



# Weiterbildung Angehörigenbegleitung

In dieser Weiterbildung lernen Sie, wie Sie Angehörige und Nahestehende von Menschen mit psychischen Krisen professionell begleiten und dabei eigene Erfahrungen reflektiert einsetzen.

## Beschreibung

Schätzungsweise ein Viertel aller Menschen in der Schweiz begleitet während ihres Lebens Menschen, die von einer psychischen Krise betroffen sind. Dazu gehören Eltern, Geschwister und Partner:innen von Betroffenen, aber auch Freund:innen, Nachbar:innen, Arbeitskolleg:innen und weitere Bezugspersonen ausserhalb der Familie. Auch wachsen viele Menschen als Kinder von Eltern auf, die psychische Krisen durchleben.

Angehörige und Nahestehende tragen dabei viel Verantwortung, oft gepaart mit mangelnder professioneller Unterstützung. Sie kommen manchmal unerwartet und unvorbereitet in Kontakt mit der Psychiatrie. Dabei erleben sie grosse Belastungen, aber auch Selbstwirksamkeit und Genesung.

Durch diese Erfahrung können Angehörige besondere Fähigkeiten entwickeln: Sie haben gute Kenntnisse der Gesundheitsversorgung im Bereich der psychischen Gesundheit, und sie entwickeln Verständnis für andere Angehörige. Sie sind in der Lage, Resilienz zu fördern. So können sie Hoffnung vermitteln und Verantwortung übernehmen, sie sind geschickte Kommunikator:innen, und sie sind geübt in Krisenkompetenz und Flexibilität.

Mehr zur Situation der Angehörigen erfahren Sie bei der Vereinigung Angehöriger psychisch Kranker (VASK) Schweiz.

Die Weiterbildung zur Angehörigenbegleiter:in befähigt Angehörige und Nahestehende dazu, über die eigene Erfahrung hinaus Wissen und Kompetenzen zu entwickeln, die Genesungsprozesse fördern. Diese Fähigkeiten bringen Angehörigenbegleiter:innen anschliessend in Beruf und Gesellschaft ein. Die Absolvent:innen arbeiten danach beispielsweise als begleitende Betroffene (auch Peers genannt) in der Gesundheitsversorgung oder bringen ihre Kenntnisse im Rahmen einer bestehenden beruflichen Tätigkeit ein.

## Lernziele

- Absolvierende sind in der Lage, Angehörige systematisch zu begleiten. Sie können Angehörige gezielt unterstützen, (eigene) Ressourcen zu erkennen und die Selbsthilfekräfte zu stärken.
- Absolvierende können ihre Expertise gewinnbringend in ihrem beruflichen Umfeld (z.B. Gesundheitsversorgung, Bildungsangebote, Gesundheitsförderung) einbringen.
- Die Absolvierenden verstehen es, ihre Erfahrungen einzuordnen und die eigene Selbstwirksamkeit zu stärken.

## Zielgruppe

Die Weiterbildung richtet sich an Angehörige und Nahestehende von Menschen, die psychische Krisen durchleben oder durchlebt haben. Die Angehörigen möchten diese Erfahrung reflektieren und Wissen daraus ableiten. Sie möchten ihr Erfahrungswissen anwaltschaftlich für Angehörige einsetzen.

## Voraussetzung

Angehörige und Nahestehende, welche die Weiterbildung absolvieren wollen, müssen folgende Voraussetzungen erfüllen:

- Es besteht oder bestand eine längere Beziehung zu einer betroffenen Person.
- Die Beziehung zu der betroffenen Person ist nicht übermässig belastend. Es muss ein gewisser Verarbeitungs- und Reflexionsprozess stattgefunden haben, damit die persönlichen Ressourcen für die Weiterbildung vorhanden sind.
- Interessierte stehen schon im Austausch mit anderen Angehörigen, z.B. in der Selbsthilfe, durch Besuche von Veranstaltungen zu Trialog und Recovery, in der Freiwilligenarbeit für Betroffene, im privaten Umfeld.

## Kursmodule

Die Ausbildung setzt sich zusammen aus einem Basis- und einem Aufbaumodul.

Das Basismodul umfasst folgende Inhalte:

- Förderung von Gesundheit - Salutogenese
- Trialog
- Empowerment in Theorie und Praxis
- Recovery - Genesung, Perspektiven und Erfahrungen
- Erfahrung und Teilhabe

Das Aufbaumodul umfasst folgende Inhalte:

- Selbsterforschung
- Kommunikation und Gesprächsführung
- Beraten, begleiten und unterstützen
- Assessment – ganzheitliche Betrachtungen
- Zusammenarbeit in Teams und Moderation von Gruppen
- „die subjektive Seite ...“
- Umgang mit Krisen und Suizidalität in der Begleitung von Angehörigen
- Abschluss mit Präsentation

Zu beiden Kursen gehört jeweils ein Praktikum (Angehörigenverbände/Angehörigenbegleitung in der Psychiatrie) von mindestens 25/40 Stunden.

## Methode

Die Ausbildung basiert auf Erfahrungswissen. In einem ersten Schritt reflektieren die Studierenden ihre eigenen Erfahrungen, in einen zweiten Schritt lernen sie, über die eigene Geschichte hinaus Wissen und Kompetenzen zu entwickeln, die Gesundungsprozesse fördern. Dabei wird auch das nötige Wissen vermittelt (Recht, Gesundheitsversorgung), um wirksame Unterstützungsmassnahmen umzusetzen.

## Trainerinnen

Gyöngyvér Sielaff: Psychologin und Psychologische Psychotherapeutin an der Universitätsklinik Hamburg-Eppendorf

Irmela Boden: Angehörigenbegleiterin, Hamburg

## Zertifizierung

Die Weiterbildung wird von EX-IN Deutschland anerkannt.

## Abschluss

Die Teilnehmenden erhalten nach bestandener Teilnahme ein Zertifikat von EX-IN Deutschland, das zu einer Anstellung als Angehörigen-Peer (bzw. Angehörigenbegleiter:in) in der Schweiz und Europa ermächtigt. Der Begriff Angehörigen-Peer ist massgebend für die Anerkennung durch die Schweizer Krankenkassen.

## Kosten

Die Kursgebühr beträgt CHF 6500.-. Sollte die Teilnahme an den Kosten scheitern, besprechen Sie dies bitte mit den Veranstaltenden.

## Termine 2022/2023

2022	2023
20./21./22. Mai	13./14./15. Januar
17./18./19. Juni	10./11./12. Februar
15./16./17. Juli	10./11./12. März
16./17./18. September	14./15./16. April
21./22./23. Oktober	12./13./14. Mai
18./19./20. November	
16./17./18. Dezember	

Alle Module finden in Bern in den Räumen der Berner Fachhochschule statt.

## Weitere Informationen und Anmeldung

[angehoerigen-begleitung.ch](http://angehoerigen-begleitung.ch)

