

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

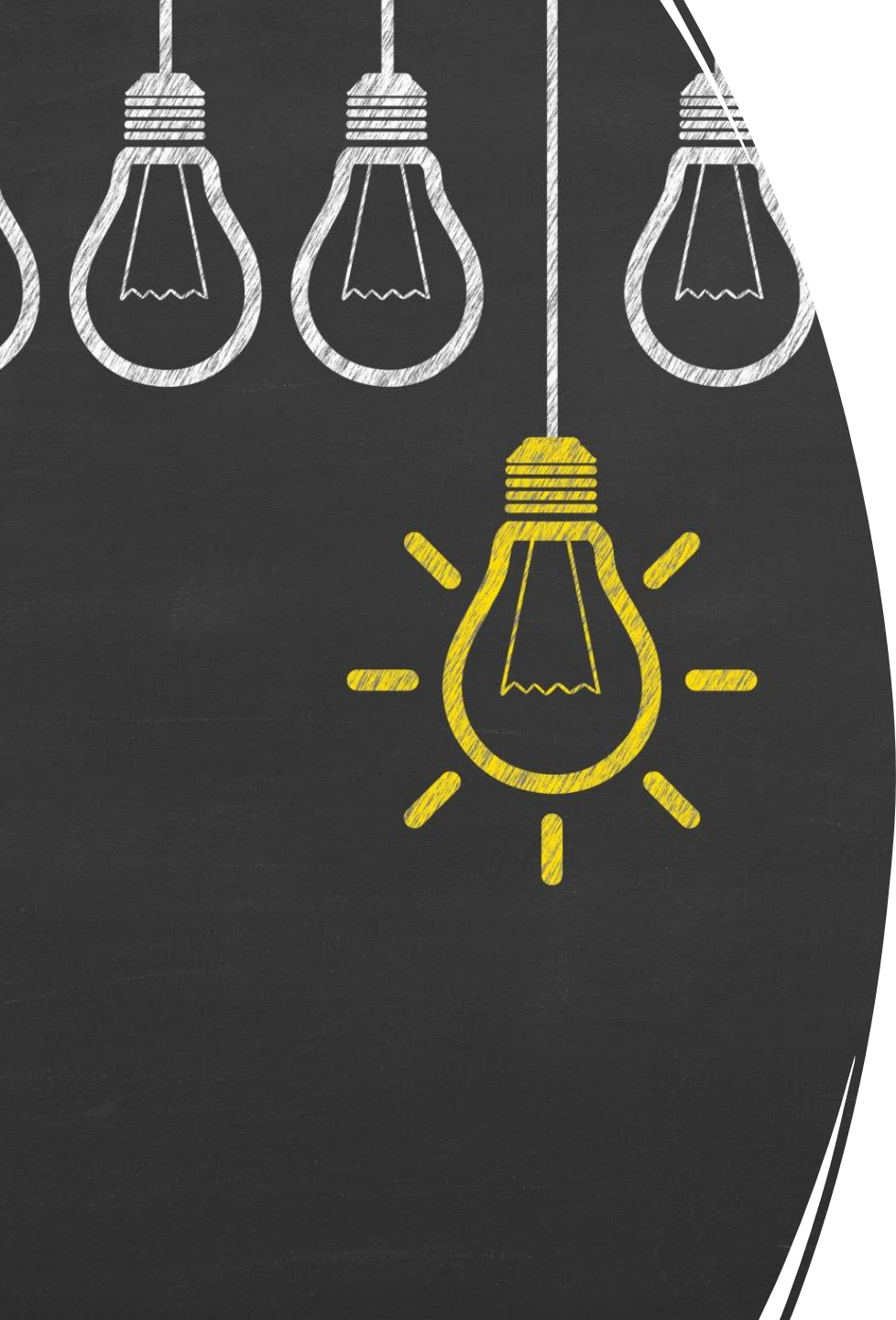
Jared Omundo

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.

Fitness für die Seele

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

Fitnessstudio für die Seele

Im Gütersloher ist sich eine Bildungsvereinbarung einig, die sich Recovery College nennt. Sie gilt. Kurse und viele Menschen, psychisch gesund in Aktion.

RECOVERY COLLEGE
GÜTERSLOH-OWL

KRISE



Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Arbeitskräfte für sich über die Zusammenarbeit mit der Stadt und dem Kreis.

Die Bürgerstiftung Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

■ Gütersloh. „Dabei muss Kräfte zu bleiben, treffen wir Sport und versuchen, uns auszuwaschen zu erholen. Aber für unsere psychische Gesundheit, für unser persönliches Wachstum und Wohlbefinden tun wir präventiv nicht. Dabei braucht 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.“ Damit bringt Klaus Thomas Krenn, Leiter, Ärztlicher Direktor des Gütersloher LWL-Klinikums, Sinn und Zweck dieses nach eigenen Angaben „innovativen, in Deutschland wegweisenden und in dieser Kombination und Kombination auch einzigartigen Bildungs- und Erfahrungsumfelds für Inhabern“ auf den Punkt.

Mit Unterstützung der Bürgerstiftung, die das Projekt, speziell den Ausbau zum E-Campus bis 2023, mit 130.000 Euro unterstützt, konnte das Recovery College auch während der Coronakrise seinen Angebot durchhalten. Die Kurse fanden allesamt online statt – und sogar sogar Teilnehmern aus Düsseldorf und Karlsruhe an. „Das Erlebnis der unsere Digitalisierung hat man nicht besser schreiben können“, sagt sich Pflegedirektorin Michael Lohr darüber. Mit der Förderung hat die Bürgerstiftung ihr umfangreiches Engagement im Bereich „Psychische Erkrankungen“ weiter aus. „Dabei ausgerichtet auf langer Wartezeiten auf einen Psychotherapieplatz kann man so vielen Menschen niedrigschwellig Zugang zur Hilfe verschaffen“, sagt Vorstandsvorsitzende Katrin Meyer.

Auch wenn man Präsenzveranstaltungen wieder möglich sind, 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 Bildungsoptionen für alle hat, die etwas für die psychische Wohlbefinden tun möchten.

im vertrauten Rahmen, zu folgen. Das Besondere am Recovery College ist, dass alle Kurse im Tandem unterrichtet werden, von Menschen mit persönlichen Krisen- und Genesungserfahrungen in Kooperation mit Fachkräften aus Psychiatrie und Gesundheitswesen. „Hier wird niemand stigmatisiert. Wir begegnen uns alle auf Augenhöhe. Jeder bringt aus seinem Wissen und seinen Erfahrungen etwas mit. Das garantiert ein lebensnahes und auch gemeinsames Lernen“, sagt Timo Benders vom Dozententeam. Er hat die Coronakrise genutzt und mit den Teilnehmern seinen Themenkomplex des Stück „Hör, Kopf, Hand“ zum Beispiel angebahnt. Premiere hatte es jetzt im Rahmen der 7. Gütersloher Woche der sozialen Gesundheit.

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

ter“, so Sprecherin Sarah Kluge. Das aktuelle Semester sei gerade gestartet und habe Themen wie „Alter werden – ein spannende Reise“, „An unheimlichen Gefühlen wachsen“, „Focusing als lösungsorientierte Selbsthilfe“, „Vom Umgang mit Trauer“ oder „Sich selbst führen: ein Schritt zum Selbstbestimmt Leben“ im Programm. Es gebe zudem viel Wissen und Selbstempowerment, von dem Erwachsene profitieren, bis hin zu den sozialen Kompetenzen, Stressbewältigung, oder um Kreativität beim Fotografieren, mit Musik und in einer Schreibwerkstatt.

Die Teilnehmerzahlen sind begrenzt. Eine frühzeitige Anmeldung per Mail (kontakt@recovery-college-guetsloh.de) oder unter Tel. (051 31) 187371712 ist zu empfehlen. Die Kursgebühr beträgt fünf Euro. Wer einen ersten Einblick erhalten möchte, der kann am Sonntag, 3. Oktober, von 10 bis 18 Uhr bei einem „Tag der offenen Tür“ mit eigenem Dozent*innen im Gespräch kommen.

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, zuzuhören und selbstbestimmter zu werden.

Wiederholungsfragen

■ Gütersloh. In der ersten Lernphase wird die gesamte Gesundheit und eine psychische Wohlbefinden. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.



Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

„Dabei muss Kräfte zu bleiben, treffen wir Sport und versuchen, uns auszuwaschen zu erholen. Aber für unsere psychische Gesundheit, für unser persönliches Wachstum und Wohlbefinden tun wir präventiv nicht.“

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

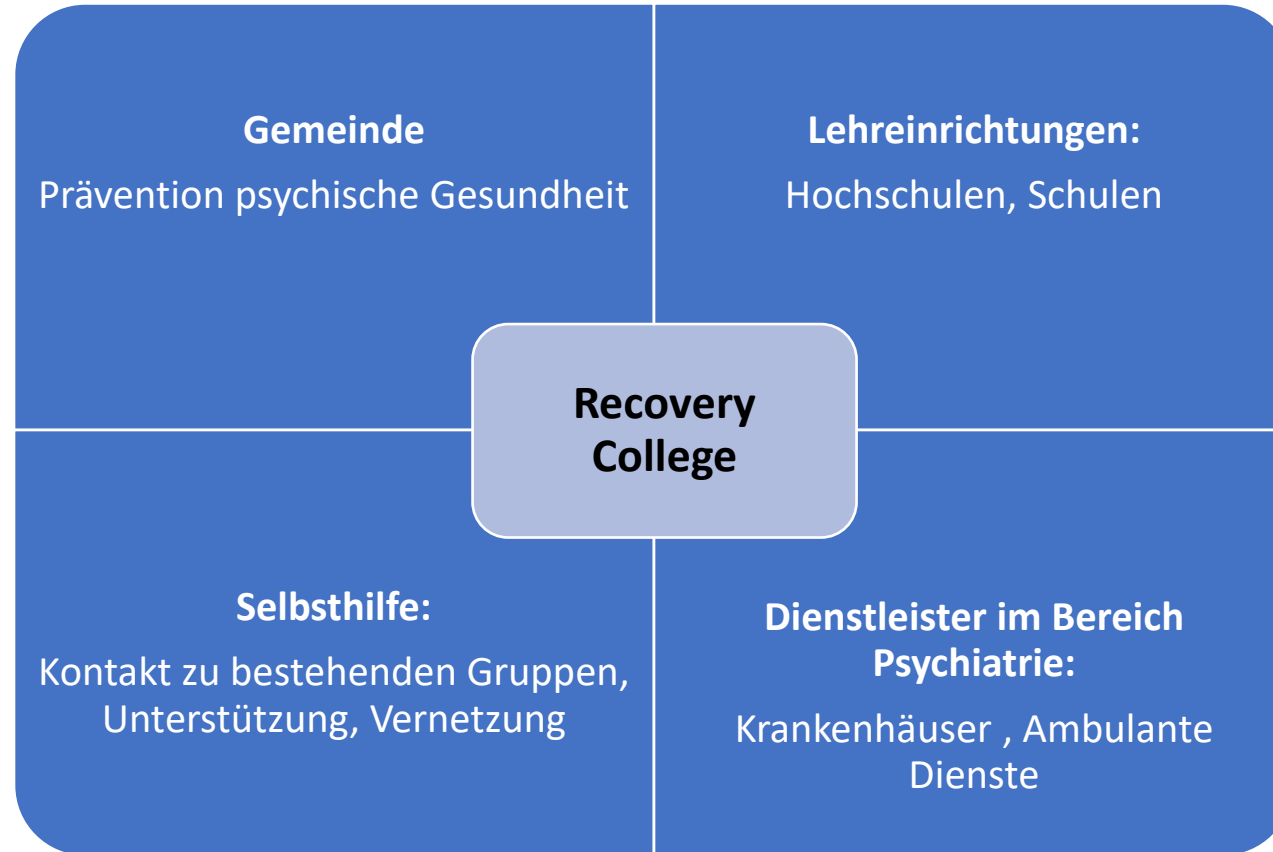
Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

Das Recovery College Gütersloh ist ein Modell für die Zusammenarbeit von Gesundheits- und Sozialdiensten. Es ist ein Fitnessstudio für die Seele, in dem man nicht nur einmal pro Woche etwas für sich tun kann, sondern immer wieder.

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 uns auf Instagram

Autor:innen
Jared Omundo
Andrea Zingsheim
Susanne Schmedthenke
Michael Schulz