

# EX-IN Treff Göttingen/AG Peerarbeit Göttingen – Aktivitäten 1. Halbjahr 2019

## EX-IN Treff Göttingen

EX-IN Treff Göttingen wurde von EX-IN Ausbildungsteilnehmer\*innen initiiert, um die Isolation nach der Ausbildung (es fehlte da etwas) zu überwinden. Isolation ist nicht genesungsförderlich und auch das selbst-



**Experten durch Erfahrung<sup>®</sup>  
in der Psychiatrie**  
Ex-In Göttingen

bestimmte, ehrenamtliche Engagement im Treff trägt zum gesundheitlichen Wohlbefinden bei.

Der EX-IN Treff Göttingen bietet die Möglichkeit, sich rund um EX-IN informieren zu können. Dabei sind wir eine offene Gruppe für Leute, die mehr über EX-IN erfahren wollen und die wir gerne begrüßen.

Wir unterstützen und gegenseitig orientiert am Gedanken der Genesung (= Recovery-Konzept) auch im Fall seelischer Notlagen: In 2019 litt ein Teilnehmer an einer depressiven Episode. Häufig sind wir außerdem in Selbsthilfegruppen verankert und bereichern sie durch unsere Impulse.

Seit wir Vereinsstrukturen haben (März 2019: wir sind nun eine Untergliederung von EX-IN Niedersachsen e. V.) nehmen einzelne Teilnehmer\*innen des Treffs an Vorstandssitzungen auf dieser Landesebene teil. Auch sonst haben wir an der internen Vernetzung weitergearbeitet und einige Teilnehmer aus Göttingen haben an der Mitgliederversammlung von EX-IN Niedersachsen e. V. Ende November 2019 in Hannover teilgenommen. Darüber hinaus fand das diesjährige zweite niedersächsische Netzwerktreffen in Göttingen im Oktober 2019 statt und wurde auch maßgeblich von hier vorbereitet. Neben dem einführenden thematischen Aspekt von Partizipation und Selbsthilfe folgten Berichten aus den Regionen. Schließlich haben wir in drei verschiedenen Workshops zu interessanten Themen gearbeitet: Durchführung von Dialogen/Psychiatrie-Foren, Etablierung von Peerberatung/-begleitung, Rollenverständnis von Genesungsbegleiter\*innen/Peer-Unterstützer\*innen. Die Teilnahme an der Jahrestagung von EX-IN Deutschland Anfang März 2020 in Dresden ist geplant.

2019 entstand außerdem eine zeitlich begrenzte Projektgruppe von EX-IN Göttingen, der sich einzelne Teilnehmer\*innen aus dem Treff und auch externe Interessent\*innen anschlossen. Die Projektgruppe möchte Beiträge zum Aktionstag Mensch für Menschen mit Behinderungen (Mai 2020) erbringen. In 2020 geht es um den Lebensbereich „Wohnen und beeinträchtigungsbedingte und gesellschaftliche Wohn-Barrieren“ Unsere Projektgruppe befasst sich mit diesem Thema, um die Sicht von Menschen, die seelische Krisen erleben/seelische Beeinträchtigungen haben und was das mit (seelischer) Gesundheit zu tun hat, in die Gestaltung des Aktionstages einzubringen.

Der EX-IN Treff hat auch im zweiten Halbjahr 2019 regelmäßig einmal monatlich stattgefunden. Erfreulich ist, dass neben immer vorkommenden personellen Fluktuationen der „harte Kern“ im Treff in 2019 gewachsen ist.

Maßgeblich trägt der EX-IN Treff bzw. die daran Teilnehmenden auch unsere ebenfalls einmal im Monat sich treffende AG Peerarbeit.

**Der EX-IN Treff Göttingen findet jeden 1. Dienstag im Monat von 18:15 bis 20 Uhr im C-Avinio (Rote Straße 29 – Eingang um die Ecke in der Kurzen-Geismar-Straße) in Göttingen statt.**

## AG Peerarbeit

Die AG Peerarbeit ist eine Arbeitsgruppe im Sozialpsychiatrischen Verbund (SPV), in dem sich Betroffene engagieren, um ihre Sicht und ihre Erfahrungen in den Verbund einzubringen und eine Arbeitsgruppe von EX-IN Göttingen. Neben EX-INS und Aktiven aus Selbsthilfegruppen ist die AG auch offen für interessierte Einzelpersonen. Für viele EX-INS in Göttingen ist es wichtig, in der klassischen Selbsthilfe verankert zu sein und mit ihr zusammenzuarbeiten. Auf diese Weise werden von uns wichtige Impulse für die weitere externe Vernetzung beigesteuert. Ein Schwerpunkt der AG ist neben der Mitwirkung im SPV Göttingen inhaltliche Themen mit psychiatrischer Relevanz aufzugreifen.



Arbeitsgruppe von EX-IN Göttingen-Süd-niedersachsen und Betroffenenstimme im Sozialpsychiatrischen Verbund Göttingen

Wir verfolgen viele Ideen mit viel Freude:

Das Thema „Stärkung der Dialogischen Kultur“ steht noch auf der Agenda: Wie wir die Welt wahrnehmen, wird durch die eigenen „mentalen Modelle“/inneren Brillen bestimmt. Solche inneren Bilder dienen der Orientierung und reduzieren die Komplexität dessen, was wahrgenommen werden kann. Allerdings: Andere Perspektiven können ebenso berechtigt sein. Problematisch werden innere Bilder dann, wenn wir glauben, wir hätten sie nicht und wären unvoreingenommen. Im Dialog kann bewusst werden, dass solche Wahrnehmungsfiler/„mentalen Modelle“ existieren. In Dialogen können unterschiedliche Weltansichten und Perspektiven erkannt und benannt werden. Das Thema soll bei freiem Zeitfenster weiterverfolgt werden. In der zweiten Jahreshälfte 2019 haben wir allerdings nicht zu diesem Thema weiterarbeiten können.

Da in der ersten Jahreshälfte 2019 auch viele Ideen entstanden, haben wir vorbereitende (zeitlich begrenzte) Projektgruppen eingerichtet, die ein bestimmtes Anliegen der Gruppe für die AG Peerarbeit vorbereiten. Folgende Projektgruppen arbeiten zurzeit und haben folgenden Stand der Dinge erreicht:

- Etablierung einer Freizeitinteressen-Börse zur Überwindung von Einsamkeit, guter Zeitgestaltung und Steigerung der Lebensqualität: das Konzept steht, Flyer etc. sind vorbereitet – es muss noch eine Finanzierung für eine größer angelegte Flyer-Aktion und für die FiB benötigte Materialien gefunden werden.
- Projektgruppe „Film - sie bereitet es vor, dass von der AG Peerarbeit in (gemeinde-)psychiatrischen Einrichtungen Filme vorgeführt werden; an Ideen, welche unterhaltsamen Filme die psychiatrische Relevanz haben mangelt es nicht und es wurde eine Liste erarbeitet; nun müssen vor allem die rechtlichen Fragestellungen noch geklärt werden und dann konkrete Absprachen mit Einrichtungen getroffen werden.
- Projektgruppe, die unser Angebot einer Recovery-Gruppe vorbereitet, an der Interessent\*innen ab kommenden Jahr teilnehmen können – das Konzept steht ebenfalls weitgehend; wegen Erkrankung einer mitdurchführenden und maßgeblichen Person soll das Angebot evtl. erst ab Herbst 2020

erfolgen und die Zeit bis dahin für Verfeinerungen und die Vorbereitung einer Flyer-Aktion genutzt werden.

#### Weitere Aktivitäten

- Wir begrüßten in der ersten Jahreshälfte außerdem eine Mitarbeiterin der Station 7 (unten) des Asklepios Fachklinikums, die uns im Rahmen einer Zusammenkunft der AG Peerarbeit etwas über das Recovery-Konzept der Station berichtete. Wir haben den auf der Station verteilten Persönlichen Recovery-Plan aus der Perspektive des Recovery-Begriffs der Betroffenen-Bewegung betrachtet und zwischenzeitlich ein schriftliches Thesenpapier verfasst und wir möchten den Kontakt weiter pflegen.

- „Einsatz von Sicherheitsdiensten in Psychiatrien“: Wir haben uns darüber hinaus mit einem Schreiben an die Göttinger Psychiatrien gewandt, in dem wir um weitere Informationen zum Einsatz privater Sicherheitsdienste in Psychiatrien bitten. Wir haben auch eine Antwort bekommen: Private Sicherheitsdienste werden in der Göttinger Uni-Psychiatrie/UMG eingesetzt, das Asklepios Fach-Klinikum setzt keine privaten Sicherheitsdienste ein. Das Schreiben der Uni-Psychiatrie eröffnete lauter weitere Fragen, da es sehr allgemein gehalten war.

**Die AG Peerarbeit findet jeden 2. Dienstag im Monat von 18:15 bis 20 Uhr im C-Avinio (Rote Straße 29 – Eingang um die Ecke in der Kurzen-Geismar-Straße) in Göttingen statt.**

**Die Teilnahme an den (ggf. temporären) Projektgruppen im EX-IN Treff und der AG Peerarbeit erfolgt zusätzlich, jedoch freiwillig – abhängig davon wie viel Zeit interessierte Menschen einbringen möchten. Sie haben vorbereitenden Charakter für den EX-IN Treff bzw. die AG Peerarbeit, d. h. etwaige Entscheidungen werden vom Treff bzw. der AG getroffen.**