Wissens in unterschiedlicher Form innerhalb und unter den Zielgruppen ist wichtiger Bestandteil des Angebotes

Empowerment orientiert

- Das EC ist ein Bildungsangebot, kein Behandlungsort – Teilnehmer*innen sind Studierende, die hier etwas lernen und aus ihrem Erfahrungsschatz wichtiges beitragen
- Die Studierenden erleben sich als selbstbestimmt, zum Bsp. bei der Wahl ihrer Kursthemen, ihrer Lernziele und im Austausch mit der Gruppe
- Bestimmte Kursthemen (Meine Rechte, Gremienkompetenz) regen an, das Psychiatrie-Erfahrene mehr gesellschaftlichen Einfluss erhalten, dort, wo es sie angeht; als Expert*innen aus Erfahrung anerkannt werden
- Wir regen die Bildung von sozialen Netzwerken an

Recovery-Orientiert

- Studierende können hier neue Wege entdecken, wie sie ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden fördern können,
- Wie sie Einfluss nehmen können auf Symptome und Lebenssituationen
- Wir vermitteln Wissen, dass selbstbestimmt genutzt werden kann
- Die Akzeptanz aller Teilnehmenden und der Ressourcenorientierte Fokus vermittelt Hoffnung und ermöglicht, neue Wege zu entdecken,
- Aber auch eine Transformation von Krisen und Krankheitserfahrung hin zu Genesungsexpertise

Inklusiv – niedrigschwelliger Zugang zu Lernen für alle

- Wir ermöglichen einen sehr persönlichen Anbahnungs-/ Anmeldeprozess
- Unsere Kurse sind offen für Menschen mit sehr unterschiedlichem (akuten) Symptom erleben und unterschiedlich schweren Diagnosen (sehr große Spannbreite)
- Wir sind mit vielen Teilnehmer*innen im persönlichen Kontakt und unterstützen während und neben dem Kursgeschehen um eine Teilnahme zu ermöglichen oder Abbrüche zu vermeiden
- Wir fragen alle Teilnehmer*innen nach ihren individuellen Bedürfnissen und Wünschen für eine gelingende Teilnahme und berücksichtigen diese
- Wir stellen einen Skillskoffer in allen Kursen zur Verfügung
- Wir schaffen eine sehr wertschätzenden, annehmenden Lernatmosphäre

Unsere QM-Tools

- Koproduktive Workshops zur Erarbeitung von Kursen
- Kurse haben klare, messbare Lernziele
- Teilnehmer*innen formulieren ihre eigenen Ziele und können indiv. Unterstützungsbedarf benennen
- Feedbackbögen am Ende jeden Kurses, Auswertung der Lernziele
- Trainer*innenschulung – vom TN zur Trainer*in
- Trainer*innen Fragebögen und Reflexionstreffen
- Externe Evaluation
- Bedarfsermittlung - Planung – Durchführung – Evaluation – Auswertung – Verbesserung - Durchführung

Was passiert jetzt?

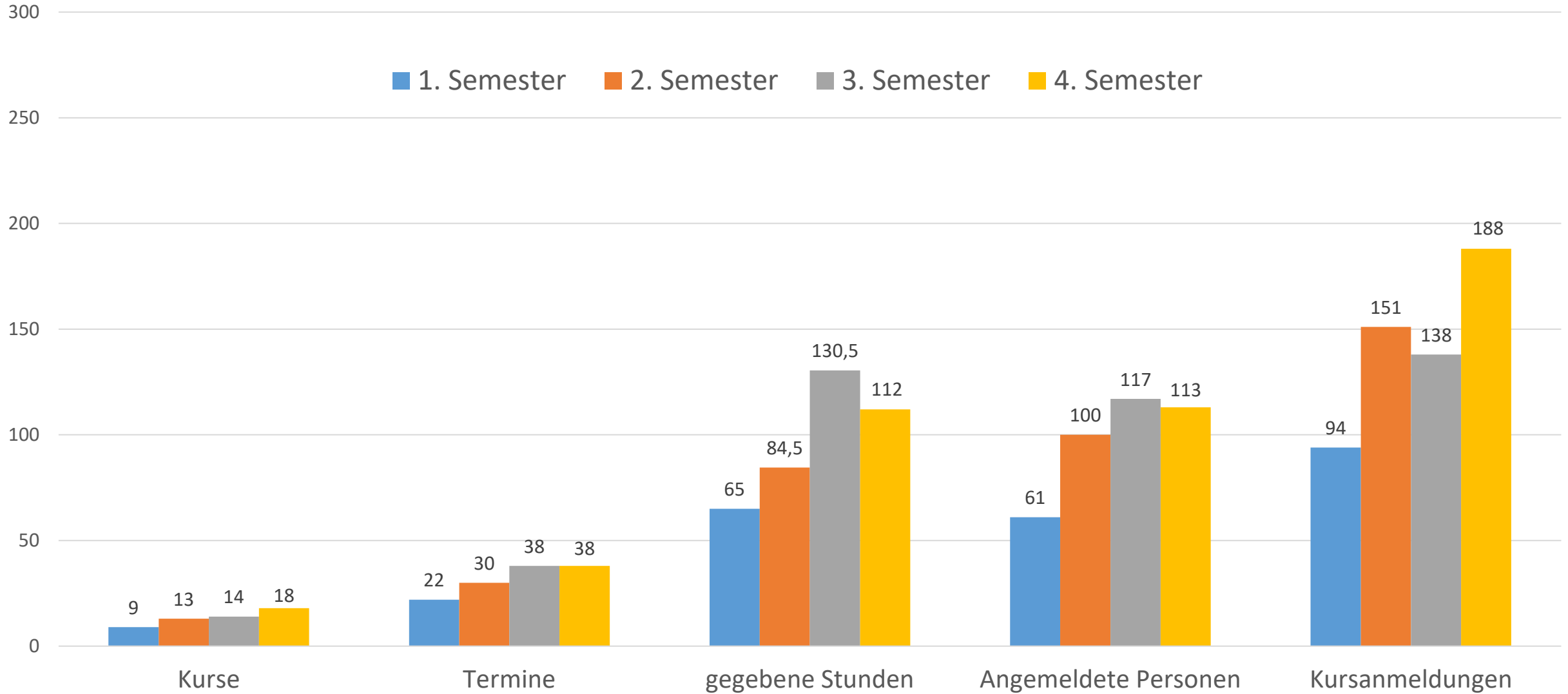
- Wir stellen Ihnen nun die Ergebnisse des aktion mensch geförderten Projektzeitraumes vor.
- Dies geschieht aus zwei Perspektiven:
- Projektintern – unsere eigenen Auswertungen, unsere eigenen Reflexionen und die Feedbacks der Teilnehmenden
- Der Blick von „außen“. Das dritte Semester des College wurde extern durch die Forschungsgruppe partizipative sozialpsychiatrische Forschung evaluiert. Mit Interviews und Fragebögen

Eigene Auswertungen

Das Projekt insgesamt in Zahlen:

- 63 Kurse, davon 39 verschiedene Themenbereiche
 - 154 Termine mit insgesamt 459,5 gegebenen Stunden
 - 415 angemeldete Personen
 - 636 Kursanmeldungen
-
- (ca. 50% der TN belegen mehrere Kurse)
 - Ein Teil nimmt über mehrere Semester an verschiedenen Kursen teil

Das EC in Zahlen





Auswertung TN Feedback

	1. Semester	2. Semester	3. Semester	4. Semester
Gesamtzufriedenheit:	1,57	1,69	1,36	1,56
Wurde gutes Theorie- und Hintergrundwissen vermittelt?	1,49	1,77	1,60	1,55
Praxisbezug/Praxiswissen	1,74	1,69	1,59	1,58
Wurde der Unterricht spannend/abwechslungsreich gestaltet?	1,46	1,53	1,70	1,50
Lernziele erreicht?	1,85	2,14	1,94	1,81
Trainer*innen waren in der Lage, mein Lernbedürfnis zu unter, er/sie war für mich ansprechbar und reagierte flexibel	1,34	1,43	1,43	1,36
Das Tempo der Lernstoffvermittlung war für mich richtig, mein Wissenstand ist größer geworden.	1,64	1,69	1,79	1,60
Trainer*innen gelang es eine gute Atmosphäre für Diskussionen zu schaffen.	1,27	1,36	1,39	1,06
Steuerung des Geschehens	1,42	1,71	1,71	1,43
Fachliche Kompetenz	1,28	1,47	1,37	1,26
Interesse geweckt?	1,39	1,50	1,53	1,41
Trainer*innen gelang es das Erfahrungswissen als Mitarbeitende in der Psychiatrie bzw. als Erfahrungsexpert*in einzubringen	1,33	1,49	1,41	1,43
Gute Lernatmosphäre = Gute Atmosphäre + Steuerung + ansprechbar reagiert flex.	1,34	1,50	1,51	1,28
Anzahl bewerteter Kurse:	8,00	7,00	9,00	10,00
Gesamtanzahl Bewertungen:	57,00	37,00	79,00	91,00

Wer profitiert vom College?

Unser Eindruck: ca. 70% Erfahrene / ca. 20% Angehörige / 20% Fachkräfte (Doppelnennungen) – je nach Kurs sehr unterschiedliche Zusammensetzung

- **Erfahrene:** Care leaver, Menschen, die unabhängig von Hilfen leben oder es wollen;
- Menschen, die sich schon lange im Hilfesystem bewegen und nach neuen, anderen Impulsen suchen (z.B Therapiepause, Suche nach geeigneter Hilfe, Unzufriedenheit mit den bestehenden Angeboten)
- Menschen, die bisher keinen oder wenig Kontakt mit dem Hilfesystem haben
- Teilnehmende, die Selbsthilfe-Erfahrung haben, denen SHG Gruppen zu wenig Input bieten
- Einerseits erreichen wir vor allem recht stabile Teilnehmende, es kommen aber genauso Menschen, die zeitweise oder durchgängig zum Teil starke Symptome erleben
- **Angehörige**, die nicht ausreichend gesehen werden in ihrer Situation, die konkrete Fragen mitbringen, zum Teil hohen Leidensdruck haben, überlastet sind
- **Fachkräfte**, die recovery-orientiert eingestellt sind und den Austausch über die Grenzen des Teams, der Organisation hinaus suchen

In welchen Bereichen wirkt das EC?

- Selbstwirksamkeit
- Nachsorge
- Dialog
- Prävention
- Selbsthilfe
- (Selbst-)Akzeptanz
- Soziale Kontakte
- Soziale Kompetenzen
- Psychoedukation (niedrigschwellig, praxisorientiert, ohne Deutungshoheit/ Ergebnisoffen)
- Stabilisierung
- Tagesstruktur
- Sinnhaftigkeit, Hoffnung, persönliches Wachstum → Recovery/ Empowerment

Was sagen die Teilnehmenden?

Das Empowerment College ist für mich...

Ein Raum für
Begegnung,
Erfahrungsaustausch,
Wissensvermittlung
und
Perspektivwechsel.
Lars

Ein sicherer Raum in
dem ich lernen,
wachsen und positive
Erfahrungen machen
kann.
Miriam Link

Wichtig weil ich hier
Menschen treffe und
kennenlerne die mich und
meine gesundheitlichen und
seelischen Probleme selber
kennen und erlebt haben:
Und mich verstehen und
mich annehmen so wie ich
bin.
Anonym

Ein Ort der Begegnung,
des Austauschs und der
Wissensvermittlung. Ich
fühle mich sehr wohl und
es ist ein Sehnsuchtsort.
Die Menschen sind
fantastisch herzlich und
wertschätzend.
Nadine

Neues Wissen, das ich
sonst nirgendwo so
bekomme (über
psychisches) zu lernen.
Es ist ein Ort des
Vertrauens, der
Weiterentwicklung für
mich.
Anonym

... ein Ort, an dem ich
mich mit Menschen
austauschen kann, die
ähnliche Probleme haben
wie ich. ... ein Ort, an
dem ich so sein darf, wie
ich bin ... ein Ort an
dem ich ohne Druck
lernen kann.
Anonym

Das würde ich potentiellen Geldgebern gerne sagen um sie von der Wirksamkeit des EC zu überzeugen...

Wir als Eltern fanden diese Seminare für uns sehr wichtig. Während dieser Seminare bekamen wir einen Zugang zu dieser psychiatrischen Erkrankung aufgrund von Selbstdarstellung Betroffener. Diese Treffen waren für unsere schwierige Lebenssituation sehr wichtig.

Anonym

Dieses Angebot ist für so viele Menschen erreichbar ... Es ist Bildung und sozialer Kontakt mit Gleichgesinnten. Das ambulante System muss weiter gestärkt werden.

Nadine

Es ist kein Geheimnis, dass wir insgesamt in einer Welt leben, die für viele Menschen beängstigend ist, die verunsichert etc. Wir brauchen dringend guten Anlaufpunkte die jedem Menschen helfen in dieser Welt klar zukommen.

Anonym

Das EC ist für mich als Betroffener eins der wenigen Projekte, das mir wirklich weitergeholfen hat. Besonders der Dialog und die Recovery orientierte Arbeit machen einen großen Unterschied.

Meiko Wolter

Mir hat es in der psychischen Weiterentwicklung helfen können, meine Skills- Liste erweitert, therapeutische Ansätze erweitert und mich generell in meinem Alltag unterstützen können.

Anonym

Während der Wartezeit auf eine Therapie hilft ein Kurs gemein, sich mit sich selbst auseinander zu setzen und ein Austausch mit anderen Leuten zu theoretischer Input unterstützt dabei.

Marlis

Vernetzungsgruppe der Colleges

Das Netzwerk der deutschsprachigen Recovery und Empowerment Colleges

- Erstes Treffen 11.11.2020 mitten in der Pandemie
- Ca 7 Treffen seither alle online

Netzwerk

- Beteiligt an der Erstellung der gemeinsamen Werte waren die rechts stehenden Colleges
- Teil des Netzwerkes sind noch weitere Colleges, insgesamt 11

Das nächste Netzwerktreffen findet online statt am

16.11.2023 von 10-13 Uhr

Anmeldung über:

info@recovery-college-gt-owl.de



Recovery College
Gütersloh-Owl



Empowerment College
Bremen

Recovery College
Berlin

Recovery College
Berlin



Recovery College
Bern



Recovery College
Stuttgart

RECOVERY AKADEMIE
MITTELHESSEN -
Austausch und Bildung

Recovery Akademie
Mittelhessen



Recovery College
Osnabrück



Recovery College
Südbaden