

NEWSLETTER 25 EX-IN DEUTSCHLAND E.V.

Juli 2025

*„Nichts in der Geschichte des Lebens ist
beständiger als der Wandel.“
Charles Darwin*

Liebe Interessierte an EX-IN,

der Sommer lässt uns schwitzen und auch in den EX-IN Themen geht es heiß her.

Auf der Tagung in Leipzig zu „50 Jahre Psychiatrie-Enquête“ gab es hitzige, gute Diskussionen, die neuen Lehrbeauftragten diskutierten heiß über die neuen Termine und Vorgehen, und der Aufbau der Akademie treibt uns den Schweiß ins Gesicht.

Wir wünsche uns, dass bei allen Bewegungen und Stresssymptomen, die ein Körper bei zu hohen Temperaturen hat, uns das, was wir wollen, zusammenschweißt.

Nutzen Sie auch den Newsletter, um Ihre Projekte vorzustellen oder Impulse zum Nachdenken zu teilen.

Wir freuen uns auf Anregungen, Auseinandersetzungen, Impulse und stärker werdende Unterstützung und Interesse.

Es grüßt herzlich der Vorstand von EX-IN Deutschland e.V.

Catharina Flader – Britta Schilhanek – Elias Nolde

NEUIGKEITEN AUS DEM VEREIN	3
UMFRAGEN ZUR SITUATION VON GENESUNGSBEGLEITENDEN	3
WEITERE UMFRAGEN	3
BROSCHÜREN WEITERHIN BELIEBT	3
POSITIONSPAPIER	3
GESCHÄFTSSTELLE – RÄUME GESICHERT	4
WERBEPAKETE	4
DGPPN 2025	4
S3 – LEITLINIEN – PROZESS	5
ZUKUNFT DER EX-IN TRAINER:INNEN QUALIFIZIERUNG	5
ANGEBOTE - TERMINE	5
DIE EX-IN AKADEMIE SOLL WEITERGEHEN	5
SICHERT EUCH DIE DATEN!	5
JAHRESTAGUNG 2026	5
VEREINS-CAFÉ (THEMEN - ÄNDERUNG)	5
IHRE MITGLIEDSCHAFT	6
MUVI – DAS FORUM FÜR AUSTAUSCH	6
KONTAKTE	6
BEIRAT	6
KLÄRUNGSSTELLE	6
QUALITÄTSGREMIUM	7
GESCHÄFTSSTELLE	7
SPENDENMÖGLICHKEITEN	7
KONTOVERBINDUNG	7
ANHÄNGE	8
DIALOGISCHE TEILHABESCHULUNG	8
SPENDENAUFTRUF FÜR DIE EX-IN AKADEMIE	10

NEUIGKEITEN AUS DEM VEREIN

UMFRAGEN ZUR SITUATION VON GENESUNGSBEGLEITENDEN

Im Anschluss an das Kartografie-Projekt im Rahmen der ImpPeer-Studie möchten wir die Umfrage erneut starten und durch eine 2. Umfrage ergänzen.

Sie richtet sich an Genesungsbegleitende und wir hoffen auf vielfältige Beteiligung.

Verteilt sie in eure Netzwerke!

Nur so bekommen wir Zahlen, mit denen wir auch politisch argumentieren können.

Wir bitten und hoffen auf vielfältige Beteiligung ALLER Peertätigen in Deutschland bis zum 31.07.2025!

[Kartografie 2.0](#)

[Umfrage zur Situation von Genesungsbegleitenden in Arbeit](#)



WEITERE UMFRAGEN

... finden Sie regelmäßig unter [Forschung/Partizipation - EX-IN Deutschland](#)

BROSCHÜREN WEITERHIN BELIEBT



POSITIONSPAPIER

„Wir wollen und müssen gemeinsam politisch sichtbar werden!“ – das war ein Ergebnis der Tagung in Leipzig zu „50 Jahre Psychiatrie-Enquête“.

Auf der Tagung wurde mit einer großen Mehrheit der Anwesenden eine Resolution verabschiedet. Diese war aus einer spontanen und sehr kurzfristigen Aktion entstanden und die Abstimmung fand statt ohne die Möglichkeit Einzelheiten zu verändern. Sie war auch deutlich kürzer (eine A4 Seite) als das Positionspapier der DGPPN. Die Text dieser Resolution finden Sie hier:

https://www.dvgp.org/fileadmin/user_files/dachverband/dateien/Positionen/50_jahre_psychiatrie-enquete_resolution_250603.pdf

Im Anschluss der Veranstaltung entstand in einer Arbeitsgruppe das Positionspapier.

Dieses finden Sie unter [“Prävention von Gewalttaten”](#)

In Zukunft werden wir hierzu unsere Mitglieder befragen.

Die ein oder andere Formulierung muss diskutiert werden, doch wir halten es für einen wichtigen Schritt in der Politik ein Gegenüber zu werden und gemeinsam <Stellung zu beziehen.

GESCHÄFTSSTELLE – RÄUME GESICHERT

Wir danken herzlichst der SRH RPK Karlsbad dafür, dass sie nun bereits im 6. Jahr den Vertrag der Büroräume um 2 Jahre verlängern.

Der Chef der RPK, Dr. Gustav Wirtz, beschäftigt seit 2016 EX-IN Genesungsbegleitende und stellt die Räumlichkeiten seit dem Umzug 2020 kostenfrei zur Verfügung – bei der Büroknappheit vor Ort nicht immer ganz selbstverständlich!

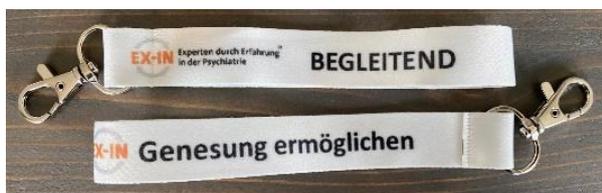
Auch diese Art der Unterstützung hilft dem Verein enorm!



WERBEPAKETE

Endlich ist es soweit, die Werbepakete können gegen einen Unkostenbeitrag bei der Geschäftsstelle unter info@ex-in.de bestellt werden.

- ➔ **Paket 1 für 10 €**
25 Flyer
75 Postkarten (3 Motive je 25 Stck.)
100 Aufkleber (4 Motive je 25 Stck.)
- ➔ **Paket 2 für 35 €**
50 Kugelschreiber (2 Versionen)
25 Bleistifte
- ➔ **Paket 3 für 35 €**
25 Schlüsselbänder



DGPPN 2025

„Wir brauchen Genesungsbegleitung.“ , hören wir zunehmend von allen Seiten. Und doch wurde auch dieses Jahr unser eingereichtes Symposium abgelehnt. Doch mit einem Informationsstand sind wir die ganzen Tage vertreten und sichtbar, um für und über EX-IN in den Austausch zu kommen und auch die Akademie zu bewerben.

S3 – LEITLINIEN – PROZESS

Der Prozess der gemeinsamen, trialogischen Arbeit an S3 – Leitlinien soll fortgesetzt werden. Wir freuen uns hier als fester Bestandteil angefragt worden zu sein.

ZUKUNFT DER EX-IN TRAINER:INNEN QUALIFIZIERUNG

Das **Team der Lehrbeauftragten**, also die Personen, die die EX-IN Trainerkurse durchführen, findet sich aktuell neu und die konkrete Terminplanung für den nächsten Kurs ab **Januar 2026 in Hannover** steht.

Die Ergebnisse werden demnächst veröffentlicht.

Die Informationsveranstaltungen ONLINE werden am 07.07.2025 und am 06.08.2025 jeweils 18 - 20 Uhr angeboten (siehe unten).

Die folgenden Kurse für die EX-IN Trainer:innenqualifizierung werden voraussichtlich bis zunächst 2030 im **Wechsel an den Standorten Karlsruhe und Hannover** stattfinden, wo auch die Geschäftsstellen der EX-IN Akademie liegen sollen.

Wir hoffen damit auf mehr Planbarkeit und Verbindlichkeit hinsichtlich Qualität, Kosten und Durchführung.

ANGEBOTE - TERMINE

DIE EX-IN AKADEMIE SOLL WEITERGEHEN

Das Projekt endete nun Ende April, die EX-IN Akademie soll weitergehen!

Dafür brauchen wir SIE, als Dozent:in, Teilnehmer:in oder Kooperationspartner:in.

Weitere Angebote erwarten Sie und folgen bald. Aktuell sind noch Anmeldungen möglich!

Schaut auf der Homepage und meldet euch, wenn ihr selbst das Projekt durch eine Veranstaltung unterstützen wollt.

Soll die Akademie auch an Ihrem Standort einen Kurs verwalten, oder eine Fortbildung anbieten?

Möchten Sie selbst als Dozent*in für die Akademie tätig werden, online oder bei Ihnen vor Ort?

Nehmen Sie Kontakt auf unter info@ex-in-akademie.de.

Informationen und Termine finden Sie auf der [Homepage EX-IN Akademie](#).

SICHERT EUCH DIE DATEN!

Jahrestagung 2026

Donnerstag, 25. Juni bis Samstag, 27. Juni 2026
Karlsruhe Anne-Frank-Haus, Moltkestraße 20
Die Räumlichkeiten sind „Barrierefrei“

Vereins-Café (Themen - **Änderung**)

Wir werden dieses Angebot fortsetzen. Für unverbindliche Online-Treffen der Mitglieder untereinander.

Die Termine und den Link finden Sie im Kalender unserer Homepage.
Neben Themen, die der Vorstand evtl. mit einbringt, sollen die Treffen vor allem Raum bieten untereinander über Vereinsthemen in den Austausch zu kommen und Fragen stellen zu können.

Montag, 10.11.2025 um 17 Uhr Wahlwerbung, Rück – und Ausblick

IHRE MITGLIEDSCHAFT

Sind Sie bereits Mitglied? Ja, das ist prima, ganz herzlichen Dank!!!

Nein, etwa noch nicht?

Profitieren Sie von EX-IN?

Finden Sie es eine tolle Sache?

Ist Ihnen bewusst, auf welchen Ebenen wir als Verein ehrenamtlich beteiligt waren und sind?

Hierfür brauchen wir Sie als Mitglied, denn früher oder später haben sicherlich auch SIE etwas von unserer Arbeit.

Werden Sie noch heute Mitglied - über die [Homepage ganz einfach](#) auszufüllen.

MUVI – DAS FORUM FÜR AUSTAUSCH

MuVi ist ein Online-Treffen für Austausch und steht allen Interessierten zum Thema Genesungsbegleitung offen.

Ausgerichtet wird dieses mittlerweile von den Erfahrungsexperten am Niederrhein – Selbsthilfe Genesungsbegleitung und Betroffenenbeteiligung.

Termine sind in unserem Kalender auf der Homepage unter [Termine - EX-IN Deutschland](#)

Anmeldung über Sonja Utzenrath orga@ex-in-muvi.de.

KONTAKTE

BEIRAT

Den Beirat erreichen Sie unter beirat@ex-in.de.

Weitere Informationen unter [Beirat - EX-IN Deutschland](#)

KLÄRUNGSSTELLE

Bei Konflikten oder Schwierigkeiten mit Vorstand, Kursleitung oder anderen Vereinspersonen kann sich **jede:r** an die Klärungsstelle wenden.

Ansprechpartner: Ismena Pohlig, Sara Flader, Naomi Stegner und Mario Wagenbrenner.

Kontakt: klaerungsstelle@ex-in.de

Weitere Informationen unter [Klärungsstelle - EX-IN Deutschland](#)

QUALITÄTSGREMIUM

Das Qualitätsgremium ist für die Zertifizierung der Standorte und Kurse verantwortlich.

Sie prüfen die Anträge und damit die Qualitätsstandards.

Personen und Trainer:innen, die eine Ausnahmeregelung bspw. zu Änderungen im Kurs, des Zertifikats möchten, können sich an das Gremium wenden.

GESCHÄFTSSTELLE

Ulrike Maag und Stephanie Ernst sind per Mail unter info@ex-in.de

und telefonisch donnerstags 14.30 – 16.30 Uhr, sowie freitags 9.00 – 11.00 Uhr für Sie erreichbar.

SPENDENMÖGLICHKEITEN

KONTOVERBINDUNG

Um die Arbeit der Geschäftsstelle, Tagungen, Homepage u.v.m. aufrecht erhalten zu können benötigen wir dringend Spenden und bitten hier um eure Unterstützung.

Ebenso freuen wir uns über neue Mitglieder, eine Mitgliedschaft ist auch ohne Zertifikat im Rahmen einer Fördermitgliedschaft möglich. Informationen und Antrag finden Sie auf der Homepage unter [Formulare & Downloads - EX-IN Deutschland](#).

Der Verein hat bei der GLS Gemeinschaftsbank mit der BIC GENODEM1GLS ein

Allgemeines Konto	mit der IBAN DE16 4306 0967 1072 1522 00, so wie ein
Spendenkonto	mit der IBAN DE59 4306 0967 1072 1522 02 und eines für die
EX-IN Akademie	mit der IBAN DE32 4306 0967 1072 1522 03

Wir als Vorstand freuen uns über Ideen, Anregungen und Rückmeldungen und sind gemeinsam unter vorstand@ex-in.de erreichbar. Sie finden die Informationen auch auf der Homepage.

Catharina Flader – Britta Schilhanek – Elias Nolde

Wenn Sie den Newsletter nicht mehr erhalten wollen, könne Sie sich unter info@ex-in.de abmelden.

ANHÄNGE

DIALOGISCHE TEILHABESCHULUNG

Dialogische Teilhabeschulung - Für Mitarbeitende: rund um Haltung und für mehr Zufriedenheit

Das **Modul 01** dient als Einstieg, um eine gemeinsame Basis zu schaffen und gleichzeitig die Form des Angebots kennenzulernen. Für die Teilnahme an weiteren Modulen ist M01 Voraussetzung.

Modul 02 und 03 vertieft die Themen Empowerment und Recovery: mit diesem Verständnis eine Haltung zu entwickeln verändert die Begleitung und Unterstützung für die betroffenen UND einen selbst.

	Einstiegsmodul	Basis 01	Basis 02
Stelle	Modul 1	Modul 2	Modul 3
Thema	Salutogenese	Empowerment	Recovery
	1 Tage	1,5 Tage	2 Tage
Dauer	9 - 16 Uhr (inkl. Pausen) - Präsenztermine empfohlen, Online möglich		
Einstieg	Gegenüberstellung Pathogenese : Salutogenese	Grundverständnis schaffen	Grundverständnis HOFFNUNG!!!
Theorie zum Thema	Modell Antonovsky Was bedeutet der Wechsel der Sichtweise? Eigene Gesundheit	WER wird WIE empowered? Welche Ebenen sind betroffen? Kernelemente von Empowerment	Was bedeutet "Recovery"? Was sind die Kerngedanken?
Aus der Praxis der TN in die Praxis	Allgemein -> Psyche (Schwerpunkt) Gesundheitsrelevante Bereiche Ressourcen- und Defizitorientierung im Arbeitsalltag Grenzen/Überforderung für eine salutogenetische Arbeitsweise	Wo erlebe ich bereits empowernde Situationen? Wo wird EP verhindert? - Für Mitarbeitende Für Klienten/Patienten/ Bewohner/.... Wie können wir EP möglich machen? - Auch, wenn es "nicht gewollt" wird....	Recovery in meiner praktischen Arbeit „Hoffnungslose“ Zeiten... Was ist dann notwendig? - Recovery fürs Team: Wie geht das??? Meine Einrichtung, mein Arbeitsalltag und Recoveryorientierung? Passt das immer?

Fortsetzung: Dialogische Teilhabeschulung

Im Modul 04 und 05 wird auf die bisherigen Themen zu Kommunikation und Netzwerk aufgebaut.

In den letzten beiden Modulen 06 und 07 geht es verstärkt um Begleitung, besondere Herausforderungen und den Transfair in die Praxis.

Aufbau 01	Aufbau 02	Transfair 01	Transfair 02
Modul 4	Modul 5	Modul 6	Modul 7
DialogKULTUR	Trialog	Alltag	Krisen + Konflikte
1 Tage	1 Tage	2 Tage	1,5 Tage
9 - 16 Uhr (inkl. Pausen) - Präsenztermine empfohlen, Online möglich			
Sprache als Mittel	Geschichte und Idee dahinter; Trialog als Methode und als Angebot	Verständnis von Unterstützung	Welche Krisen kennen wir?
Bedeutung von Sprache Ebenen, Variationen Chancen und Hürden Modelle: "4-Ohren", "Open Dialogue", "GFK", "Aktives Zuhören"	Perspektivwechsel Was bringt Trialog? Formen und Varianten: Trialogische Gespräche, Trialog, Netzwerkgespräche,	Abgrenzung zwischen - Beraten - Begleiten - Helfen, Pflegen - Unterstützen - Assistenz, Fürsprache	Möglichkeiten des Umgangs Rechtliche Lagen Wenn die Umwelt Grenzen setzt!!!... oder nicht hilft - Ohnmacht, Hilflosigkeit -
Wo erlebe ich wie Kommunikation? Wo erleben wir Grenzen? Wie ist Dialog möglich? Perspektivwechsel innerhalb von Kommunikation	Warum fordert es Wahrnehmungen "nebeneinander stehen zu lassen"? Neue Perspektive / neuer Zugang zur Zusammenarbeit Bedeutung des Systems Chancen?	Wie arbeite ich bisher? Was habe ich von meiner Arbeit? Welchen Einfluss habe ich? Welche Haltung steht? Kommunkation	Wie sind wir mit umgegangen? Was hat sich bewährt? Eigene Grenzen....? Offener Umgang!!!, Ohnmacht, ... Wo finde ich Rückhalt und Aus der Krise zurück zum Alltag

SPENDENAUFTRUF FÜR DIE EX-IN AKADEMIE

Die EX-IN Akademie soll weiterleben

Liebe Interessierte und Fördernde unserer EX-IN Philosophie,

wie viele von Euch wissen, haben wir von EX-IN Deutschland uns die letzten 3 Jahre mit der Gründung einer EX-IN Akademie, "Bildungsangebote rund um die psychische Gesundheit" für Interessierte, Betroffene, Angehörige und Fachleute, beschäftigt. Das Projekt hat nun zum 30.05.2025 geendet.



Wir haben viel erreicht, doch sind wir noch nicht am Ziel, und brauchen finanzielle Mittel, um als EX-IN Deutschland die EX-IN Akademie weiterzuführen.

Auch als Dozent:in und/oder Nutzer:in der Angebote können Sie zum Gelingen beitragen!

Durch die Projektförderung konnten ein Trainerkurs, zwei Fortbildungen zur Onlineberatung, ein Stammtisch, zwei Onlineangebote zum Thema Supervision und eine Gruppensupervision angeboten werden.

Zudem werden vermehrt Online-Angebote zu Themen wie etwa, Resilienz, Kommunikation, Traumasensible Assistenz, DBT, positives Denken, sowie verschiedene „Subjektive Seiten von Diagnosen“ angeboten.

Als Erfahrene möchten wir mit Tandempartnern durch unsere Perspektive und WIR-Wissen miteinander ein gegenseitiges Verständnis entwickeln.

Wir möchten die Qualität tätiger EX-IN Genesungsbegleiter*innen fördern, und mit unseren Angeboten das bestehende Bildungssystem sinnvoll ergänzen. Themen der psychischen Gesundheit sollen in der breiten Öffentlichkeit ihren Platz haben und selbstverständlicher werden.

Die „EX-IN Akademie“ möchte Angebote zur Stärkung der beruflichen Identität und zur Vertiefung spezieller Themen anbieten und richtet sich an Erfahrene, Genesungsbegleitende, Angehörige, Fachkräfte und Arbeitgeber.

Als Kooperationspartner der EX-IN Akademie, oder als Träger für EX-IN-Kurse, können Sie zertifizierte Kurse online und/oder bei Ihnen vor Ort anbieten.

Eine bundesweite Vernetzung von Genesungsbegleiter:innen, Trainer:innen und Dozent:innen ist geplant, so wie eine Schulung für Mitarbeitende.

Die EX-IN Akademie soll auch nach Projektende weitergehen.

Es gibt noch viel zu tun und wir haben noch einige Ideen, die umgesetzt werden sollen. Es wäre wirklich bitter, wenn es uns nicht gelänge unsere bisherige geleistete Arbeit weiterhin gut fortzusetzen.

Herzlichen Dank für Ihre, Eure Unterstützung.

Catharina Flader, Britta Schilhanek, Elias Nolde

Vorstand „EX-IN Deutschland e.V.“

GLS Gemeinschaftsbank eG - IBAN: DE32 4306 0967 1072 1522 03 - BIC: GENODEM1GLS