

Curriculum zur Qualifikation von Angehörigenbegleitung in der Gesundheitsversorgung (Kurzfassung)

Einleitung

Angehörige von psychisch erkrankten Menschen besitzen ein enormes Erfahrungswissen, welches zu einer systemisch orientierten Sichtweise von psychischen Krisen und ihrer Begleitung beitragen kann.

In den krisenhaften Zeiten leiden die Angehörigen enorm mit und erleben selbst oft existenzielle Gefühls- und Leidenszustände. Zu den emotionalen Belastungen gehören Schuldgefühle, Alleinverantwortung und Einsamkeit, das Schwanken zwischen Hoffnung und Enttäuschung, Angst vor dem Rückfall und einem Suizid des Erkrankten, Gefühle der Hilflosigkeit und das Leiden unter der Ablehnung durch den Erkrankten.

Angehörigenselbsthilfegruppen leisten eine große Hilfe bei Nöten und Rechtsfragen. Darüber hinaus aber brauchen Angehörige oft ein Gegenüber und den schützenden Rahmen eines Einzelgesprächs, in dem die Aufmerksamkeit auf den Einzelnen ein intensiveres Ringen mit Themen wie Schuld, Scham, Ratlosigkeit und Angst ermöglicht.

Die Kinder, die am meisten vulnerable Gruppe der Angehörigen, sind besonders gefährdet in dieser Lebenssituation.

Um Angehörigen in dieser komplexen Lebenssituation ein geeignetes niederschwelliges Angebot machen zu können, entstand in Hamburg - auf Grundlage vieljähriger Erfahrungen mit der EX-IN Qualifikation der Genesungsbegleitung - ein einjähriges Qualifizierungsangebot für Angehörige.

Grundlage dieser Qualifizierung ist die Überzeugung, dass Angehörige grundsätzlich Experten des Mit-Erlebens von psychischen Krisen sind und dass sie über einen reichen Erfahrungsschatz verfügen. Aber Erfahrung ist Erfahrung und noch keine Qualifizierung. Die Schulung zu Angehörigenbegleiter:innen soll dazu beitragen, dass aus persönlichen Erfahrungen Erfahrungswissen und Kompetenzen entstehen, die in der Krisenbegleitung für andere Angehörige hilfreich wirken können.

Das Qualifizierungsangebot für Angehörige zur Unterstützung und Begleitung von Angehörigen für Angehörige rundet zudem den dialogischen Grundgedanken ab: "Was alle angeht, können nur alle zusammen lösen".

Die Einbeziehung sowohl von Expert:innen durch Erfahrung als auch von Expert:innen des Mit-Erlebens kann das gesamte Verständnis und Vorgehen psychiatrischer Interventionen verändern.

Unser Grundverständnis spiegelt sich auch in den Grundsätzen der Recovery-Bewegung:

- Jeder Mensch kann genesen
- Jeder Mensch kann Verantwortung übernehmen und an allen Entscheidungen, die ihn/sie betrifft, beteiligt sein
- Jeder Mensch weiß, was hilfreich für ihn/sie ist
- Jeder Mensch kann sich befähigen, das eigene Leben in die Hand zu nehmen.

Die Einbeziehung der Erfahrung der Angehörigen als „Experten des Mit-Erlebens“ kann einen wichtigen Beitrag leisten zu:

- einem erweiterten Verständnis psychischer Störungen
- neuem Wissen über Genesung fördernde Faktoren in der Begleitung von psychisch erkrankten Menschen
- der Entwicklung neuer trialogischer Methoden und umfassender Inhalte in der Ausbildung verschiedener psychosozialer Berufe
- Innovativen Angeboten, die die Angehörigenperspektive in einen systemischen Kontext setzen

Die Qualifizierung - EX-IN für Angehörige

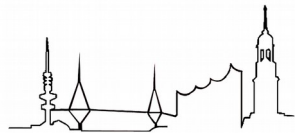
Die Qualifizierung steht allen Menschen offen, die Angehörige von Menschen mit schweren psychischen Krisen sind und anderen Angehörigen unterstützend und begleitend zur Seite stehen wollen. Sie sollten vor Ausbildungsbeginn möglichst in der Selbsthilfe und mit der Kultur des Trialogs Erfahrungen gesammelt haben. Die EX-IN Qualifikation für Angehörige ist von einem trialogischen Selbstverständnis geprägt.

Am Anfang des Kurses steht die persönliche Angehörigenerfahrung, die Erfahrungen mit dem Mit-Erleben von psychischen Krisen ihrer Familienangehörigen und dadurch veränderten Beziehungen zu den erkrankten Menschen. Hinzu kommen die Erfahrungen, die sie mit dem professionellen Hilfesystem gemacht haben. Es werden auch die Auswirkungen besprochen, die Erschütterung und Leid auf die Familien haben und wie sie bewältigt wurden.

Angehörige verstehen sich oft als Mitbetroffene psychischer Krisen und brauchen in diesen Zeiten selber Hilfe, um sich aus der Falle der Fokussierung auf die Krise lösen zu können.

Ziele der Qualifizierung für Angehörige

- Der Ver-rückung einen individuellen und kollektiven Sinn aus der Angehörigenperspektive geben
- Die Entwicklung von Erfahrungs-Wissenschaft der Angehörigen
- Aus Erfahrung Wissen und Kompetenzen entwickeln, um Angehörige in Krisen begleiten zu können



EX-IN Hamburg e.V.

- Die trialogische Kultur in der psychosozialen Versorgung und in der Psychiatrie zu verankern.

Struktur der Qualifizierung für Angehörige

Die Qualifizierung setzt sich zusammen aus einem Basis- und einem Aufbausemester.

Basissemester:

- Förderung von Gesundheit – Salutogenese
- Recovery – Genesung, Perspektiven und Erfahrungen aus Angehörigensicht
- Empowerment in Theorie und Praxis
- Erfahrung und Teilhabe – die Rolle der Angehörigen im Gesundheitssystem
- Trialog – drei Expert:innen im Gespräch. Kulturhandwerkzeug: Perspektivenwechsel

Aufbausemester:

- Selbsterforschung – System: Familie
- Kommunikation und Gesprächsführung
- Beraten, Begleiten und Unterstützen von Angehörigen
- Assessment – ganzheitliche Betrachtungen
- Zusammenarbeit in Teams – Moderation von Gruppen
- Umgang mit Krisen und Suizidalität in der Begleitung von Angehörigen
- „die subjektive Seite ...“ der einzelnen psychischen Erkrankungen aus Angehörigensicht
- Abschluss mit Präsentation

Zu beiden Kursen gehört jeweils ein Praktikum (Angehörigenverbände/

Angehörigenbegleitung in der Psychiatrie) 25/ 40 Stunden

Die mind. 20-stündige Teilnahme an einem Trialog ist erforderlich.

Module

Dauer jedes Moduls: 18,5 Zeitstunden

Modul 1

Förderung von Wohlbefinden und Gesundheit der Angehörigen.

Salutogenese und Resilienz

Das Modul eröffnet den Teilnehmer:innen die Möglichkeit, ein eigenes Verständnis für sich als Angehörige und ihr Wohlbefinden zu entwickeln.

Darüber hinaus erarbeiten die Teilnehmer:innen eine Vorstellung zur Gesundheit im Sinne der Salutogenese und definieren eine eigene Idee, was Gesundheit der Angehörigen und auch der erkrankten Familienmitglieder bedeuten kann.

Das Modul bietet die Möglichkeit, Strategien zur Verbesserung von Gesundheit und zu der Entwicklung und Pflege der Resilienzkraft zu verstehen, zu erkunden und zu teilen.

Modul 2

Die Heldenreise der Angehörigen – die Mit-Genesung

In diesem Modul beschäftigen sich die Teilnehmer:innen mit der Grundannahme der Salutogenese. Sie entwickeln daraus eine Idee der Genesungsfähigkeit der Menschen, auch und gerade bei psychischen Erkrankungen.

Angehörige sind nicht krank, aber oft erschüttert und verunsichert. Auch sie können in eine psychische Krise geraten. So kann die Frage der Genesung aus einer Krise alle in der Familie betreffen.

Das Modul eröffnet den Teilnehmer:innen die Möglichkeit, Genesungsfähigkeit sowohl aus der Perspektive der erkrankten Familienmitglieder als auch aus der eigenen Angehörigenperspektive zu betrachten. Durch die „Heldenreisegeschichten“ der Angehörigen werden die Prinzipien von Recovery für Angehörige bewusst gemacht.

Modul 3

Empowerment

Machtlos bis ohnmächtig einer Situation ausgeliefert zu sein, das erleben Angehörige von psychisch Erkrankten oft. Die Empowermentbewegung der Angehörigen in Deutschland ist ein Wegbereiter der EX-IN Bewegung und daher wichtiger Bestandteil des Moduls.

Wie Teufelskreise für Angehörige in dem psychiatrischen Versorgungssystem entstehen und wie daraus durch Emanzipation der Angehörigen Umkehrungen in Engelskreise gestaltet und errungen werden können, wird in diesem Modul erarbeitet. Darüber hinaus werden die verschiedenen Ebenen (persönlich/Gruppe/Gesellschaft) der Emanzipationsmöglichkeiten erarbeitet.

Modul 4

Erfahrung und Teilhabe der Angehörigen

Das Modul greift die Betrachtung von Erfahrung und Mitgestaltung als Angehörige im psychosozialen System auf und bietet die Möglichkeit über den Wert der Erfahrung an sich zu reflektieren. Das Modul bietet darüber hinaus einen Raum, psychische Krisen und Erkrankungen und ihre Prägung in familiären Systemen generationsübergreifend zu betrachten. Hier wird einerseits das Wissen über die eigene Erfahrung hinaus über die gesellschaftspolitischen Einflussfaktoren auf Familien mit psychischer Erkrankung vertieft und andererseits die eigene Einflussnahme und Emanzipation als Angehörige bewusst gemacht.

Modul 5

Trialog

Trialog ist idealerweise eine Zusammenkunft von Expert:innen durch Erfahrung, Angehörigen/Freunden als Expert:innen des Mit-Erlebens und Psychiatriemitarbeiter:innen, als Expert:innen des Fachwissens und der Fachpraxis auf gleicher Augenhöhe, in der Öffentlichkeitsarbeit, Lehre, Forschung, Qualitätskontrolle und Gesundheitspolitik. Augenhöhe als gelebte Kultur einer auf Partnerschaftlichkeit ausgerichteten Begegnung ist eine Herausforderung für alle drei Gruppen. Unsere Empfehlung ist an dieser Stelle, dass die Teilnehmer:innen vor der Qualifikation schon in trialogischen Veranstaltungen Erfahrung gesammelt haben, damit mit diesen Erfahrungen im Modul gearbeitet werden kann. Ziel des Trialogmoduls ist diese Kultur in allen Facetten kennen zu lernen und die darin enthaltenen Perspektivwechsel zu üben.

Modul 6

Selbsterforschung

Der Schwerpunkt dieses Moduls ist die Selbstbetrachtung. Es liefert hilfreiche und notwendige Methoden, das eigene Leben im Fluss betrachten zu können. Der Mensch muss sich, bevor er sich der Begleitung Anderer widmet, verstehen und begreifen lernen. Die Erfahrung, einen Familienangehörigen scheinbar an eine Erkrankung zu verlieren, gehört zu den prägendsten Erfahrungen im Leben von Angehörigen psychisch erkrankter Menschen. Darüber hinaus ermöglicht das Modul, diese Erfahrung in einen größeren biografischen Rahmen zu stellen, um einer reduktionistischen Sichtweise entgegen zu steuern: „Mein Leben ist größer, als Angehörige von einem psychisch Erkrankten zu sein ...“

Modul 7

Kommunikation, Gespräch und Gesprächsführung

Kommunikation ist der wichtigste Faktor des sozialen Miteinanders und ein Grundbedürfnis jedes Menschen. Viele Angehörige erleben einen gehemmten und von Ängsten geleiteten Kommunikationsstil in der Familie. Wenn sie sich um die Belange ihrer erkrankten Angehörigen kümmern, erleben sie in der Psychiatrie einen, durch Hierarchie und Deutungshoheit bestimmten Kommunikationsstil. Die Teilnehmer:innen reflektieren in diesem Modul durch verschiedene Übungen ihren eigenen Kommunikationsstil und generieren ein Wir Wissen über hilfreiche Methoden in der Kommunikation. Wissen um menschliche Kommunikation ist auch ein wichtiger Aspekt in der Angehörigenbegleitung.

Modul 8

Beraten, Begleiten und Unterstützen

In diesem Modul wird ein differenziertes Wissen über die Bedeutung und Umsetzung einer unterstützenden Kommunikation und einer gelingenden Beziehungsgestaltung in der Begleitung von Angehörigen erarbeitet und generiert.

Im Mittelpunkt steht das Reflektieren eigener Unterstützungsstile und um die Auseinandersetzung von möglichen Erwartungen gegenüber der Angehörigenbegleitung in der Psychiatrie und in der Familie.

Modul 9

Ganzheitliche Betrachtungsweisen und ihre Methoden

Das Modul vermittelt verschiedene Methoden zur Hilfe einer ganzheitlichen Bestandsaufnahme und Resilienzförderung der Angehörigen. Das Modul liefert den Teilnehmern darüber hinaus hilfreiche Methoden und Tools, sich selbst in Spannungsfeldern, wie im System Familie oder/und im System Psychiatrie, zu sehen und die Perspektivenvielfalt in den Mittelpunkt der Betrachtung zu rücken, um daraus hilfreiches Handlungswissen zu generieren.

Modul 10

Zusammenarbeit in Teams – Moderation von Gruppen

Das Modul vermittelt die Möglichkeiten und Bedingungen einer konstruktiven Zusammenarbeit mit Genesungsbegleiter:innen und Fachkräften in Teams der ambulanten und stationären Psychiatrie. Das Modul möchte zur Entwicklung von innovativen Angeboten beitragen, die die Angehörigenperspektiven in einen systemischen Kontext stellen. In der Begleitung von Angehörigen wird neben den Einzelgesprächen oft das Bedürfnis nach einer Gruppe deutlich. Um eine Gruppe zu gestalten, braucht es Moderationskompetenzen, die in diesem Modul erarbeitet werden.

Modul 11

Suizidalität und Suizid – Grenzthemen und Grenzen der Angehörigenbegleitung

Dieses Modul behandelt das oft tabuisierte Grenzthema aus mehreren Perspektiven. Einerseits die eigene subjektive Angehörigenerfahrung von Verlust eines erkrankten Familienmitgliedes und die eventuell eigene Suizidalität der Ausbildungsteilnehmer:innen und andererseits das Erleben der Suizidalität und Suizid im Arbeitskontext. Dies zu reflektieren, kann hilfreich sein um einen offeneren Umgang mit diesem brisanten Thema zu entwickeln, gleichzeitig werden die Grenzen und Begrenzungen in der Angehörigenbegleitung diskutiert.

Exkurs:

Referate über die subjektive Seite des Angehörigseins

Im Laufe der zweiten Hälfte der Ausbildung erarbeiten die Teilnehmer in kleinen Arbeitsgruppen eine Referatsreihe auf der Grundlage des Erkrankungsbildes aus der Perspektive des Mit-Erlebens. Wichtig ist hier die Erlebniswelt der Angehörigen, ihre „Krankheitskonzepte“, ihren Umgang mit der Erkrankung abzubilden. Der Schwerpunkt des Referats sollte dennoch die biografische Ausprägung durch das Mit-Erleben der Erkrankung und die Schilderung des „Wiedererlangen der eigenen Autonomie“ sein. Die Gruppenreferate werden in dem zweiten Semester der Qualifikation, den Modulen zugeordnet, gehalten.

© Copyright 2011 – Alle Inhalte des Konzeptes zur Qualifikation von Angehörigenbegleitung sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte, einschließlich der Vervielfältigung, Veröffentlichung, Bearbeitung und Übersetzung, bleiben vorbehalten, [GYÖNGYVER SIELAFF].

Alle Inhalte gehören EX-IN Hamburg e.V. Bei gewünschter Verwendung wenden Sie sich bitte an den Vorstand. Jegliche Nutzung bleibt vorbehalten und bedarf der Zustimmung des Vereins.