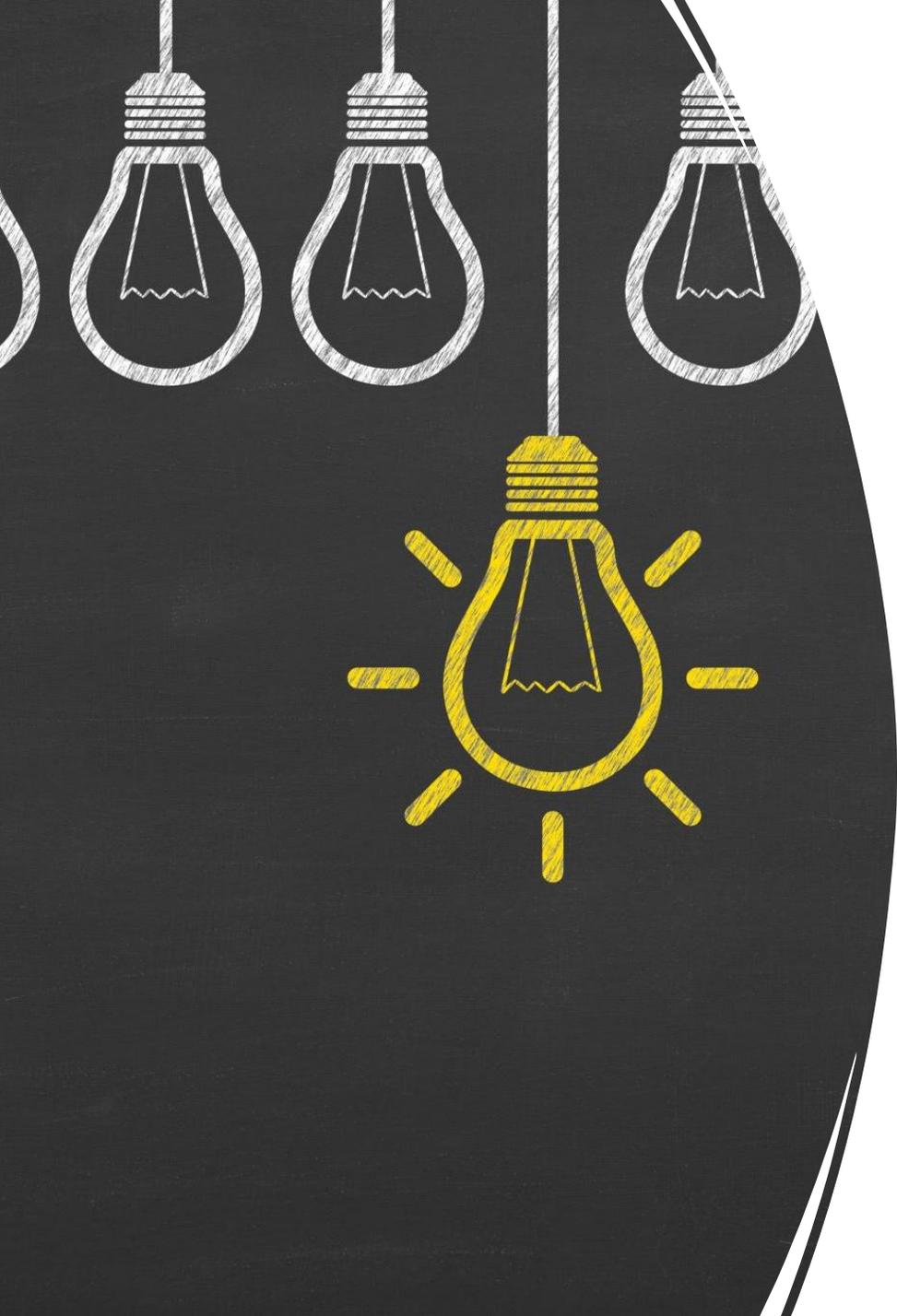


**Das Recovery College Gütersloh-OWL –
ein an selbstbestimmter Teilhabe
orientierter Ansatz und erste Erkenntnisse
zur Wirksamkeit**

Jared Oundo
DVfR-KONGRESS 2023
12-13 Sept. 2023
Berlin





Recovery
College. Ein
Modell für die
Zukunft?

Du möchtest.....

...erfahren wie seelische Gesundheit lernbar ist?

...Dich über Themen der seelischen Gesundheit in einem geschützten Rahmen austauschen?

...Deine psychische Gesundheitskompetenz erweitern?

Recovery College Gütersloh-OWL



Kompetenz • Selbstbestimmtheit • Zuversicht

[Kurse](#) ▾ [Über das College](#) ▾ [Medien](#) ▾ [Kontakt](#) [Beitragen/Spenden](#) [Weitere Infos](#) ▾

- Menschen genesen in der Gemeinschaft und nicht in Institutionen (Schulz et al., 2019)
- In erster Linie sind Recovery Colleges Räume, wo Lernen gefördert wird.
- Recovery Colleges bieten Menschen auf ihrem Genesungsweg eine Möglichkeit des Wandels. Es handelt sich um Bildungsinstitutionen, in denen Menschen sich sicher, willkommen und akzeptiert fühlen
- Erfahrungswissen als zentrale Dimension
- Recovery Colleges basieren auf den recovery-orientierten Elementen Hoffnung und Zuversicht, Kontrolle und Chancen.– CHIME Framework (Leamy et al., 2011)





Prinzipien

- Das Recovery College ist für alle zugänglich und ist für alle offen. Es ist ein Lernort für die gesamte Bevölkerung.
- Ko-produktion als Grundstein des Colleges
- So werden die einzelnen Kurse vorwiegend von zwei Personen durchgeführt, davon eine Person mit eigenen Krankheits- und Genesungserfahrungen und eine Person mit entsprechender Fachexpertise.

Medienberichte

Fitness für die Seele

Die Bürgerstiftung baut ihr Engagement im Bereich „psychische Erkrankungen“ aus.

■ **Güterstolz:** „Dabei muss Körper fit bleiben, treiben wir Sport und versuchen, uns auszuwaschen zu erziehen. Aber für unsere psychische Gesundheit, für unser persönliches Wachstum und Wohlbefinden tun wir presently nicht. Daran krankt unsere Gesellschaft. Deshalb haben wir das Recovery College Gütersloh (RCG) gegründet. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.“ Dabei berät Klaus Thomas Krennert, Ärztlicher Direktor des Gütersloher LWL-Klinikums, sein Ziel und Zweck dieses nach eigenen Angaben „innovativen“ in Deutschland wegweisenden und in dieser Kombination einzigartigsten auch einseitigen Bildung- und Erklärungsprogramms für „jeden und auf den Punkt.“

Mit Unterstützung der Bürgerstiftung, die das Projekt, speziell den Ausbau zum Recovery College bis 2023, mit 150.000 Euro unterstützt, konnte das Recovery College auch während der Coronazeit seinen Angeboten durchführen. Die Kurse finden alle zwei oder drei statt – und zeigen sogar Teilnehmern aus Österreich und Kanada an. „Das Drehbuch für unsere Digitalisierung habe mich nicht besser schreiben lassen“, sagt sich Pflegepsychologin Michaela Löhrer darüber. Mit der Förderung hat die Bürgerstiftung ihr umfangreiches Engagement im Bereich „Psychische Erkrankungen“ weiter aus. „Dabei angesichts oft langer Wartelisten auf einen Psychotherapieplatz kann man so vielen Menschen niedrigschwellig Zugang zur Hilfe verschaffen“, sagt Vorsitzende Katrin Meyer.

Auch wenn man Präsenzveranstaltungen wieder auslösen will, soll die digitale Plattform parallel weiterhin genutzt werden. Denn viele Teilnehmer bevorzugen es, den Angeboten von Zuhause aus,



Andrea Zingales gehört zum Dozententeam, das mit seinen Kursen und Seminaren niedrigschwellige Hilfestellungen für alle hat, die etwas für die psychische Wohlbefinden tun möchten.

im vertrauten Rahmen, zu folgen. Das besonders am Recovery College sei, dass alle Kurse im Tandem unterrichtet werden, von Menschen mit persönlicher Krise- und Genesungserfahrungen in Kooperation mit Fachkräften aus Psychiatrie und Gesundheitswesen. „Hier wird niemand stigmatisiert. Wir begreifen uns alle auf Augenhöhe. Jeder bringt aus seinem Wissen und seinen Erfahrungen etwas mit. Das garantiert ein lebensnahes und auch gemeinsames Lernen“, sagt Timo Bender vom Dozententeam. Er hat die Coronazeit genutzt und mit den Teilnehmern seines Dozententeams das Stück „Mein Kopf, Mein Hand“ zum Skript entwickelt. Premiere hatte es jetzt im Rahmen der 1. Gütersloher Woche der psychischen Gesundheit.

Die Angebotspalette des Recovery College wird von Andrea Zingales, Vorsitzende des Fördervereins (RCG), und Michaela Schulte geleitet. „Sie ist groß und bietet gut gebildet für jeden in-

ter“, so Sprecherin Sarah Kiese. Das aktuelle Semester sei gerade gestartet und habe Themen wie „Alter werden – eine spannende Reise“, „An lebendigen Gefühlen wachsen“, „Focusing als Körperorientierte Selbsthilfe“, „Vom Umgang mit Trauer“ oder „Sich selbst führen anstatt Identifizieren zu sein“ im Programm. Es gehe zudem um Identität und Selbstempfinden, um den Erwerb sozialer Kompetenzen, Stressbewältigung, oder um Kreativität beim Fotografieren, mit Musik und in einer Schreibwerkstatt.

Die Teilhabenorientierung begrenzt. Eine Stützstelle Anmeldeung per Mail (anmeldung@recovery-college-guetersloh.de) oder unter Tel. (051 51) 18721712 sei zu empfehlen. Die Kursgebühr beträgt fünf Euro. Wer einen ersten Einblick erhalten möchte, der kann am Sonntag, 3. Oktober, von 12 bis 18 Uhr bei einem „Tag der offenen Tür“ mit einigen Dozenten ins Gespräch kommen.

Fitnessstudio für die Seele

Im Gütersloher hat sich eine Bildungsrichtung etabliert, die sich Recovery College nennt. Sie gibt Kurse und gibt Menschen, psychisch gesund zu bleiben.



Die Zahl der Bewerber ist inzwischen auf 20 gestiegen.

Die Gütersloher hat sich eine Bildungsrichtung etabliert, die sich Recovery College nennt. Sie gibt Kurse und gibt Menschen, psychisch gesund zu bleiben.

Alle die Bürgerstiftung hat

Die Gütersloher hat sich eine Bildungsrichtung etabliert, die sich Recovery College nennt. Sie gibt Kurse und gibt Menschen, psychisch gesund zu bleiben.

Krennert hat sich eine Bildungsrichtung etabliert, die sich Recovery College nennt. Sie gibt Kurse und gibt Menschen, psychisch gesund zu bleiben.

Krennert hat sich eine Bildungsrichtung etabliert, die sich Recovery College nennt. Sie gibt Kurse und gibt Menschen, psychisch gesund zu bleiben.

Schule für ein besseres Leben

Das Gütersloher „Recovery College“ gehört zu den Pionieren in Deutschland. An dieser „Akademie für Gesundheit und Wohlbefinden“ kann jeder lernen, zufriedener und selbstbestimmter zu werden.



Wiederholungs-Kurse

■ **Erkrankt:** Es soll ein Lern- und ein großer Schritt sein, sich durch die Krankheit zu erholen. Aber für unsere psychische Gesundheit, für unser persönliches Wachstum und Wohlbefinden tun wir presently nicht. Daran krankt unsere Gesellschaft. Deshalb haben wir das Recovery College Gütersloh (RCG) gegründet. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.“ Dabei berät Klaus Thomas Krennert, Ärztlicher Direktor des Gütersloher LWL-Klinikums, sein Ziel und Zweck dieses nach eigenen Angaben „innovativen“ in Deutschland wegweisenden und in dieser Kombination einzigartigsten auch einseitigen Bildung- und Erklärungsprogramms für „jeden und auf den Punkt.“

In Deutschland noch ganz am Anfang

Die Gütersloher hat sich eine Bildungsrichtung etabliert, die sich Recovery College nennt. Sie gibt Kurse und gibt Menschen, psychisch gesund zu bleiben.

Die Gütersloher hat sich eine Bildungsrichtung etabliert, die sich Recovery College nennt. Sie gibt Kurse und gibt Menschen, psychisch gesund zu bleiben.

Die Gütersloher hat sich eine Bildungsrichtung etabliert, die sich Recovery College nennt. Sie gibt Kurse und gibt Menschen, psychisch gesund zu bleiben.

Die Gütersloher hat sich eine Bildungsrichtung etabliert, die sich Recovery College nennt. Sie gibt Kurse und gibt Menschen, psychisch gesund zu bleiben.

Die Gütersloher hat sich eine Bildungsrichtung etabliert, die sich Recovery College nennt. Sie gibt Kurse und gibt Menschen, psychisch gesund zu bleiben.

Die Gütersloher hat sich eine Bildungsrichtung etabliert, die sich Recovery College nennt. Sie gibt Kurse und gibt Menschen, psychisch gesund zu bleiben.

Die Gütersloher hat sich eine Bildungsrichtung etabliert, die sich Recovery College nennt. Sie gibt Kurse und gibt Menschen, psychisch gesund zu bleiben.

Die Gütersloher hat sich eine Bildungsrichtung etabliert, die sich Recovery College nennt. Sie gibt Kurse und gibt Menschen, psychisch gesund zu bleiben.

Die Gütersloher hat sich eine Bildungsrichtung etabliert, die sich Recovery College nennt. Sie gibt Kurse und gibt Menschen, psychisch gesund zu bleiben.

Die Gütersloher hat sich eine Bildungsrichtung etabliert, die sich Recovery College nennt. Sie gibt Kurse und gibt Menschen, psychisch gesund zu bleiben.

Die Gütersloher hat sich eine Bildungsrichtung etabliert, die sich Recovery College nennt. Sie gibt Kurse und gibt Menschen, psychisch gesund zu bleiben.

Anknüpfungspunkte des RC



Wirkungen von Angeboten des Recovery Colleges



positiven Einfluss auf den Genesungsweg

→ im Idealfall zu einem erhöhten Selbstvertrauen

→ einem hoffnungsvolleren Blick in die eigene Zukunft

→ verbesserte soziale Netzwerke und die Gelegenheit

→ und Möglichkeiten des persönlichen Wachstums zu entdecken

Recovery College OWL-Gütersloh bis heute...

Eröffnung Herbst 2019

**40 verschiedene Kurse
werden angeboten. Es
gibt zwei Semester im
Jahr**

**über 500 Studierende
wurden bisher erreicht**

**Co-Team
3 Teilzeitbeschäftigte
Mitarbeitende,
Dozent:innen,
Ehrenamtliche**

**Hauptstandort
Gütersloh mit
Kursräumen,
Computern und
Bibliothek**

**Kurse werden sowohl
in Präsenz als auch
Online angeboten.**

Danke
für Ihre Aufmerksamkeit!



Bild: E. Sallermann



Der Film über das RC Gütersloh

https://www.youtube.com/watch?v=m04FEVK-SGU&ab_channel=RecoveryCollegeG%C3%BCtersloh-OWL

Kontakt:

info@rcgt-owl.de

Folgen Sie uns auf Instagram

Autor:innen

Jared Omundo

Andrea Zingsheim

Susanne Schmedthenke

Michael Schulz