

### Meine Ex-In Tätigkeiten bei VINCENTRO:

Alles -, meine Qualifikation in Ex-In zur Genesungsbegleiterin bzw. meine Tätigkeit bei VINCENTRO kann bzw. muss als ein Prozess begriffen werden. Ein Prozess, der 2011 mit dem Experiment begann, mich als Psychiatrie-Erfahrenere während meiner ganzen Ex-In-Ausbildung zu einem Praktikum einzuladen; dieser Prozess steigerte sich dann mit dem Mut der Verantwortlichen, mich in das hochheiligste Innere, nämlich dem Team, als Genesungshelferin zu integrieren. Und - das ist geschehen. Der Prozess setzte sich fort, indem ich nun, als fertige Genesungshelferin auch in die sensibelste Zone dieser Einrichtung, nämlich in die Arbeit am und mit den Klienten einbezogen werde. Sprich - indem mein Erfahrungswissen als ehemals psychisch Erkrankte als eigenständige Kompetenz nicht nur wertgeschätzt, sondern auch anerkannt und gewürdigt wird. Festmachen tu ich das z. B. daran, dass ich an allen für das Team verbindlichen Sitzungen, wie Teamsitzungen, Monitorings, Supervisionen u. ä. wie selbstverständlich, eben als Teil des Teams teilnehme. Ja, sogar schon als das „Ohr der Betroffenen“ gelte.

Dieser Prozess, von dem ich hier spreche, ist nicht immer einfach und er erfordert neben viel Motivation für ein wechselseitiges Verstehen auch viel Bereitschaft dafür, sich für das Gemeinsame im (all-)täglichen Tun zu öffnen. Und das geht, wie unter sog. gesunden KollgInnen auch niemals reibungslos über die Bühne. Dennoch, bei allen Auseinandersetzungen und Konflikten überwiegen, gegenseitiger Respekt und Wertschätzung.

Doch wie sieht meine Arbeit nun konkret aus?

- Zunächst, ***ich berate,***

soll heißen, ich tue genau dasselbe, was zu Ihrem täglichen Brot gehört.

Der Unterschied zwischen fachlich geprüfter und meiner Beratung ist der, dass vielleicht dieselben Themen, wie z. B. die Vor- und Nachteile der Medikamenteneinnahme, der Umgang mit unliebsamen Nebenwirkungen der Medis oder die Einschätzung von ärztlichen Diagnosen u. ä. aus einer mehr erfahrungsgeprüften und aus einem wahrhaft selbst-erlebten Wissen heraus geschieht. Und -

das ist ein Unterschied, den ich - mit Urlaub - jedem fachlich geprüften Beratungshorizont voraus habe. Zum einen, weil ich selbst betroffen war, was einen ganz anderen Boden von Verstehen und Verständnis schafft. Und zum anderen aus dem selbst erfahrenen Wissen heraus, wie es ist, aufgrund der Medikamentennebenwirkungen keine feinmotorischen Leistungen vollbringen zu können, wodurch bspw. all jene berufliche Tätigkeiten wie PC-Schreibaarbeiten, Rechnen - oder auch Näharbeiten und ähnliches von vorneherein wegfallen.

- **Ausserdem berate ich trialogisch,**

Soll heißen, zusammen mit einem fachlichen Kollegen sitzen ich und die KlientIn zusammen und wir tauschen uns zu Dritt über z. B. ein gerade gegenwärtiges Problem aus. Trialogisch heißt hier -zwei Sichtweisen auf ein und dieselbe Problematik. Nämlich einmal aus der meist wissenschaftlich geprüften Perspektive des Fachprofis, aber zum anderen noch aus dem Blickwinkel des Selbst-Erlebten und Selbst-Erfahrenen Wissens heraus, wie ich es als Genesungshelferin beizutragen habe. Außerdem, da findet ein trialogisch gestaltetes lernen statt! Denn ich als Gensungshelferin erhalte auf dem Weg wertvolle Einblicke in das professionelle Denken. Und umgekehrt, die fachlich geschulte KollegIn genießt im Erleben der Reaktion des Klienten auf mich als Erfahrungsexpertin einen tieferen Einblick in das Innenleben des Klienten, was für ihre Arbeit als Fallmanagerin vielleicht von erheblicher Bedeutung sein kann.

- **Und - Ich begleite,**

Einmal wörtlich, d.h. auf gemeinsamen Spaziergängen, aber auch im übertragenen Sinne gemeint, nämlich dann wenn ich meine KlientInnen einmal durch Erfahrungsprozesse begleite, indem ich ihnen meine erfahrungsgeprüfte Einschätzung darüber abgebe, wie die Sachverhalte wie z. B. unliebsame Sachbearbeiter am Arbeitsamt oder die ewige Wiederholung von Reha-Maßnahmen trotz augenscheinlicher Misserfolge auch noch zu begreifen sind. Und zwar jenseits des eigenen Verschuldens. Und ich begleite meine KlientInnen, in vielleicht ein neues Erleben ihrer Wahrnehmungsmöglichkeiten; Indem ich zuhöre, und sie so, im Dialog oft erst auf ihre eigenen, oft ganz anderen Möglichkeiten sich und die Welt wahrzunehmen, aufmerksam mache. Was nicht heißen soll, dass

meine TeamkollegInnen nicht auch zuhören. Doch geschieht dies vielleicht mehr konzeptionell gebunden und damit vielleicht weniger offen.

- ***Ich bin allzeit im Austausch,***

Mit KlientInnen darüber, wie man als Betroffene auch noch auf die Krankheit blicken kann, und mit meinen fachlichen KollegInnen im Team reibe ich mich häufig, wenn es um die Anerkennung von Sichtweisen, Empfindungen und Perspektiven geht. Aber wie schon gesagt, das geschieht, stets in gegenseitiger, respektvoller Wertschätzung. Denn, das Ziel soll ja sein, mehr wechselseitig zu lernen, als zu streiten.

- ***Und - last but not least - Ich diskutiere,***

Wie ein Joker für´s Team sitze ich oft in den Team-Runden und ergreife genau dann laut die Position der Betroffenen, sofern ich das Gefühl habe, jetzt wird zwar klug dahergeredet, aber völlig am Erleben eines psychisch Erkrankten vorbei. Ich erzähle dann sowohl aus meinem eigenen erinnerten Erfahrungsschatz, als auch aus meinem Selbsthilfewissen heraus, das ich aus meiner aktiven Arbeit in der Betroffenenbewegung gewinne. Oft genug ist das Team dankbar für diese Art von Sichtweiterung, denn mehr soll es ja auch nicht sein. Eben eine Ergänzung im alltäglichen Geschehen.

Was für mich erfahrungsgemäß immer wichtig ist, ist

- 1.) zuhören,
- 2.) zuhören und
- 3.) zuhören,

und das als Voraussetzung für jeden fruchtbaren Dialog. Ganz gleich ob unter Gesunden oder Kranken, ob zwischen Peers oder zwischen Peers und Profis.