

# EX-IN (Experienced-Involvement) Genesungsbegleiter

ExpertInnen durch Erfahrung

EX-IN bei LebensART seit 2010

Agentur für Beratung, Fortbildung, Projekte in Münster und Köln



# Ablauf Infoveranstaltung

- Historie EX-IN
  - NRW Standorte von LebensART
  - Voraussetzungen für die Qualifizierung bei LebensART
  - Bewerbungsunterlagen
  - Die einjährige modulare Qualifizierung
  - Praktika, Portfolio und Reflexionstage
  - Die Arbeitsweise: Vom Ich- zum Wir-Wissen
  - Die Module
  - Methoden
- 
- Fragen bitte per Mail an [averbeck@lebensartmuenster.de](mailto:averbeck@lebensartmuenster.de)

## EX-IN (Experienced-Involvement) = Beteiligung (Psychiatrie)-Erfahrener **Historie**

- 2005 bis 2007 - Europäisches Pilotprojekt Norwegen, Schweden, UK, Niederlande, Deutschland, Slowenien
- 2007 bis 2008 - 1. Kurse in Bremen und Hamburg
- 2008 bis 2009 - 1. Train the Trainers Qualifizierung in Hamburg und Bremen
- 2010 - Standorte 3. Berlin / 4. Köln gegründet von LebensART mit der AGpR
- 2010/11 Stuttgart / Kiel & Neumünster / Bern / Münster / Bielefeld
- 2024 - über 30 Standorte bundesweit (inklusive der Standorte von LebensART)

Gemeinsame Grundlage aller Standorte bundesweit, in der Schweiz und in Österreich ist das Curriculum aus dem EU-Projekt.

# NRW - ehemalige und aktuelle Standorte/Kurse von LebensART

EX-IN Essen - 4 Kurse von 2016 bis 2020 (derzeit keine Angebote)

EX-IN Wuppertal – ein Kurs 2015 bis 2016 (derzeit keine Angebote)

EX-IN Bochum – ein Kurs 2014 bis 2015 (derzeit keine Angebote)

EX-IN Köln - seit 2010 - 14. Kursstart 11.23 gestartet – 15. Kurs – 08.24 geplant

EX-IN Münster - seit 2011 - 13. Kursstart 08.23 gestartet - 14. Kurs - 06.24 geplant

Die Weiterbildung ist unter der Bezeichnung

„EX-IN (Experienced-Involvement) Genesungsbegleiter/in“

bei LebensART ist seit 2013 nach AZAV zertifiziert und kann über Bildungsgutscheine der Arbeitsagenturen und Jobcenter finanziert werden

# Persönliche Voraussetzungen

- Erfahrung mit schweren seelischen Erschütterungen und deren Bewältigung
- Keine akute Krise und keine akute Sucht
- Möglichst Vorerfahrung in Selbsthilfe oder Trialog
- Bereitschaft über sich und seine/ihre Erfahrungen in der Gruppe zu sprechen
- Bereitschaft sich auf Gruppenprozesse einzulassen
- Soziales Netz, das Begleitung und Unterstützung während des Kurses bietet
- Bereitschaft zur Selbstfürsorge

# Organisatorische Voraussetzungen

- PC-Kenntnisse, Internetzugang, Ausstattung für Online Module
- Teilnahme an einer Infoveranstaltung/ Übungstag beim gewünschten Veranstalter
- Einreichen der Bewerbungsunterlagen
- Teilnahme an einem Kennenlerngespräch zu Eignung - Zusage
- Klärung der Finanzierung
- Vertragsabschluss

# Infotag – Bewerbungsunterlagen: Formblätter und Nachweise

- Bewerbungsbogen LebensART
- Tabellarischer Lebenslauf mit Krisen und Klinikaufenthalten
- Krisenplan



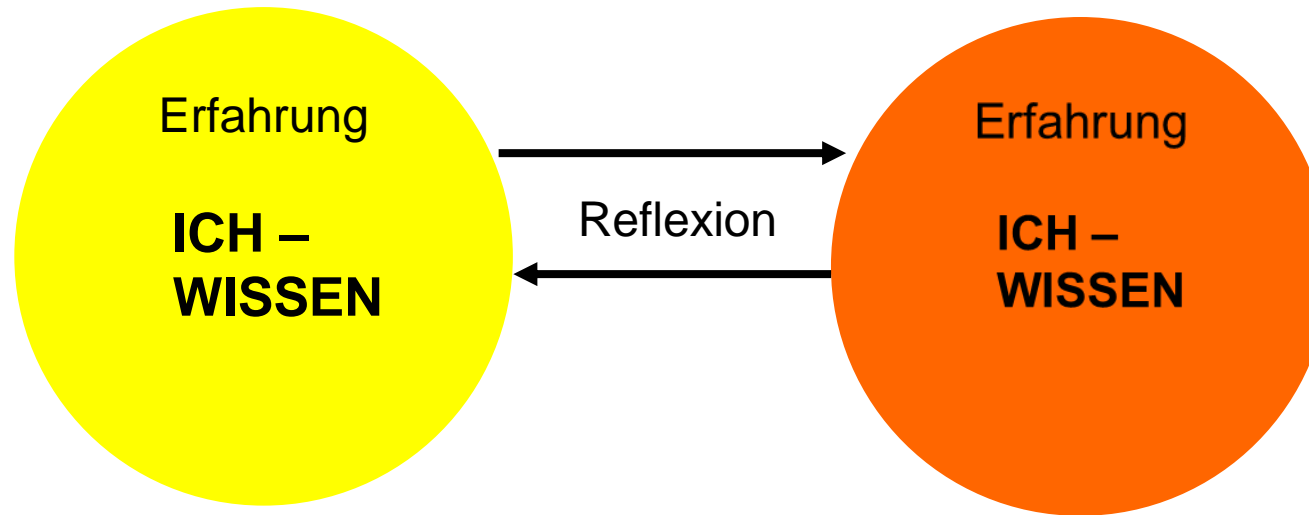
- sind bis Bewerbungsschluss einzureichen, der Bewerbungsschluss wird Ihnen auf der Infoveranstaltung mitgeteilt.

# Einjährige Modulare Qualifizierung

- 3 Tage ca. einmal im Monat
- Donnerstag bis Samstag
- 22 Unterrichtseinheiten je 45 Minuten  
Pausen nach 2 Unterrichtseinheiten  
Mittagspausen je 1,25 Zeitstunden
- Donnerstag – Samstag täglich 9:00 bis 16:30
  
- Portfoliotage 9:00 – 16:30 Uhr (Mittagspause wie oben)

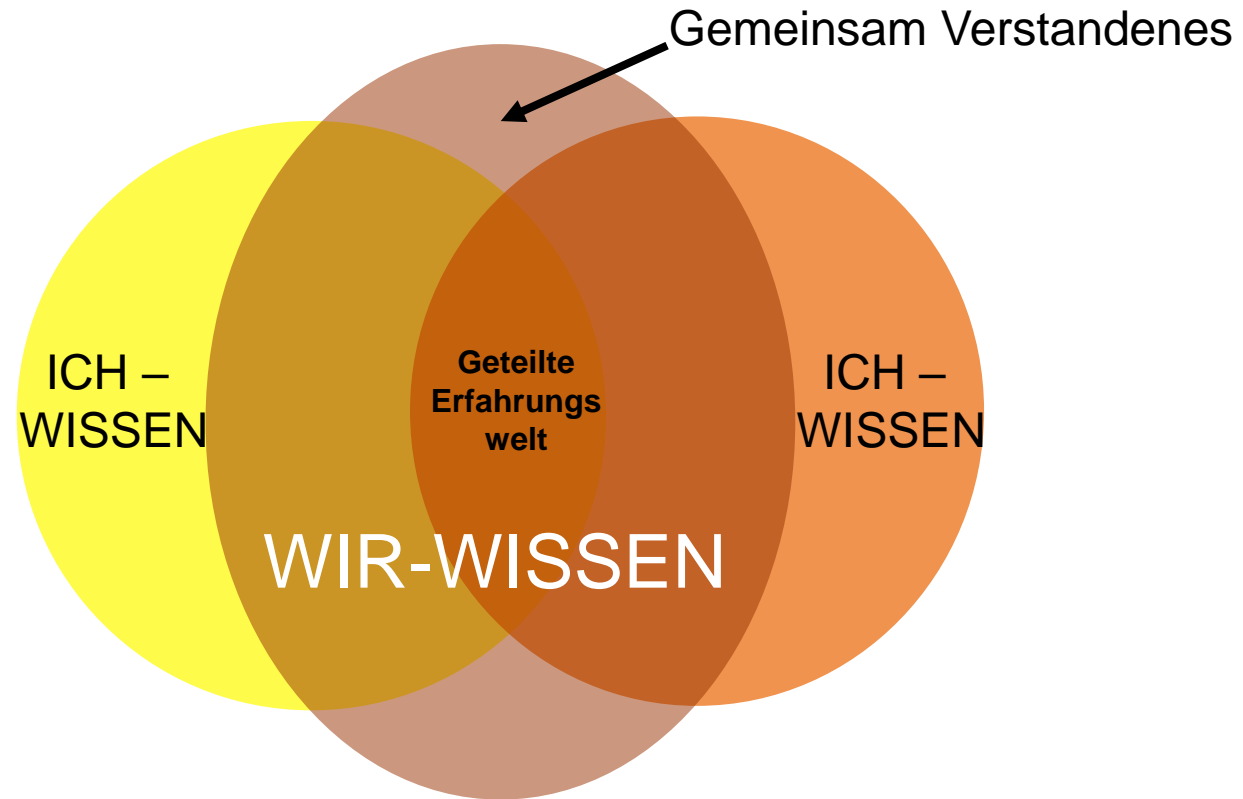
Trainiert wird im Tandem. Das Trainerteam besteht aus einem Profis mit FachQualifizierung im Bereich Psychiatrie und ExpertInnen aus Erfahrung/Genesungsbegleiter, die als Trainer ausgebildet sind

# Vom Ich-Wissen zum Wir-Wissen





# Vom Ich-Wissen zum Wir-Wissen



# Praktika, Portfolio und Reflexionstage

- Ein Praktikum von 120 Stunden 1. Semester (allgemein mindestens 40 Std.)
- Ein Praktikum von 120 Stunden 2. Semester (allgemein mindestens 80 Std.)
- Je Praktikum wird ein Bericht erstellt
- 4 Portfolio- und Praktikumsreflexionstage
- Erarbeitung eines Portfolios
- Angeleitetes Selbststudium ca. 200 Unterrichtseinheiten
- Beratung im Praktikum für TeilnehmerInnen und Praktikumsstellenanbieter auf Anfrage
- Vierteljährliches Anleitertreffen online
- Jobcoaching auf Anfrage

## Die EX-IN Qualifizierung 1. Semester LebensART

- Salutogenese (Gesundheitsfördernde Haltungen)
- Empowerment (Selbstermächtigung, Selbstbefähigung)
- Erfahrung und Teilhabe
- Recovery (Genesung)
- Trialog
- Selbsterforschung (der eigenen Erfahrung einen Sinn geben)

## Die EX-IN Qualifizierung 2. Semester LebensART

- Assessment (ganzheitliche Bestandsaufnahme und Zielplanung)
- Beraten und Begleiten
- Fürsprache
- Krisenbegleitung
- Lernen, Lehren und Forschen
- Persönliches Professionelles Profil

# Methoden

- Blitzlicht
- Fishbowl
- Didaktische Spaziergänge
- Reflektierendes Team
- Soziometrische Übungen
- Vortrag, Präsentation
- Einzelarbeit und Gruppenarbeit
- Kollegiale Beratung
- Interview
- Gruppengespräche
- Rollenspiele, Performance, Ausstellung
- Austausch im Plenum
- Selbststudium
- Arbeit und Austausch auf der Online-Lernplattform
- Aufwärmübungen und Bewegungseinheiten dürfen gerne von Teilnehmenden eingebracht und erprobt werden



# Danke für Ihre Aufmerksamkeit – Fragen?

Eine Maßnahmennummer für die Finanzierung durch Jobcenter und Arbeitsagenturen liegt vor und es sind noch einige Plätze frei, auf die Sie sich bewerben können.

Wie geht es jetzt weiter?

Sie schicken eventuelle Fragen an Frau Averbek

[averbeck@lebensartmuenster.de](mailto:averbeck@lebensartmuenster.de), diese werden zeitnah beantwortet.

Sie schreiben an Frau Averbek, falls Sie sich für Münster bewerben möchten.

Sie werden dann in den Kurs Infoveranstaltungen Münster 14 eingeschrieben.

Bitte dazu Bescheid geben per Mail spätestens am 28. Mai

Nach der Einschreibung laden Sie dann die Bewerbungsunterlagen hoch, Frau Averbek unterstützt in der Bürozeit. Spätestens am 03. Juni sollten die Unterlagen hochgeladen sein, Frau Averbek wird Sie dann zu einem ausführlichen Kennenlerntag am 07. Juni einladen, der von 9:30 bis 16 Uhr geplant ist.

Mit Frau Averbek testen Sie nach dem Kennenlerntag dann Ihre technische Ausstattung für das Online arbeiten.

VIELSTIMMIGE BROSCHÜREN ZUM THEMA EMPOWERMENT DURCH EX-IN UND ÜBER  
GENESUNGSBEGLEITER SIND ZU BESTELLEN BEI  
[AVERBECK@LEBENSARTMUNSTER.DE](mailto:AVERBECK@LEBENSARTMUNSTER.DE)

LINK ZU EX-IN IN NRW UND BEI LEBENSART:

[WWW.EX-IN.NRW](http://WWW.EX-IN.NRW)

[WWW.EX-IN-LEBENSART.DE](http://WWW.EX-IN-LEBENSART.DE)

**E**X-IN ErfahrungsexpertInnen  
**M**otientiale  
**P**otientiale  
**O**ir-Wissen  
**W**ir-Wissen  
**E**recovery  
**R**ecover  
**M**ermutigung  
**E**rmutigung  
**N**ermutigt und  
**T**ialog (wieder) befähigt werden

Wie Menschen durch  
die Beteiligung von  
ErfahrungsexpertInnen  
in der Psychiatrie und  
in der Gesellschaft  
ermutigt und  
(wieder) befähigt werden



Das Extra für Sie -  
ExpertInnen aus Erfahrung  
als  
**GenesungsbegleiterInnen  
und Wegweisende**

Danke für Ihre Aufmerksamkeit!