

# **Budgetfinanzierung und Offener Dialog**

Ein Erfahrungsbericht zu 15 Jahren ambulante  
Behandlungsangebote im Rahmen der  
Besonderen Versorgung

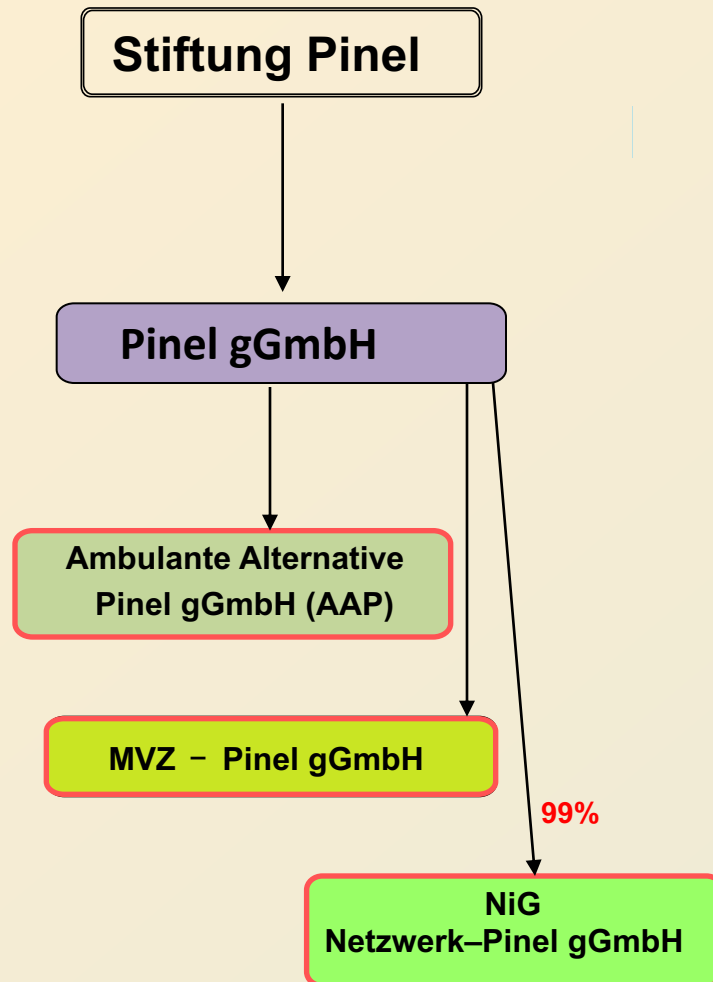
## **Licht und Schatten**

**3. Fachtag Psychiatrie – Bremen 1.12.2022**

**Dr. Thomas Floeth**

Netzwerk Integrierte Gesundheitsversorgung Pinel gGmbH, Berlin

# Pinel als Träger der Gemeindepsychiatrie in Berlin



## Pinel - Gesellschaft; Initiative für psychisch Kranke

- 1968: Vereinsgründung als politische Initiative
- 1979: Erste Projekte zur Wohnbetreuung
- 2010: Stiftungsgründung

## Pinel gGmbH (1999)

Wohnbetreuung, Beschäftigungstagesstätten, Arbeitsprojekte  
 700 Klienten in der ambulanten Wohnbetreuung  
 100 Klienten in 3 Beschäftigungstagesstätten  
 250 niedrigschwellige Arbeitsgelegenheiten

## Amb. Alternative Pinel gGmbH (2001)

Pflegeangebote für psychisch kranke Menschen  
 (N = 150)

## MVZ Pinel gGmbH (2006)

- Standorte in Schöneberg und Pankow
- 5 Fachärzte für Psychiatrie und Psychotherapie
- 2 Fachärztinnen für Allgemeinmedizin
- 5 Psychologische Psychotherapeuten  
 (Kassensitz und Honorarkräfte; N= 3.500)

## (NiG:) Netzwerk integrierte Gesundheitsversorgung Pinel (2007)

gGmbH für ambulante Begleitung, Krisenversorgung und Gesundheitsmanagement  
 7 Multiprofessionelle Teams; Krisenpension; 5 kooperierende Teams  
 IV-Verträge zu Krisenbegleitung (N = 2.000; insgesamt: **4.500**)  
 IV-Verträge zum Bereich AU psych (N = 200; insgesamt: **2.500**)

# Integrierte Versorgung §140a „Besondere Versorgung“

- Vernetzung von Leistungssektoren
- Fachübergreifende Versorgung
- Innovative Leistung jenseits Regelversorgung
- Selektivverträge
- Freiwillige Teilnahme
- Gestaltungsmöglichkeiten für Kassen und LE  
(z.B. kostenspezifische Fallbudgets)

# Umsetzung: Die Arbeitsorganisation

- Multiprofessionelle Teams (Die Zulassung als Trägereigenschaft)
- Menschen mit eigener Psychiatrie-Erfahrung als Standard und als Joker für jedes Team: mind. 2 als KollegInnen auf Augenhöhe (Aufgaben; Vergütung)
- Angehörige als Mitarbeiter und umgekehrt
- Flache Hierarchie
- Möglichkeiten für bedarfsangemessene Antworten auch bei ungewöhnlichen Fragestellungen

# Die inhaltliche Arbeit

- **Begleitung** als Konzept (statt Behandlung, Betreuung, Versorgung)
- Dialogisches Arbeiten: Einbezug des relevanten sozialen Netzwerks
- Arbeit multiprofessionell und in Tandem
- Freiwillige Teilnahme
- Vermeidung von Zwang: Ver- statt Behandeln
- Training im **Offenen Dialog (OD)** als Weiterbildungsstandard

# Bedürfnisangepasste Behandlung und Offener Dialog

- Ursprünglich in Finnland entwickelt (Yrjö Alanen; Klaus Lehtinen; Jaakko Seikkula; Birgitta Alakare u.a.)
- Inzwischen weltweit verbreitet; in D.: besonders durch Volkmar Aderhold, Hamburg u.a. (Weiterbildung: z.B. 8\*2Tage in 15 Monaten)
- Perspektive: Vom Individuum zum System / Netzwerk
- Netzwerkgespräche sind die zentrale Intervention: der Klient, mind. 2 Teammitglieder sowie das vom Klienten als relevant definierten Partner seines Netzwerks.
- Ziel ist es, die ambulante Behandlung so bald wie möglich mit dem Alltagsleben des Patienten zu verbinden.

# Grundzüge des Offenen Dialogs

- Offener Beginn: Wozu möchten Sie das Gespräch nutzen?
- Genau zuhören
- Sich in jeden einfühlen; sich innerlich berühren lassen.
- Garantieren, dass jede Stimme gehört wird.
- Aufrichtiges Interesse und Wertschätzung
- Respekt und Annahme der Andersartigkeit
- Mit den Worten der Klienten sprechen
- Polyphonie: Vielschichtigkeit erwarten; Vielfältige Standpunkte erfragen; Polarisierung zulassen. (z.B. Klientenohr, Angehörigenohr)
- Allparteilichkeit des Teams
- Betonung der Erzählungen/Erfahrungen statt der Symptome
- **Reflektieren:** was habe ich gehört, hat mich berührt, habe ich mich gefragt?

# Anwendungsbeispiel der Besonderen Versorgung: **Die Krisenpension in Berlin**

## **Die Fragestellung**

Menschen mit eigenen Erfahrungen in der Psychiatrie, ihre Angehörige und auch wir Profis wissen: „In Krisen muss ich mal raus können aus den eigenen 4 Wänden, dann brauche einen Ort für eine kurze Auszeit, wo ich mit ausruhen kann. Ich brauche eine Art Pension, eine Krisenpension“.

Das Standardangebot auf psychische Krisen heute ist ein Klinikaufenthalt; der aber oft so gar nicht angezeigt ist.

Wir brauchen Räume mit einer breiten Skala an Toleranz für "seltsame" Dinge, die passieren, mit einem Geist des Alltäglichen auch in den ungewöhnlichsten Situationen. Und mit dem dringenden Wunsch, alle Arten von Gästen zu verstehen und sie zu begleiten, egal wohin.

# Krisenpension



# Krisenpension



# Krisenpension „das weiche Zimmer“



# Krisenpension „eine ganz normale Küche“



# Krisenpension in Berlin

## Was wirkt?

- Gleichwertiger Umgang "auf Augenhöhe" untereinander im Team und mit allen Gästen
- Begleitungskonzept: "Da sein" und "Dabei sein" (gemeinsamer Weg mit den Gästen)
- Zentral ist die Beziehung: Die Art des Kontaktes und seine Qualität
- Lernhaltung: Profis, Angehörige, Psychiatrie-Erfahrene - Team und Gäste lernen voneinander
- Jeder hat die Fähigkeit zur Selbstwirksamkeit
- Wir schaffen eine Sphäre des Vertrauens und der Sicherheit für alle - ohne Zwang
- Jeder ist für sich selbst verantwortlich oder entdeckt die eigene Handlungsfähigkeit wieder
- Wir bauen eine Gemeinschaft auf - kurzfristig, aber eng und intensiv
- Die Logik des Alltags ist für uns am wichtigsten: gemeinsam eine Art Normalität zu schaffen – Gemeinsame Tun je nach aktuellen Gegebenheiten steht im Zentrum: einkaufen, kochen, essen, spielen, spazieren, musizieren, kreativ werken, malen, reden, denken - spontan, natürlich, „normal“.

# Krisenpension in Berlin

## Warum braucht es dieses Angebot?

- Akute Krisen führen bisher häufig in Kliniken; Klinikaufenthalte sind aber meist keine Antwort auf die individuellen Bedarfe in einer Krise
- Klinik will Symptome reduzieren, meist ohne die Probleme lösen zu können, die im Alltag und im sozialen Umfeld des Klienten entstehen und die auch dort gelöst werden müssen.
- Alltagsnahe Begleitung in Krisen gibt die Möglichkeit, trotz und wegen der Krise Probleme anzugehen
- Individualisierte Begleitung setzt an den persönlichen Problemlagen und Stärken an
- Die Nähe zur alltäglichen Lebenswelt der Gäste und auch zu ihrem Umfeld bleibt erhalten; das Umfeld wird nicht außen vorgehalten sondern bewusst mit einbezogen. (Netzwerkansatz)
- Die Schwelle „Rein“ und „Raus“ ist niedrig: frühere Inanspruchnahme verhindert schwerere Krisen; schnelle Rückkehr in den Alltag erhält die sozialen Brücken

# Schatten

- Selektiv-Verträge sind selektiv: kassenabhängige Versorgung
- Selektiv-Verträge sind freiwillige Leistungen der Kassen: Vergütung als Verhandlungsmasse – Die Dauer als Geschenk
- Die Erfahrung in den Selektiv-Verträgen Psychiatrie ist bereits Geschichte: von der inhaltlichen zur rein wirtschaftlichen Betrachtung seitens der Kostenträger
- Der bittere Weg zurück in die Regelversorgung: neue, vielversprechende Wege sind entdeckt, ausprobiert und erlebt worden, deren Zugang nun Behandlern wie Klienten (wieder) verwehrt ist.

# Licht

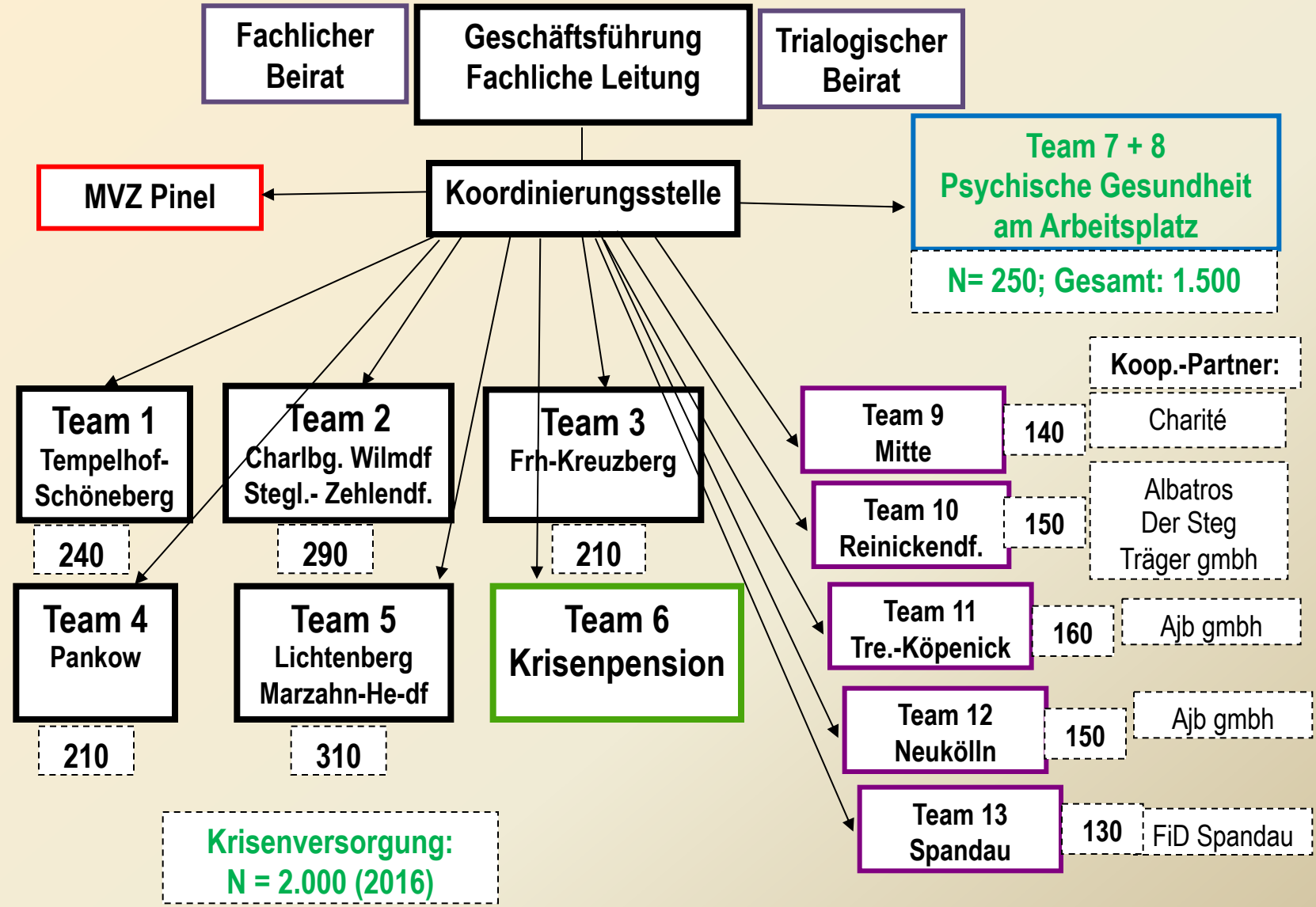
- Mannigfache Erfahrungen, dass durch spezifische Krisenorte die Drehtür der Klinik langfristig angehalten werden konnte und Gäste heute ihre **eigenen Wege gehen** können
- Es gibt Klienten, die rein in der **Begleitung von Peers** (Profis aus eigener Erfahrung) Wege aus der Krise und in die Gesundheit geschafft haben
- Es gibt viele Peers, die nicht nur selbst aus der Krise herausfanden, sondern heute erfolgreich als Profis **hochwertige Arbeit** leisten
- Erlebt wurde gelebte **Augenhöhe** mit dadurch gestärkten Gästen und ihren Angehörigen
- Reduktion bis zur erfolgreichen vollständigen Aufgabe von **Medikation** auch bei vormaligen Langzeit-Nutzern
- **Netzwerk-Stärkung**: Angehörige und Freunde verstehen erstmals, um was es überhaupt geht und können wirksam und hilfreich werden
- Erfahrungen von echtem **Empowerment** und gelebter **Recovery**

**Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit!**

**Dr. Thomas Floeth**

**Netzwerk Integrierte Gesundheitsversorgung Pinel  
gGmbH für ambulante Begleitung, Krisenversorgung und Gesundheitsmanagement**

# Historie: Integrierte Netzwerk-Versorgung in Berlin 2016



# Krisenpension in Berlin

## Der Rahmen

**Organisationskonzept:** „Außerhäusliche Häuslichkeit“

**Raumkonzept:** Zentralbereich: eine große Küche zum Kochen, Essen, „Wohnen“; 1, 2 und 3-Bettzimmer, ein „weiches Zimmer“ (Soteriakonzept); wenig Team- und Besprechungsbereich

**Arbeitskonzept:** alltagsorientierte geteilte Lebenswelt; wenig Regularien, individualisierte Abläufe auf den einzelnen Gast bezogen; Nutzung: wenige Minuten bis 24 h. Als Nachtambulanz, als Anlaufstelle, ...

**Teamkonzept:** Freiwilligen-Gruppe (2005 – 2007; 50 Teilnehmer) -> Fest-Team (2008 – 2011; 20 TN ) -> 3 KernMitarbeiter + 30 KollegInnen aus ambulanten Teams (auch Externe; 2011 – 2014) -> Kernteam mit 6 Mitarbeitern + Geringfügige + Praktikanten (ab 2014)

Professionen: multiprofessionell, Menschen mit Psychiatrie-Erfahrung, Angehörige, Laien

(Arbeit auf Augenhöhe)

**Kosten:** 350. – 400.000€ p.a.

# Krisenpension - Statistische Daten 2014

Im Jahr 2014 waren durchschnittlich: **1.700 Klienten** in die verschiedenen Verträge zur IV eingeschrieben; davon nutzen insgesamt **144 Klienten die KP**

Die Krisenpension ist ein 24-h-Angebot mit unterschiedlichen Nutzungsprofilen

- **24 h:** häufig genutzt **2.115x (5,8 TN pro Tag)**
- Nur Nachts: nicht genutzt (1x)
- Nur Tags (6-12h) wenig genutzt: (70x)
- Stundenweise (1-3h): genutzt 185x
- Minutenweise (< 1 h; auch Tel.) 1.350h (3,7h pro Tag)

Von den 144 KP-Nutzern hatten 24h-Nutzung: 73 mit insgesamt 2.115 Tagen

- 43 weniger als 14 Tage
- 30 länger als 14 Tage (davon 21 als 1 Episode, ggf. mit Unterbrechungen)
- 24 länger als 30 Tage
- 17 länger als 50 Tage und
- 2 länger als 100 Tage (1 Fall; 2 Fälle)

# Krisenpension in Berlin

## Die Sicht der Gäste

„Sie haben mich immer gefragt, was ich brauche“

„Ich wurde als ganzer Mensch in meiner Welt gesehen“

„Es hat gut getan, nicht alleine gewesen zu sein in der Krise“

„Ich wurde zu nichts gezwungen“

„Ich hatte plötzlich wieder das Gefühl, ich habe es selbst in der Hand“

„Ich fühlte mich total abgeholt“

„In der Krise habe ich in der KP alles weitergemacht, was ich irgendwie noch selbst geschafft habe“

„Es macht einen riesen Unterschied, wenn man mit jemand (Experte aus eigener Erfahrung) sprechen kann, wo man nicht das Gefühl hat, man muss was Fremdes erklären“

„Es müssen nicht immer die großen Sachen sein, nichts Weltbewegendes: ein Gespräch am Tisch, zusammen Zucchini schneiden, in bin da und höre Dir zu – das hat dem Ganzen eine Spur Normalität gegeben.“

# Gruppenangebote: Diagnosespezifisch

*Depression  
Schicksal? Chance?  
Einladung zur offenen Gesprächsgruppe*

**NETZWERK PSYCHISCHE  
GESUNDHEIT**



**Beginn:** 18.07.2011

Wöchentlich montags  
17:30 – 19:30Uhr

**Kontakt:**

Eva Buck  
Tel. 0178 / 94 23 903  
eva.buck@krisenpension.de

Annegret Kühl  
Tel. 0178 / 94 23 918  
annegret.kuehl@krisenpension.de

Sven Hanfler  
Tel. 0178 / 94 23 932  
sven.hanfler@nwpwg-berlin.de

**Krisenpension und  
Hometreatment gGmbH**  
Ebersstr. 30  
10827 Berlin

Das Leben mit einer Depression ist eine starke Belastung. Gefühle der Niedergeschlagenheit und inneren Leere, Einsamkeit und Überforderung erschweren den Alltag. Viele Betroffene ziehen sich zunehmend von ihren Interessen, Verpflichtungen und Aktivitäten zurück und fragen sich: „Was stimmt bloß nicht mit mir?“

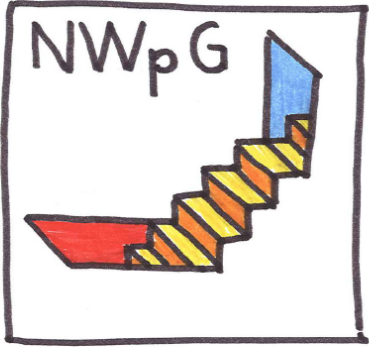
Im Mittelpunkt dieses Gruppenangebots steht der Erfahrungsaustausch untereinander. Gemeinsam wollen wir erforschen, was uns die Depression zu sagen hat, woher sie kommt und welche Hinweise auf Veränderungsmöglichkeiten sie uns geben kann.

Dabei werden wir uns u.a. mit Fragen beschäftigen wie:

- Wie kann ich mit belastenden Gedanken und Gefühlen umgehen?
- Wie kann ich mein alltägliches Leben mit dieser Erkrankung bewältigen?
  - Was kann ich selbst für mich tun?
  - Welche Unterstützung seitens Dritter macht Sinn?

## Psychose - Gruppe

**NETZWERK PSYCHISCHE  
GESUNDHEIT**



**Regelmäßige Treffen:**  
jeden 2. Dienstag im Monat  
17.00 - 18.45 Uhr

**Inhalte:**  
**Erfahrungsaustausch**  
zu konkreten Themen, die die Gruppe selbst auswählt

**Informationsvermittlung**  
zu ausgewählten Themen  
durch von der Gruppe eingela-  
dene Referenten

**Kontakt:**  
Gwen Spangenberg  
0178 - 942 39 29  
gwen.spangenberg@krisenpension.de

Monika Büttner  
0178 - 942 39 04

**Krisenpension und  
Hometreatment gGmbH**  
Ebersstr. 30  
10827 Berlin

**Erfahrungsaustausch**  
Themenbeispiele:

- Umgang mit Psychose-Erfahrung/ Bewältigung
- Gesundheit & Wohlbefinden
- Therapien/ Medikamente
- Stigmatisierung
- Frühwarnzeichen
- Erfahrungen mit Drogen
- etc...

**Informationsvermittlung**  
durch Referenten, z.B.:

- Neurologische Prozesse (Gehirn-Veränderung, Gedächtnis)
- (Aus-)Wirkungen von Medikamenten/ Drogen
- Stimmen hören
- etc...

# Gruppenangebote: Prävention

## Progressive Muskelentspannung Gruppenangebot

Fortlaufender Kurs im  
wöchentlichen Rhythmus  
Jeden Donnerstag  
17.00—18.30 Uhr

Einstieg nach Rücksprache  
mit den KursleiterInnen  
jederzeit möglich



### Entspannung im Alltag — Einführung in die Praxis der Progressiven Muskelentspannung

Bei der Progressiven Muskelentspannung handelt es sich um ein Verfahren, bei dem durch die willentliche und bewusste An- und Entspannung bestimmter Muskelgruppen ein Zustand der Entspannung des ganzen Körpers erreicht werden kann.

Körperliche und psychische Anspannung stehen in Wechselwirkung zueinander, sodass durch die Entspannung der Muskulatur auch andere Zeichen von Stress wie z.B. Unruhe, Aufregung, Gereiztheit oder Unkonzentriertheit reduziert werden und sich Ruhe und Gelassenheit ausbreiten können. Bei regelmäßiger Anwendung führt die Progressive Muskelentspannung zur Steigerung des gesamten Wohlbefindens. Die Übungen sind leicht erlernbar und im Alltag jederzeit einsetzbar.

Wir bieten im Rahmen unseres Netzwerks Einführungskurse zum Erlernen der Grundlagen der Progressiven Muskelentspannung an sowie fortlaufende Übungskurse und möchten Sie zur Teilnahme einladen!

Die Gruppe bietet auch Gelegenheit zum gemeinsamen Erfahrungsaustausch.

Die MitarbeiterInnen der Krisenpension und Hometreatment gGmbH

NETZWERK PSYCHISCHE  
GESUNDHEIT

Krisenpension und  
Hometreatment gGmbH  
Ebersstr. 30  
Telefon: 030-2244595-0

Rosemarie.kugler@krisenpension.de  
Tel. 0178-9423917  
André.reiter@ambulante-alternative-berlin.de  
Tel. 0163-3650707

## Kreativ Werkstatt

NETZWERK PSYCHISCHE  
GESUNDHEIT

**Malen und Bewegung**  
Nach Absprache mit Mouna  
El-Hosri

**Offene Kreativwerkstatt**  
Freitags  
von 14.30 – 16.30 Uhr

**Kontakt:**  
Helena Dötig  
0178 9423907

Mouna El Hosri  
0178 9423906

Krisenpension und Ho-  
metreatment gGmbH  
Ebersstr. 30  
10827 Berlin



*„Kreativität kann man nicht aufbrauchen. Je mehr man sich ihrer bedient, desto mehr hat man.“*

Maya Angelon

Wir möchten Sie dazu einladen, sich über die spielerische Auseinandersetzung mit verschiedenen Materialien einen Zugang zur eigenen Kreativität zu erschließen. Es soll ein Raum geschaffen werden, um sich auszuprobieren, Neues zu erforschen und schöpferisch tätig zu sein.

# Gruppenangebote: Prävention

*Spaziergänge in Natur und Kultur*  
*Gruppenangebot*

**Nächste Treffen:**  
Ab 17.2.2011 16 Uhr  
regelmäßig alle zwei Wochen

**Treffpunkt:**  
Ebersstraße 56 , Krisenpension



**Offene Gruppe**

Wir, Christiane Dietrich und Jürgen Röper, möchten mit Ihnen spazieren gehen und kulturelle Ausflüge machen. Alle, die im Netzwerk psychische Gesundheit integriert sind, sind eingeladen.

**Es ist für Sie eine Möglichkeit**

- Rauszukommen.
- In Kontakt zu kommen
- Sich zu bewegen
- Auch neue Wege zu gehen

Die Treffen beginnen an der Krisenpension

NETZWERK PSYCHISCHE  
GESUNDHEIT

Telefon: J.Röper 0178 4802061  
E-Mail:  
christiane.dietrich@krisenpension.de

# Gruppenangebote: Prävention

*Einladung zur  
Kleinen Schule des Genießens*

**Infotermin:**  
Mo, 01.08.2011  
Uhrzeit: 16 Uhr

**Gruppentermine:**  
15.08.2011 (Montag)  
22.08.2011 (Montag)  
05.09.2011 (Montag)  
12.09.2011 (Montag)  
21.09.2011 (Mittwoch)  
26.09.2011 (Montag)  
05.10.2011 (Mittwoch)  
17.10.2011 (Montag)  
Jeweils um 16 Uhr

**Treffpunkt:**  
Wilhelm-Wolff-Straße 29  
NwPG (Pankow)

NETZWERK PSYCHISCHE  
GESUNDHEIT

Telefon: T. Steinhäuser  
0176 9423935  
E-Mail: [theresa.steinhaeuser@krisenpension.de](mailto:theresa.steinhaeuser@krisenpension.de)



**Bewusster wahrnehmen,**  
Sich mit den Sinnen auf etwas Angenehmes konzentrieren lernen,  
Erfahren und auswählen, was gut tut  
Sich im Lärm des Alltags besinnen  
Sich gezielt entspannen können  
Achtsam mit sich selbst sein können  
Die Sinne zur Ruhe kommen lassen  
Eigene Vorlieben kennen lernen  
Positives Erleben im Alltag steigern  
Sich auch an kleinen Dingen freuen können

Zum Genießen gehört es, sich Zeit zu nehmen. Gemeinsam wollen wir anhand einfacher praktischer Übungen unsere Sinne einsetzen und dabei erfahren, was gut tut.

## *Sportgruppe*

NETZWERK PSYCHISCHE  
GESUNDHEIT

jeden **Donnerstag**  
von **17.00-18.00 Uhr**

**Treffpunkt**  
Ebersstrasse 30

Kontakt:  
Sven Hanfler  
0178-942 39 32  
[sven.hanfler@nwpg-berlin.de](mailto:sven.hanfler@nwpg-berlin.de)  
Dörte Helten  
[doerte.helten@krisenpension.de](mailto:doerte.helten@krisenpension.de)

**Sport tut gut!**

Bewegung und frische Luft fördern die geistige Leistungsfähigkeit, schützen vor Stimmungsschwankungen und steigern das Wohlbefinden. Wir wollen gemeinsam Sport treiben, beginnen mit einer Jogging-Gruppe und laufen gemeinsam im Volkspark Schöneberg. Besonderes Augenmerk soll auf eine schonende Lauftechnik gelegt werden. Wir beginnen langsam und bilden Gruppen mit unterschiedlichen Laufgeschwindigkeiten.

Treffpunkt (bei jedem Wetter) ist die Ebersstraße 30.  
Bitte tragen Sie die Ihnen angenehme Sportkleidung.



Krisenpension und  
Hometreatment gGmbH  
Ebersstr. 30  
10827 Berlin

# Gruppenangebote: Themenspezifisch

## Kommunikations- training

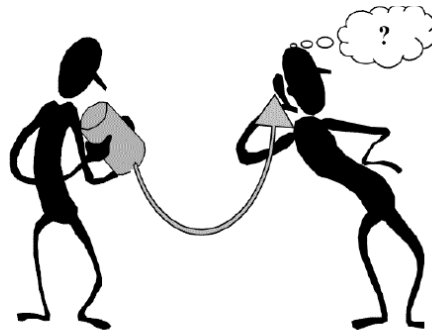
NETZWERK PSYCHISCHE  
GESUNDHEIT

### Kontakt:

**Anne Hoffmann**  
0178 - 942 39 12  
anne.hoffmann@krisenpension.de  
**Jenny Hüge**  
0178 - 942 39 11  
jenny.huege@krisenpension.de  
**Daniela Walther**  
0178 - 942 39 21

jeden  
**Mittwoch**  
**15:30 – 17:00 Uhr**  
ab dem **23.02.2011**

Krisenpension und  
Hometreatment gGmbH  
Ebersstr. 30  
10827 Berlin



Wünschen Sie sich verbesserte

- **Selbstwahrnehmung**
- **Kommunikative Fertigkeiten**
- **Methoden für eine bewusste Kommunikation**
- **Gefühlswahrnehmung mit konstruktivem Umgang**

In der Gruppe lernt und übt es sich leicht und macht Spaß.

Anhand konstruierter oder alltäglicher Beispiele aus dem Leben der TeilnehmerInnen entwickeln wir gemeinsam Ideen für neue und zufrieden stellende Formen des Umgangs mit sich selbst und anderen.

**Infotermin:** 16.02.2011 um 15:30 Uhr, Ebersstr.30

## Das Denken über das Denken - Metakognitives Training -

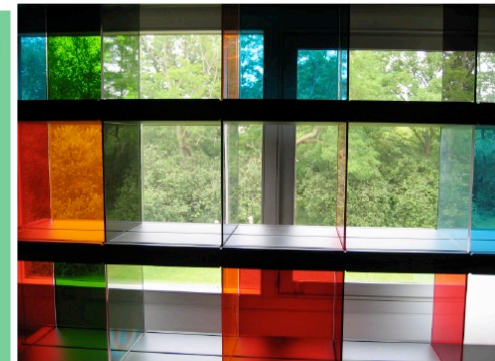
NETZWERK PSYCHISCHE  
GESUNDHEIT

**Jeden 1. und 3.**  
**Dienstag**  
von **17-18 Uhr**  
in der **Ebersstr. 30**  
ab **04.10.2011**

### Kontakt:

Sven Hanfler  
0178-9423932  
sven.hanfler@krisenpension.de  
Johanna Gaiser  
0178-9423908  
johanna.gaiser@krisenpension.de

**Krisenpension und**  
**Hometreatment gGmbH**  
Ebersstr. 30  
10827 Berlin



Diese Gruppe richtet sich an Menschen mit Psychose Erfahrung

Das Angebot beinhaltet 8 Module mit folgenden Themen:  
Zuschreibungsstil, Voreiliges Schlussfolgern, Korrigierbarkeit, Einfühlung, Gedächtnis, Selbstwert und Stimmung.

### **Ziele und Inhalte:**

- Ziel des Metakognitiven Trainings ist es, mehr über die eigenen Denkvorgänge zu erfahren, wie sie beeinflusst und wirkungsvoll zur Problembewältigung genutzt werden können
- Bewusstmachung von Denkfehlern und einseitigen Problemlösestrategien
- Die Entwicklung falscher Überzeugungen und Wahn kritisch reflektieren und überdenken
- Die Übertragung der Lerninhalte auf den Alltag soll durch viele praktische Beispiele und Übungen ermöglicht werden

# Gruppenangebote: Themenspezifisch

## Empowerment - Wieder stark sein!

NETZWERK PSYCHISCHE  
GESUNDHEIT

Beginn: 29.03. 2011

Dienstag 15-17 Uhr

9 Termine :

29.03.	05.04
26.04.	10.05.
24.05.	07.06.
21.06.	05.07.
19.07.	

Kontakt:

Beate Mücke  
0178-480 20 65  
beate.muecke@krisenpension.de  
Julia Walendzik,  
0178 - 480 20 02  
julia.walendzik@krisenpension.de

Krisenpension und  
Hometreatment gGmbH  
Ebersstr. 30  
10827 Berlin



### Mehr Selbstbestimmung, Stärke und Sinn im Alltag!

Dabei geht es uns um folgende Fragen:

- *Wie kann ich Entscheidungen (wieder) selber treffen?*
- *Wie komme ich an Informationen ran?*
- *Wo lasse ich mich aufklären?*
- *Wie kann ich (Selbst)Stigmatisierung überwinden?*

Mit Rollenspielen, Arbeitsgruppen und kurzen Referaten arbeiten wir gemeinsam daran, Empowerment zu stärken.