

Einführung in die EX-IN Ausbildung

Erfahrungswissen in der psychiatrischen Arbeit

Chris Zeltner

Peer und Trainer Ex-In

3. September 2025

AGS, HSLU



Einführung in

Entstehung der EX-IN Ausbildung

- EX-IN wurde 2005–2007 im Rahmen des EU-Programms Leonardo da Vinci entwickelt
- Internationale Zusammenarbeit: Norwegen, Schweden, Schweiz
Niederlande, England, Slowenien & Deutschland
- Ziel: Nutzung von Erfahrungswissen in der psychiatrischen Versorgung

Seit 2010 Angebot in CH: (Erstmals als DAS an der Berner FH)

Aktuelle Anbieter:

Netzwerk Gesundheit Schweiz

Die Zertifizierung über Ex-In Deutschland wird derzeit diskutiert

Seit 2014 keine Zusammenarbeit mit Ex-In Schweiz (Dialog läuft)

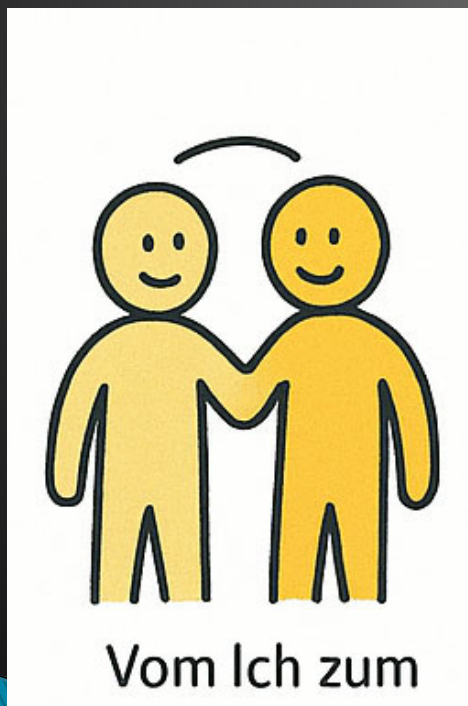
Ideologie von EX-IN

- Wertschätzung von Erfahrungswissen
- Gleichwertigkeit von Betroffenen, Angehörigen & Profis
- Förderung von Hoffnung, Autonomie & Genesung



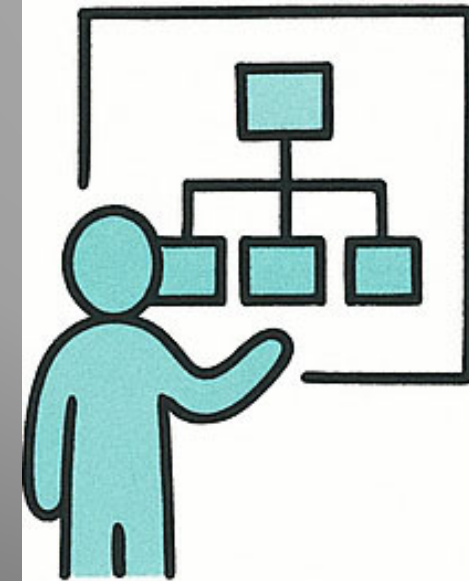
Didaktik – Vom Ich zum Wir–Wissen

- Ausgangspunkt: persönliche Erfahrung (Ich–Wissen)
- Reflektion & Austausch in der Gruppe
- Entwicklung von kollektivem Erfahrungswissen (Wir–Wissen)



Struktur der Weiterbildung

- 12 Module à 22 Stunden
- Praktika: 1x 40 Std., 1x 80–120 Std.
- Portfolio zur Reflexion
- Lerngruppentreffen zur Peer–Begleitung



Struktur der

Modul 1: Gesundheit & Wohlbefinden

- Gesundheit individuell verstehen & stärken
- Einfluss sozialer & gesellschaftlicher Faktoren

Die Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden wird aus einer positiven Perspektive betrachtet, die auf Resilienz und Ressourcenorientierung basiert

die EX-IN
Ausbildung



Gesundheit

Modul 2: Empowerment

- Macht & Ohnmacht in der Psychiatrie
- Selbstermächtigung & Entscheidungsfreiheit



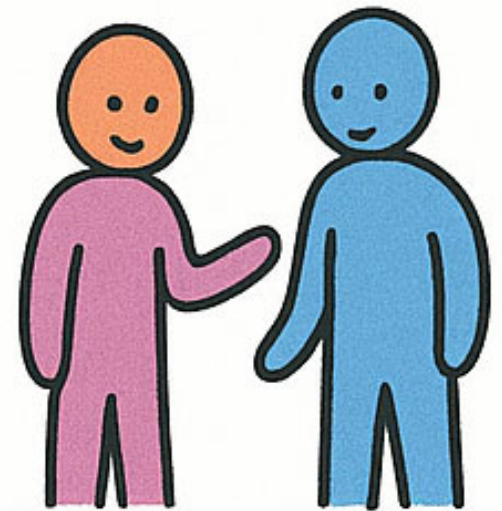
Die Stärkung der Selbstbestimmung und Eigenverantwortung von Menschen mit psychischen Erkrankungen (Erschütterungserfahrung) wird gefördert.

Modul 3: Erfahrung & Teilhabe

- Reflexion individueller & kollektiver Erfahrungen
- Handlungsspielräume erkennen & nutzen

Die Bedeutung der eigenen Erfahrungen und die Teilhabe in der Gesellschaft werden betont.

Wir-Wissen



Erfahrung

Modul 4: Trialog

- Austausch zwischen Betroffenen, Angehörigen & Profis
- Gleichberechtigte Kommunikation & Verständnis

Die Bedeutung der Zusammenarbeit zwischen Betroffenen, Fachkräften und Angehörigen wird hervorgehoben.

Weiterbildung



Trialog

Modul 5: Genesung / Recovery

- Recovery als individueller & sozialer Prozess
- Förderung von Hoffnung & Ressourcen

Der Prozess der Erholung und Genesung wird in den Mittelpunkt gestellt, wobei die persönliche Entwicklung und Lebensqualität im Vordergrund stehen

& Wohlbefinden



Genesung /
Recovery

Modul 6: Unabhängige Fürsprache

- Unterstützung bei Entscheidungen
- Rechte kennen, vertreten & kommunizieren

Betroffene lernen, sich für ihre Rechte und Bedürfnisse einzusetzen und andere zu unterstützen.



Modul 7: Selbsterforschung

- Bedeutung der Erfahrungen (Diagnose, Symptome, Behandlung)
- Erforschen & Verstehen eigener Erlebnisse

Die Reflexion der eigenen Erfahrungen und die persönliche Entwicklung werden gefördert.



Modul 8: Recoveryorientiertes Assessment

- Ganzheitliche Lebensplanung
- Methoden & Instrumente anwenden

Die umfassende Einschätzung der Bedürfnisse und Ressourcen der Betroffenen wird gelehrt.



Recovery-orientiertes

Modul 9: Beraten und Begleiten

- Nutzerorientierte Hilfen anbieten
- Kommunikation & Beziehungsarbeit

Die Fähigkeit, Betroffene in ihrem Genesungsprozess zu unterstützen und zu begleiten, wird geschult.



Beraten
und Begleiten

Modul 10: Krisenintervention

- Deeskalation & ressourcenorientiertes Handeln
- Eigene Grenzen erkennen

Die Unterstützung von Betroffenen in Krisensituationen wird vermittelt.



Krisen-
intervention

Modul 11: Lernen & Lehren

- Erfahrungswissen weitergeben
- Inhalte strukturiert und wirksam vermitteln

Die Vermittlung von Wissen und Fähigkeiten an andere Betroffene wird gefördert.



Lernen &
Lehren

Modul 12: Abschluss & Perspektiven

- Reflexion des eigenen Weges
- Berufliche Einsatzfelder & Netzwerke

Die Teilnehmer präsentieren ihre persönlichen Erfahrungen und Kompetenzen.



Zertifikatsanforderungen

- Teilnahme an allen Modulen
- Lerngruppentreffen (mind. 4)
- Portfolioarbeit
- Zwei Praktika: 40 Std. + 80–120 Std.

Abschluss & Ausblick

- Einsatz als Genesungsbegleiter*in, Dozent*in oder Peer–Berater*in
- Beitrag zu mehr Partizipation & weniger Stigmatisierung

Fragen & Kontakt

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Chris Zeltner

Forel Klinik, Ellikon

Altra TsoL, Schaffhausen

The Balance Luxury Rehab; Arud; IZ Aarau;
Recovery Colleges ZH, BE, SH

www.peersoendlich.ch

cz@peersoendlich.ch