

EX-IN-Angehörigenbegleitung Ein dialogischer Workshop

**EX-IN-Vernetzungstreffen Bayern
Irsee, 23.+24.02.2026**

Katia Erber,
EX-IN Angehörigenbegleiterin

Andrea Gerum
Fachkraft Psychiatrie

Herzlich willkommen

- Katia & Andrea stellen sich vor
- Kurze Vorstellungsrunde / Eure Erwartungen?
- Qualifikation EX-IN-Angehörigenbegleitung / grundlegende Informationen
- Offener Austausch orientiert an Euren Erwartungen und Fragestellungen
- Was nehmen wir ins Plenum mit?

Katia Erber – EX-IN Angehörigenbegleiterin

- ❖ 14 Jahre Angehörige als Mutter eines erkrankten Kindes
- ❖ 10 Jahre **ApK München**: Teilnahme und Leitung einer **Selbsthilfegruppe, Vorständin**
- ❖ Angestellte
- ❖ WB Mediatorin (2016), WB Trauerbegleiterin (2020), WB EX-IN-Angehörigenbegleitung (2024)
- ❖ Angemeldet für die EX-IN-Trainerqualifikation für Angehörigenbegleitung 03/2026

Seit Oktober 2024 als EX-IN-Angehörigenbegleiterin in der Klinik PP

- ❖ 25 %-Stelle in der Regel **freitags** von ca. 9-17 Uhr und nach Vereinbarung
- ❖ **Einzel- und Familiengespräche für Angehörige und Zugehörige** von akut behandelten Personen in der Klinik PP
- ❖ In **Präsenz** und ggf. auch per Telefon
- ❖ Offenes Ohr für alle **Anliegen** rund um die Rolle der Angehörigen
- ❖ „**Sortier- und Orientierungshilfe**“ bei emotionalen Belangen, praktischen Themenstellungen
- ❖ Umgang mit psychischen Erkrankungen, **Selbstfürsorge**

Andrea Gerum – Fachkraft Psychiatrie

- ❖ Jahrgang 1961, 2 Töchter, 2 Enkelsöhne
- ❖ Seit 2000 beim Bezirk / bei Kbo tätig, ab März 2026 berentet
- ❖ 20 Jahre Soteria
(milieutherapeutische Station & Tagesklinik für Menschen in akuten psychotischen Krisen & Psychosen)
- ❖ davon 6 Jahre Bezugstherapeutin & 14 Jahre Leitung der beiden Soteria-Einheiten
- ❖ WB Psychiatrie (2007), WB Systemische Beratung (2011), WB Supervision & Coaching (2021)
- ❖ Angemeldet für die EX-IN-Trainerqualifikation für Angehörigenbegleitung 03/2026

In meiner Funktion als Bezugstherapeutin sowie als Stationsleitung in der Soteria

- ❖ Regelmäßige Familien- und Angehörigengespräche gemeinsam mit den Betroffenen
- ❖ Telefonische Beratung und Entlastung von Angehörigen im Rahmen von Aufnahmeanfragen oder auch im Screening des Krisendienstes Oberbayern

Kennlernrunde – warum seid Ihr im Workshop

- Eure Erwartungen an den Workshop mit Stichpunkten auf Karten
- Kurze Vorstellung Eurer Person
- Euer Bezugspunkt zum Thema Angehörigenbegleitung
- Erläuterung der Karten & Sammeln auf einem Flipchart

Die Ausbildung EX-IN-Angehörigenbegleitung

EX-IN-Qualifikation für Angehörige wurde von Gyöngyvér Sielaff analog zur GB-Qualifizierung entwickelt.

- Pilotgruppe 2013 in Hamburg mit den Trainerinnen Gyöngyvér Sielaff (Profi) und Irmela Boden (Angehörige)
- [EX-IN Angehörigenbegleitung – EX-IN Hamburg e.V.](#)
- <https://ex-in-hamburg.net/angehoerigenbegleitung-2>

- Die Qualifikation setzt sich aus einem **Basis-** und einem **Aufbausemester** zusammen.
- Derzeit (2025/2026) findet der 5. Kurs EX-IN-Angehörigenbegleitung in Hamburg statt, 4 Teilnehmende aus Bayern.

Die Ausbildung zur EX-IN-Angehörigenbegleiter*in

12 Module, 1x pro Monat (20 Stunden)

Das Basissemester umfasst die folgenden Module:

- Förderung von Gesundheit – **Salutogenese**
- **Trialog** – drei Experten im Gespräch und Perspektivwechsel
- **Empowerment** in Theorie und Praxis
- **Recovery** – Genesung, Perspektiven und Erfahrungen aus Angehörigensicht
- Erfahrung und Teilhabe – die **Rolle der Angehörigen** im Gesundheitssystem

Die Ausbildung zur EX-IN-Angehörigenbegleiter*in

Das Aufbausemester umfasst folgende Module:

- **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 Semestern gehört jeweils ein Praktikum von mind. 25/40 Stunden (z.B. bei Angehörigenverbänden/ Angehörigenbegleitung in der Psychiatrie). Außerdem erstellen die Teilnehmenden ein Portfolio über ihre Angehörigengeschichte.

Warum EX-IN-Angehörigenbegleitung?

Die Qualifikation steht allen Menschen offen, die Angehörige von Menschen mit schweren psychischen Krisen sind. Sie sollten vor Kursbeginn möglichst Erfahrungen in der Selbsthilfe und mit der Kultur des Dialogs gesammelt haben. Die EX-IN Ausbildung für Angehörige ist von einem dialogischen Selbstverständnis geprägt

Seit einigen Jahren erproben EX-IN Angehörigenbegleiter:innen in der ambulanten und stationären psychiatrischen Landschaft von Hamburg die Idee, dass es ein großer Gewinn für Angehörige sein kann von geschulten Angehörigen bei ihren Lebensprozessen begleitet zu werden.

Die Angehörigenbegleitung vervollständigt die Hilfen für Familien mit seelischen Erkrankungen und stellt die persönliche und individuelle Lebenssituation der Angehörigen in den Mittelpunkt.

Quelle: [EX-IN Angehörigenbegleitung – EX-IN Hamburg e.V.](#)

Entwicklung der EX-IN-Angehörigenbegleitung

➤ **Bestandsaufnahme:**

Bislang rund 70 ausgebildete Angehörigenbegleiter*innen im deutschsprachigen Raum

➤ **Berufsgruppe EX-IN-AB:**

Rund 25 üben die Tätigkeit aus (HH, NRW, Bremen, Bayern, CH)

➤ **Forum EX-IN-Angehörigenbegleitung (unabhängig):**

Zusammenschluss der im deutschsprachigen Raum tätigen EX-IN-Angehörigenbegleiter*innen

➤ **Ausblick 2026:**

Start der ersten Trainerqualifikation für EX-IN-Angehörigenbegleitung 03/2026

➤ **Vision 2027:**

Qualifizierung EX-IN-Angehörigenbegleitung auch in anderen Bundesländern

Offener Austausch / Eure Erwartungen & Fragen

- Eure Erwartungen an den Workshop anhand der Stichpunkte auf Flipchart

➤ **Unsere Fragestellung**

Angehörigenbegleitung als hilfreichen Bestandteil in einer menschenwürdigen Psychiatrie etablieren – was bedeutet das konkret?

Wichtige Aspekte / Aufgaben der Angehörigenbegleitung

- Erfahrungswissen nutzen
- Entlastung / Druck aus dem System nehmen
- Chaos sortieren
- Gehört werden
- Orientierung finden
- Unterstützung in der eigenen Not erhalten
- Selbstfürsorge anregen
- Perspektivwechsel ermöglichen
- Vom Tunnelblick zum Weitblick
- Verstehen ermöglichen
- Entlastung des Pflegepersonals
- Geschützter Austauschraum für Angehörige
- Lern-Raum für den Umgang mit psychischen Erkrankungen
- Anleitung zur Orientierung im System
- Verantwortung für sich übernehmen
- Entlastung beeinflusst die Genesung
- Akzeptanz psychischer Erkrankungen entwickeln
- Vorbildfunktion Selbstfürsorge



Feedback von Angehörigen

Partnerin: vielen Dank für die Terminerinnerungen u. auch für die guten Gespräche, die mir sehr helfen!

Auch dass Sie am Mittwoch so spontan xxx/SHG geschrieben haben. Ich war in der Gruppe u. es war gut. Ich war zwar sehr erschöpft, fühlte mich anschließend aber dann doch besser, als vorher u. das ist ja schon mal ein gutes Zeichen.

... zu wissen, dass es die Gesprächsmöglichkeit gibt, ist ein Anker für mich

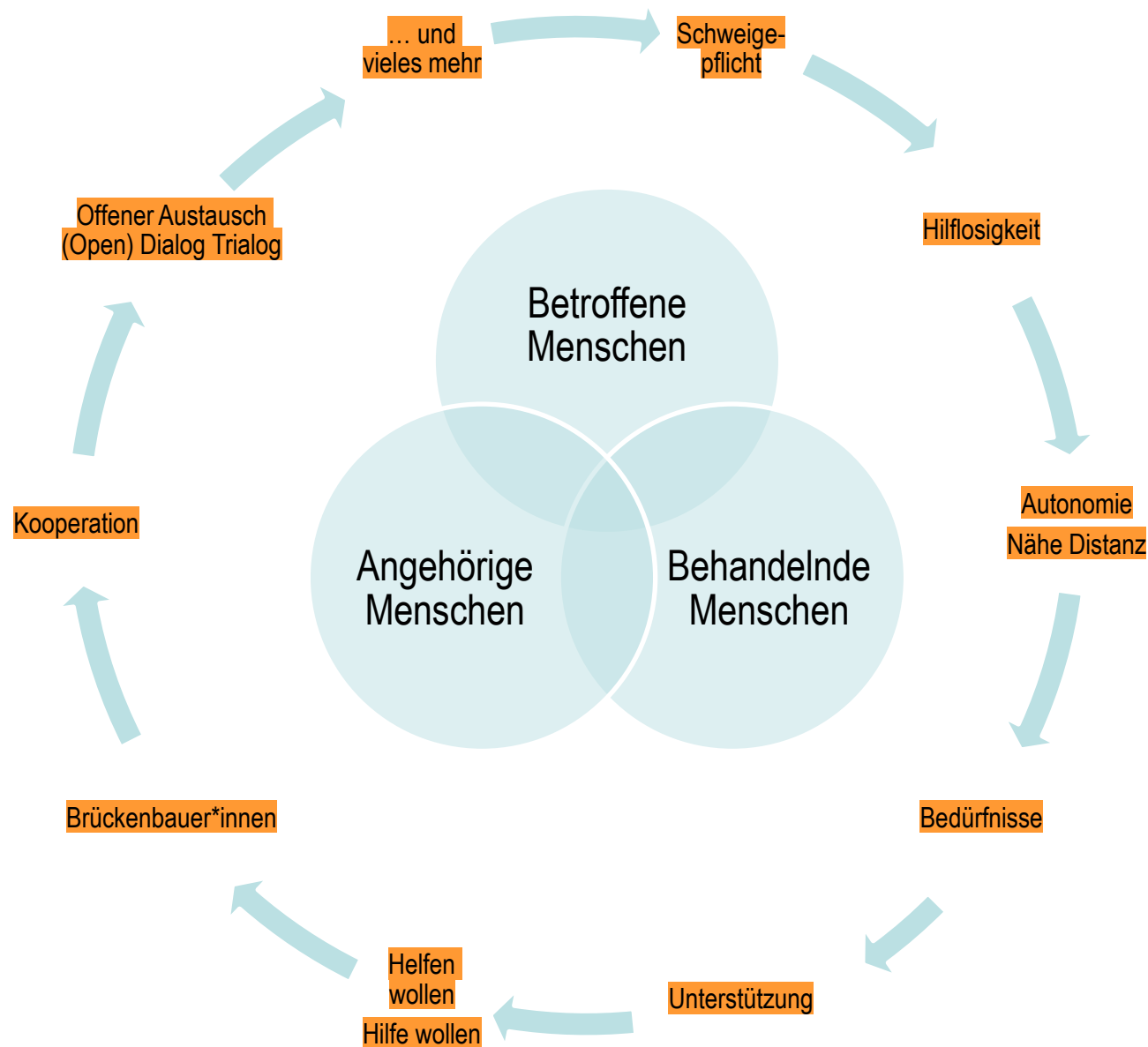
Mutter: Auf diesem Wege möchte ich mich nochmals ganz herzlich für das sehr gute und hilfreiche Beratungs- und Coachinggespräch am vergangenen Freitag bedanken.

Mutter: herzlichen Dank für unser Gespräch heute und die guten Impulse, die Sie mir geben konnten und vielen Dank für Ihr Gesprächsangebot. Gerne komme ich am Freitag, den....

Vater: letzten Freitag hatte meine Frau ein Gespräch mit Ihnen. Ich würde auch gerne einen Termin mit Ihnen vereinbaren. Wäre dies am Freitag ...

Mutter: ... es ist eine Erleichterung zu erfahren, dass wir nicht die Einzigen sind, die z.B. entschieden haben, dass ...

Das Miteinander gestalten



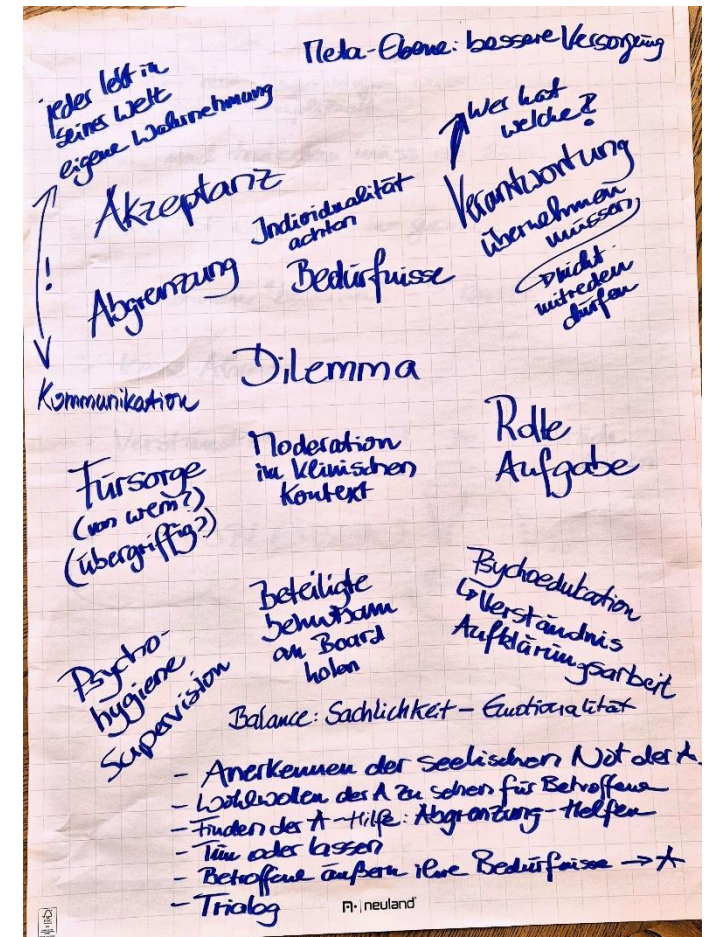
Workshop-Ergebnis Irsee / Ideensammlung

Angehörigenbegleitung als hilfreichen Bestandteil in einer menschenwürdigen Psychiatrie etablieren –

Pionierarbeit! ... mit vielen zu berücksichtigenden Aspekten und Gedanken:

- Wenn die Angehörigen drankommen, wird es kompliziert.
- ... und trotzdem muss es sein.
- Wer ist was: Krank-gesund-Rolle
- Situationen "bewerten" → Parität
- keine Ahnung
- Verständnis Geduld im Gespräch bleiben

• DRANBLEIBEN !



Vielen Dank für das kreative und interessierte dialogische Miteinander-Wirken!

**Bei Fragen und für Anregungen – regen Austausch –
freuen wir uns über Eure/Ihre Kontaktaufnahme.**

Vielen Dank für Euer/Ihr Interesse und Eure/Ihre Zeit.

Katia Erber

EX-IN Angehörigenbegleiterin

katia.erber@kbo.de

und

Andrea Gerum

Fachkraft Psychiatrie

office.gerum@gmail.com

Netzwerk

Angehörigenselbsthilfe:

ApK München (München und Umland): <https://www.apk-muenchen.de/>

OI Oberbayerische Initiative (Oberbayern): <https://angehoerige-oberbayern.de/>

mit „Wegweiser“ (digital): <https://angehoerige-oberbayern.de/selbsthilfe/#infomaterial>

LApK Bayern (bayernweit): <https://www.lapk-bayern.de/>

EX-IN® Experienced Involvement (= Einbeziehung Psychiatrieerfahrener)

EX-IN-Bayern: <https://ex-in-by.de/>

EX-IN-Hamburg:

<https://ex-in-hamburg.net/angehoerigenbegleitung>

[Angehörigenbegleitung – EX-IN Hamburg e.V.](#)