

Anregungen zur Durchführung eines kleinen Projektes im 2. Praktikum (Aufbaumodule)

Als freie Vorstellung und Austausch, ggf. im Tandem

- Selbsthilfeangebote vor Ort geben, z.B. Netzwerk Selbsthilfe, Gesundheitsamt
- Freizeit-Organisationen (z.B. Kulturtreffs, Stadtteilbibliotheken, Freizeitheime, Sozialkaufhäuser), Teilhabe planen
- Teilhabe-Leistungen wie das Persönliche Budget, Patientenrechte
- Trialog-Prinzip und –Möglichkeiten, an einem Trialog teilnehmen
- EX-IN, Recovery- oder Empowermentkonzept
- Inklusionsprojekte

Als Gruppenangebot / Für Einzelkontakte

- Eine Tätigkeit gemeinsam mit dem/r Klient*in machen, so dass er/sie alleine weiter machen kann (Hemmschwelle abbauen, bspw. Schwimmbad oder anderen Ort besuchen, Gericht kochen, zu einer Freizeit-Gruppe begleiten)
- Aktivitäten erarbeiten, die zur Selbstfürsorge und Psychohygiene dienen
Was tut mir gut? Wie kann ich gut für mich sorgen?
- Gemeinsam erarbeiten: Wie hat sich Ihre Position in der Auseinandersetzung mit Ihrer Krankheit / Krise und den Hilfestrukturen entwickelt? Was sind Ihre Ressourcen/Kompetenzen/ Strategien, um im Hilfesystem selbstbestimmt zu handeln? (z.B. Austausch mit anderen Betroffenen, Selbsthilfeangebote nutzen)
- Instrumente zur Selbstbestimmung gemeinsam mit dem/r Klient*in erarbeiten oder informieren: Krisenplan, Krisenpass, Behandlungsvereinbarung, WRAP, Recovery-Aktivitäten-Plan, ...
- Recovery-Werkzeugkoffer: Recovery-Aktivitäten-Fragebogen, Time Line, Recovery Plan, Auswertungsbogen, ECO-Map (Ressourcen-Landkarte), Entwicklungstagebuch
- Recovery-Gruppe anbieten (als geschlossene, zeitlich begrenzte Gruppe)
- Erstgespräch führen
- Gespräche anbieten, Spaziergang machen, bei Besorgungen/Ausflügen/Ämter-/Arztterminen begleiten, gemeinsam kochen, (Brett-)Spiele, zusammen schwimmen gehen, usw.
- Unterstützung und Begleitung vor Visiten oder anderen schwierigen Terminen

Generell ausprobieren

- Brücken bauen, Sicht und Not des/r Klient*in den Profis vermitteln
- Vermitteln im Konflikt zwischen Profi und Klient*in
- Fürsprache für Klient*in