

Informationsveranstaltung

Die LVR-Klinik Mönchengladbach bietet jeden ersten Dienstag im Monat eine Informationsveranstaltung zum Programm „In Würde zu sich stehen“ an.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Die Referenten klären vor Ort zu den Teilnahmebedingungen auf. Nach der Informationsveranstaltung besteht die Gelegenheit, sich verbindlich zur Teilnahme am Programm anzumelden.

Termine und weitere Informationen finden sie auf unserer Website unter:

www.klinik-moenchengladbach.lvr.de

oder direkt unter nachfolgendem QR-Code:



Anfahrt und Kontakt

LVR-Klinik Mönchengladbach

Heinrich-Pesch-Straße 39-41

41239 Mönchengladbach

Kontakt

IWS-MG@lvr.de

Anfahrt



In Würde zu sich stehen

Programm zur Klärung des Umgangs mit der Offenlegung der eigenen psychiatrischen Erkrankung



LVR-Klinik Mönchengladbach

Heinrich-Pesch-Straße 39-41, 41239 Mönchengladbach

Tel 02166 618-0, Fax 02166 618-1199

www.klinik-moenchengladbach.lvr.de

Fotos: AdobeStock/Andrea Danti, Photocreo Bednarek, gerasimov174

LVR-Klinikverbund



In Würde zu sich stehen

Sie würden Anderen gerne erzählen, wie es um Ihre psychische Gesundheit steht und wissen nicht, ob, wie und in welchem Umfang? Das Programm „In Würde zu sich stehen“ (IWS) bietet Ihnen die Möglichkeit, diese Fragen für sich zu klären und eine Offenlegung Ihrer eigenen psychiatrischen Erkrankung aktiv zu gestalten.

Das Programm

IWS ist ein Konzept aus dem amerikanischen Raum (im Original: Coming out proud), welches Betroffene dabei unterstützt, differenziert die Offenlegung der eigenen Erkrankung abzuwägen. Innerhalb des Programms erarbeiten die Teilnehmer hierzu eine Haltung sowie konkrete Vorgehensweisen. Gewissermaßen „nebenbei“ lernen sie, die eigene Geschichte in Worte zu fassen.

Die Offenlegung oder Auseinandersetzung mit der eigenen Erkrankung könnte hierbei z.B. in Richtung Familie, Freund*innen oder des Arbeitsumfelds angedacht sein. Dabei ist immer offen, ob die Betroffenen am Ende ein sogenanntes „Coming out“



wagen.

Nach den bisher vorliegenden Studiendaten liegt mit IWS ein kompaktes, wirksames und kosteneffizientes peer-geleitetes Gruppenprogramm vor. Durch Stigma ausgelöster Stress kann durch die Teilnahme reduziert werden. Teilnehmer können durch IWS lernen, strategisch mit Offenlegungsentscheidungen und Stigma umzugehen.

Die Module

Insgesamt besteht das Programm aus vier Modulen à 1-1,5 h und findet im Gruppensetting von 4-8 Personen statt. Moderiert wird die Durchführung von unseren Genesungsbegleitenden und anderen Mitarbeitenden der Klinik. Eine Terminierung der Modulreihe findet statt, wenn genügend Gruppenteilnehmer angemeldet sind. Die Module haben folgende Inhalte:

Modul 1

- Beschäftigung mit dem Verhältnis zur eigenen Erkrankung
- Reflektion der Selbststigmatisierung
- Sondieren von Vor- und Nachteilen bei Offenlegung der eigenen Erkrankung
- Teilnehmer denken über Ziele und Erwartungen für Coming-Out nach
- Überlegung in welchem Rahmen Coming-Out sein sollte (Familie, Arbeit, Verein...)

Modul 2

- Überlegungen zu Möglichkeiten, Strategien und Auswirkungen von Offenlegung
- Darstellung von 5 Stufen der Offenlegung, von absoluter Geheimhaltung bis hin zur aktiven Verbreitung
- Erlernen von Strategien, die helfen, Personen



und deren Reaktionen einschätzen zu können

Modul 3

- Konkretisierung der Offenlegung
- Entwicklung von Strategien zur Offenlegung (vor allem Aufbau und Erzählung der eigenen Geschichte)
- Klärung der grundsätzlichen Frage nach Offenlegung, ggf. Neubewertung der Situation
- Gemeinsame Reflexion des Programmes

Modul 4

- Ca. 1 Monat später
- Erfahrungen mit Programm werden reflektiert
- Haben sich Ziele, Erwartungen, Vor- und Nachteile bewahrheitet?
- Gibt es eine veränderte Einschätzung der Lebenssituation?