



# **Konzeptionelle Projektbeschreibung Recovery College Stuttgart**

(Kurzfassung)



## **Konzeptionelle Projektbeschreibung – Recovery College Stuttgart (Kurzfassung)**

In dieser Projektbeschreibung wollen wir darüber informieren was das Recovery College Stuttgart ist und welche Ziele wir verfolgen.

### **Woher kommt die Idee für ein Recovery College?**

Die Recovery-Idee ist von Psychiatrie-Erfahrenen in den 1990er Jahren in den USA entwickelt worden. Seit einigen Jahren hat sie auch in Deutschland als Recovery-Bewegung an Bedeutung gewonnen und inzwischen gibt es erste Recovery Colleges u.a. in Gütersloh, Bremen und Berlin.

Unser Ziel ist es, auch in Stuttgart ein Recovery College aufzubauen, zu gestalten und durchzuführen.

### **Was bedeutet Recovery? Was ist ein Recovery College?**

Der englische Begriff Recovery bedeutet Genesung oder Erholung. Bei Recovery geht es um die Entwicklung aus den Beschränkungen der Patientenrolle heraus hin zu einem selbstbestimmten, sinnerfüllten Leben innerhalb der Gesellschaft. Dies wird verstanden als ein individuell fortlaufender Prozess, der sich an Werten und Zielen orientiert, die für den einzelnen betroffenen Menschen wesentlich sind.

Bekannte Vertreter\*innen von Psychiatrie-Erfahrenen weisen nachdrücklich daraufhin, dass ein aktives, hoffnungsvolles und sinnerfülltes Leben auch mit Symptomen und Einschränkungen möglich ist (Deegan 1996 und Wilhelm Anthony 1993).

Ein Recovery College ist eine Bildungseinrichtung für Menschen mit und ohne eigene psychische Krisenerfahrung. Im Zentrum steht hierbei die Vermittlung von Erfahrungswissen durch krisenerprobte Menschen, um Interessierten und Betroffenen eine Lebensweise aufzuzeigen, die stärkend für ihre Psyche sein soll.

Das Recovery College ist ein offener Lernort und für alle Interessierten zugänglich.

### **Was sind die Ziele von Recovery Colleges?**

Wesentliches Ziel ist die Förderung der persönlichen Entwicklung durch erfahrbare Lern- und Lehrangebote sowie die emotionale Stützung durch Solidaritätserfahrungen. Schwerpunkte sind Salutogenese, Empowerment, Resilienzförderung und Gesundung sowie Bildung und Persönlichkeitsentwicklung.

Jenseits von Diagnosestellung und Behandlung bietet das Recovery College einen Erfahrungsraum für gemeinsames, selbstbestimmtes Lernen und Entwicklung.

### **Wen wollen wir erreichen?**

Das Recovery College will Menschen mit und ohne eigene psychische Krisenerfahrung erreichen. Dabei geht es um Menschen, die in ihrem Leben bereits psychische Krisen durchlebt haben (mit oder ohne professionelle Hilfe) und die das Interesse haben, an den Angeboten des Recovery College teilzunehmen oder auch selbst etwas beizutragen. Es ist

für alle Interessierte unterschiedlicher Altersgruppen und Bildungsstufen offen, die Interesse an Themen der seelischen Gesundheit haben.

### **Was ist ein Recovery College nicht? Wo grenzen wir uns ab?**

Es ist nicht der Anspruch eines Recovery Colleges, therapeutische Leistungen anzubieten, noch therapeutische Angebote zu ersetzen. Ein Recovery College soll das bestehende therapeutische Spektrum durch die Vermittlung von Erfahrungswissen ergänzen, wodurch eine Art therapeutische Wirkung zustande kommen kann.

### **Was sind unsere Themen?**

Alle Angebote bzw. Seminare orientieren sich an den Themen Recovery und Empowerment und sollen den Teilgebenden (alle tragen zum Gelingen bei) beim Umgang mit der psychischen Erkrankung und/oder auf dem persönlichen Lebensweg wirksam unterstützen. Das Besondere: Alle Kurse werden im Tandem moderiert und mindestens eine(r) der Kursleiter\*innen hat selbst seelische Krisen durchlebt.

Um den persönlichen Recovery-Prozess zu unterstützen, werden Kurse und Seminare unter anderem zu folgenden Themen angeboten:

- Entwicklung einer positiven Identität jenseits der psychischen Erkrankung
- Einordnung der persönlichen Erfahrung mit der psychischen Erkrankung
- Selbstmanagement der psychischen Erkrankung
- Entwicklung positiver sozialer Rollen

### **Wie organisieren wir uns?**

Der Arbeitskreis Recovery College Stuttgart wird von Mitgliedern der Initiative der Psychiatrieerfahrenen Stuttgart, der Offenen Herberge e.V., Mitarbeitenden der Evangelischen Gesellschaft e.V. und weiteren Interessierten gebildet. Die Träger, die sich im Recovery College Stuttgart zusammengefunden haben sind Mitglied im gemeindepsychiatrischen Verbund. Das Vorhaben wird von der Sozialplanung der Landeshauptstadt Stuttgart unterstützt und unter anderem auch über die Selbsthilfekontaktstelle Kiss Stuttgart beworben.

Unser Ziel ist es, für das Recovery College Stuttgart eine Heimat zu finden. Es soll ein zentraler Ort sein, der für alle an der Recovery-Idee Interessierten auch über das Seminarangebot hinaus gut zugänglich und erreichbar ist. Wir wollen dem Themenkomplex Recovery in Stuttgart ein Zuhause zu geben - einen Begegnungsort, um dort in vertraulicher und angenehmer Atmosphäre Wissen und Erfahrungen auszutauschen. Wir werden dort ansprechbar und erlebbar sein: darum planen wir neben Büroräumen zur Alltagsorganisation unter anderem auch ein Begegnungscafé mit Bibliothek einzurichten. Soweit sinnvoll und möglich, werden unsere Veranstaltungen ebenfalls in den Räumlichkeiten des Recovery College Stuttgart stattfinden. Wir wünschen und fördern darüber hinaus, dass Kurse und Seminare auch in der Natur und im öffentlichen Raum stattfinden.