

„Ex“ und „In“: hinaus aus der Ohnmachtserfahrung in der Psychiatrie und als Beraterin wieder hinein

Vom Ausgeliefertsein an ein System zur Expertin mit Erfahrung

Aufgaben

1. Lest den Text „Es ist wichtig, sich selbst zu lieben“ und den Infokasten. Setzt Euch dann im Schreibgespräch mit Eurer Nachbarin / Eurem Nachbarn mit folgenden Aussagen Frau Birkemeyers auseinander:

„Ich bin sehr spirituell geworden durch diese Krisen.“

„Es ist wichtig, sich selbst anzunehmen und zu lieben.“

„Das Vertrauen in andere Menschen hat mir Kraft gegeben.“

2. Frau Birkemeyer ist zu einer Expertin aus Erfahrung geworden. Aus ihr als Patientin ist eine kompetente Helferin geworden. Dazu war es nötig, dass sie eine so genannte „Ex-In“-Ausbildung absolviert hat.

Lest Euch folgende Beschreibung von „Ex-In“ durch und entwerft dann ein Bewerbungsschreiben von Frau Birkemeyer an „Ex-In“, aus dem hervorgeht, warum sie eine Ausbildung als Genesungsbegleiterin absolvieren will und wie sie damit anderen Menschen in der Psychiatrie helfen möchte.

Präsentiert das Schreiben nach der Pause im Plenum!

Ex-In

(Quelle: Flyer Ex-In Baden-Württemberg)

Die Grundannahme ist:

Psychiatrie-Erfahrene haben ein besonderes Verständnis und Mitgefühl für die Notlagen von seelisch leidenden Menschen. [...]

„Die Hoffnung auf zumindest teilweise Genesung ist eine wesentliche Grundlage für Menschen mit psychischen Einschränkungen. Wer der „Krankheit“ einen Sinn geben kann, macht einen wichtigen Entwicklungsschritt. [...] Psychiatrie-Erfahrung wird nicht als Schwäche wahrgenommen, sondern als wertvolle Kompetenz.“

Kornelia Birkemeyer

Stuttgart, den

Sehr geehrte Damen und Herren,

hiermit möchte ich mich bei Ihnen zur Ausbildung als Genesungsbegleiterin bewerben.

Ich bringe folgende Erfahrungen mit:



Ich möchte Patientinnen und Patienten in der Psychiatrie helfen, indem ich...



Ich würde mich sehr über eine Einladung zu einem Bewerbungsgespräch freuen.

Mit freundlichen Grüßen

Kornelia Birkemeyer