

Grenzenlos

Borderline erkennen, behandeln, überwinden

Tagung der Eckhard Busch Stiftung

Am 25. März 2017 in Köln

Vortrag: Expedition Arbeit

Ulrike Siepelmeyer – Müller

Friederike Steier-Mecklenburg

Handout:
Expedition Arbeit - Wege in
Beschäftigung für Menschen mit
Borderline

© Christiane Tilly / Ulrike Siepelmeyer-Müller



- d.i. laut Duden „ein natürlich vorhandener Bestand von etwas, der für einen bestimmten Zweck benötigt wird“ - Vorrat
- franz.: sich erheben - erholen –
lat. wiedererstehen

Ausbildung und Beschäftigung:

Studie ZI-Mannheim

500 BPD-Patientinnen,

Vergleichsdaten statistisches Landesamt

– Ergebnis:

- Schulabschluss – kein Unterschied
- abgeschlossene Berufsausbildung –
Unterschiede nicht sehr deutlich
- **Beschäftigungsstatus – erhebliche
Unterschiede**

Häufige Fragestellungen von Borderline-PatientInnen im Bezug auf das Thema Arbeit:

- Berufliche Orientierung/
Berufliche Neuorientierung
- Sozialrechtliche Fragen
- Durchhalten im Job =
Arbeitsstörungen bewältigen

Hilfreiche Expeditionsbegleiter...

...erkennen Ihre Talente, Fähigkeiten und Ressourcen und unterstützen Sie dabei diese selbst zu sehen und fühlen zu lernen.

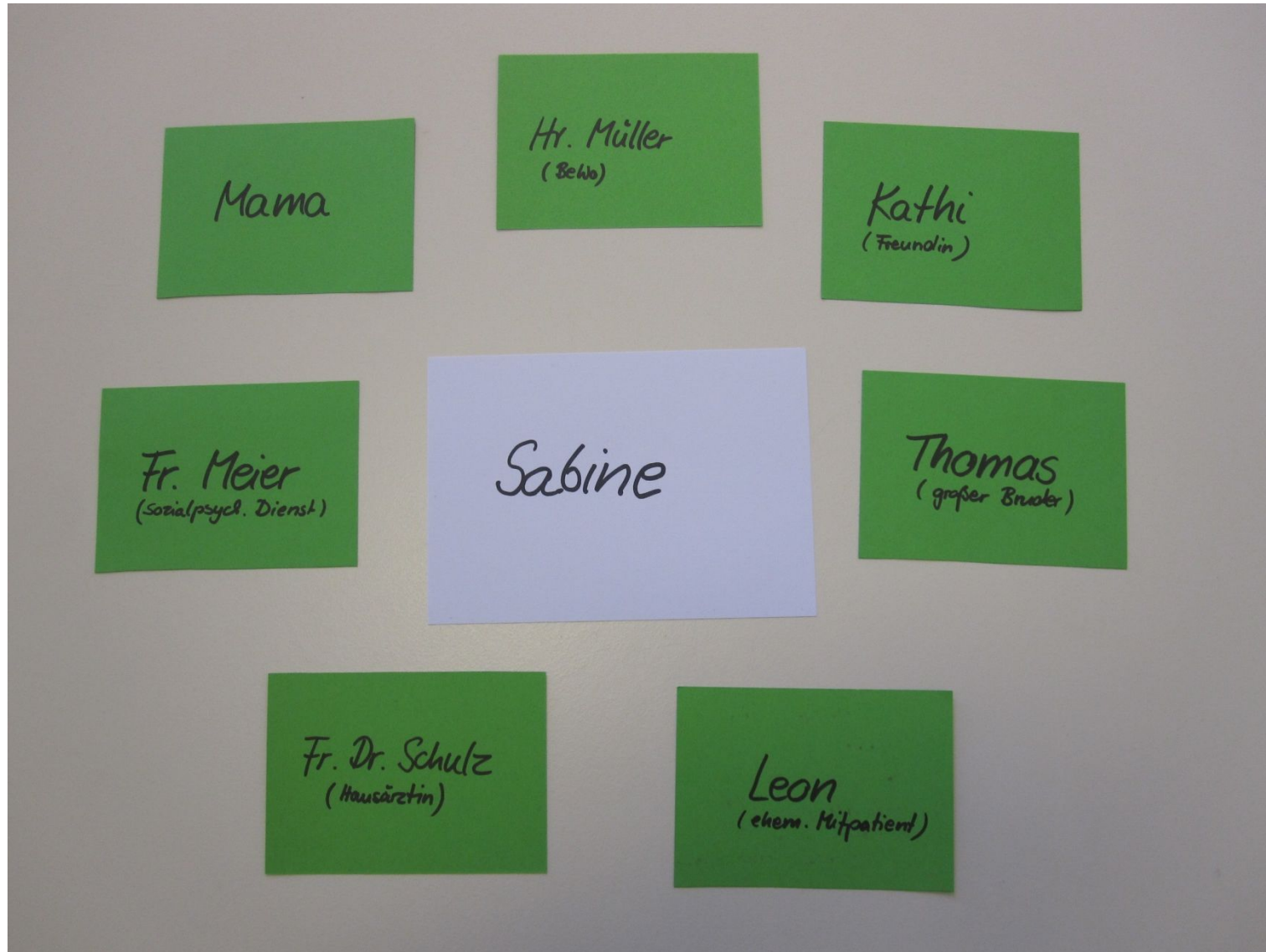
... haben den Wunsch Ihnen zu helfen Ihre persönlichen Ziele zu erreichen und geben Ihnen keine Ziele vor.

... bestärken Sie, Ihre individuellen Beschäftigungsperspektiven zu entwickeln und erarbeiten mit Ihnen Fertigkeiten, die sie dafür benötigen.

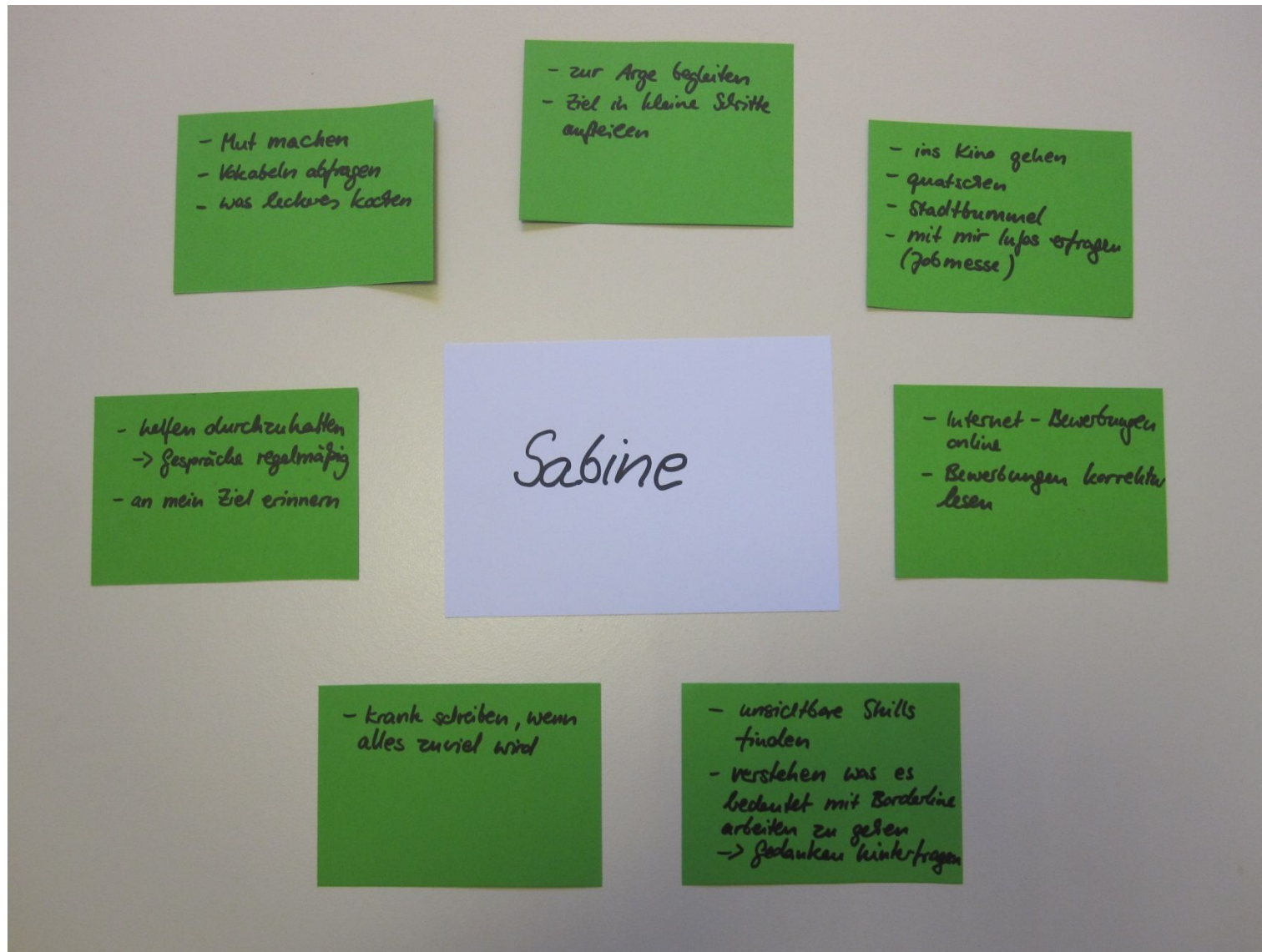
... coachen Sie dabei, Lösungen zu finden und begleiten Sie als „Experte in eigener Sache“.

... haben Humor und machen Mut.

Expeditionsteam zusammenstellen



Expeditionsteam zusammenstellen



Der innere Schweinehund...

- ... frisst gute Absichten,
- ... bewacht unsere „Komfortzone“,
- ... sagt immer „Nein“,
- ... ist über Jahre groß geworden und
- ... äußert Dinge, die Sie sich vielleicht gar nicht selbst ausgedacht haben, sondern von anderen übernommen haben.
- ... kann auf Diät gesetzt werden.

Diätplan für den inneren Schweinehund

ARBEITSBLATT 4 Diätplan für den »inneren Schweinehund«

Datum heute: 5. Mai

Gute Absicht / Ziel	Etappe / Unterziele	bis wann / Datum	Unterstützer aus dem Expeditionsteam	Anerkennung / Belohnung
<i>3 × pro Woche 10 Minuten spazieren gehen</i>	<i>Woche 1: 1 × 10 Minuten Woche 2: 2 × 10 Minuten</i>	<i>26. Mai</i>	<i>meine Freundin von gegenüber</i>	<i>einen heißen Tee trinken, wenn ich wieder zu Hause bin</i>
	<i>ab Woche 3: 3 × 10 Minuten spazieren gehen</i>			

Zielfindung und Routenplanung

- Klärung eines Ziels mit Hilfe:
 - der Notizen über den „Traumjob“
 - dem persönlichen „Stärkensatz“
 - der „Zeitreise in die Zukunft“: meine Tätigkeit in 10 Jahren
- Ein realistisches Ziel erkennt man daran, dass es
 - konkret,
 - präzise,
 - verhaltensnah,
 - und gefühlsmäßig positiv besetzt ist.
- Wenn Zielfindung schwierig → Ziel noch zu groß oder zu weit entfernt → Teilziel herausfinden.

ABBILDUNG 11 **Routenplanung**

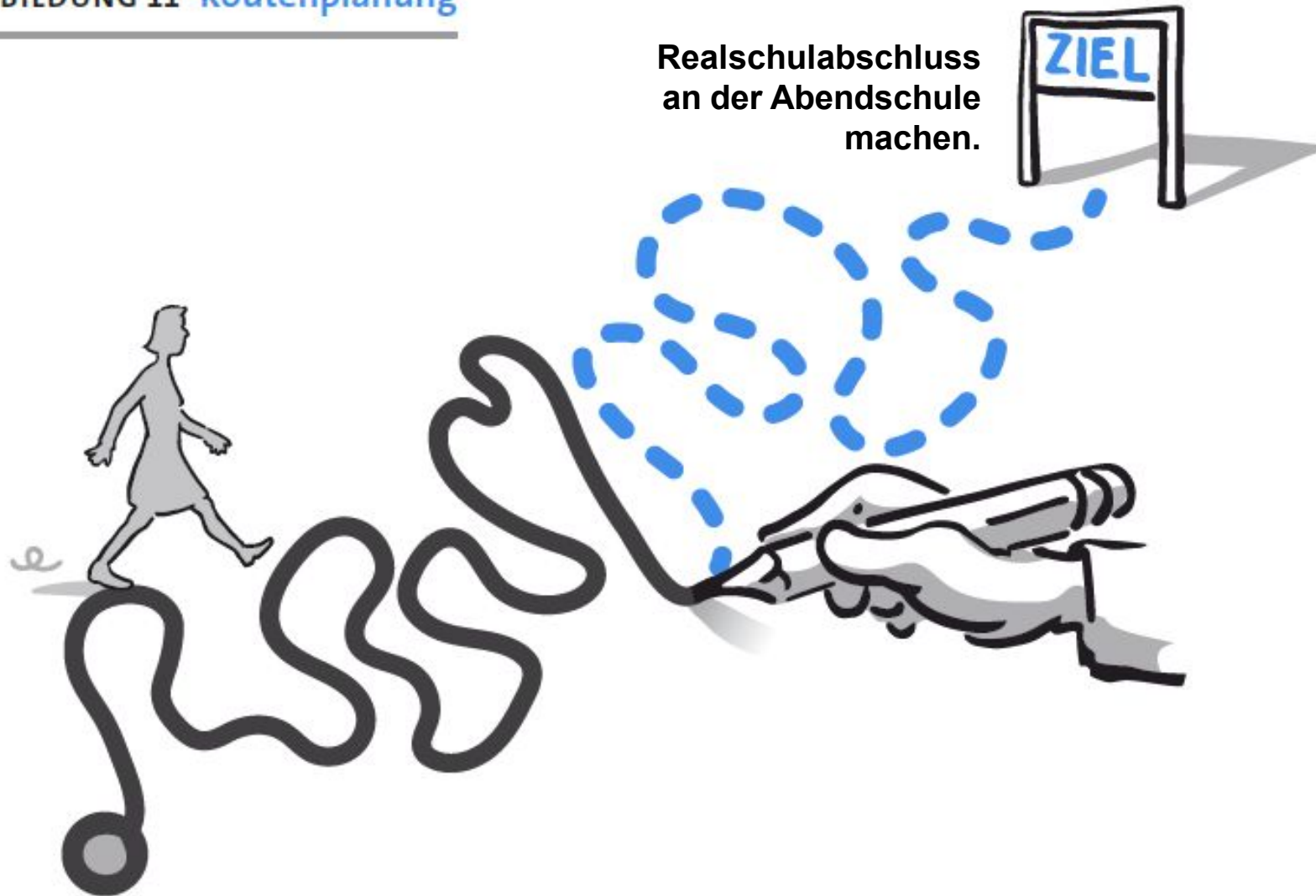
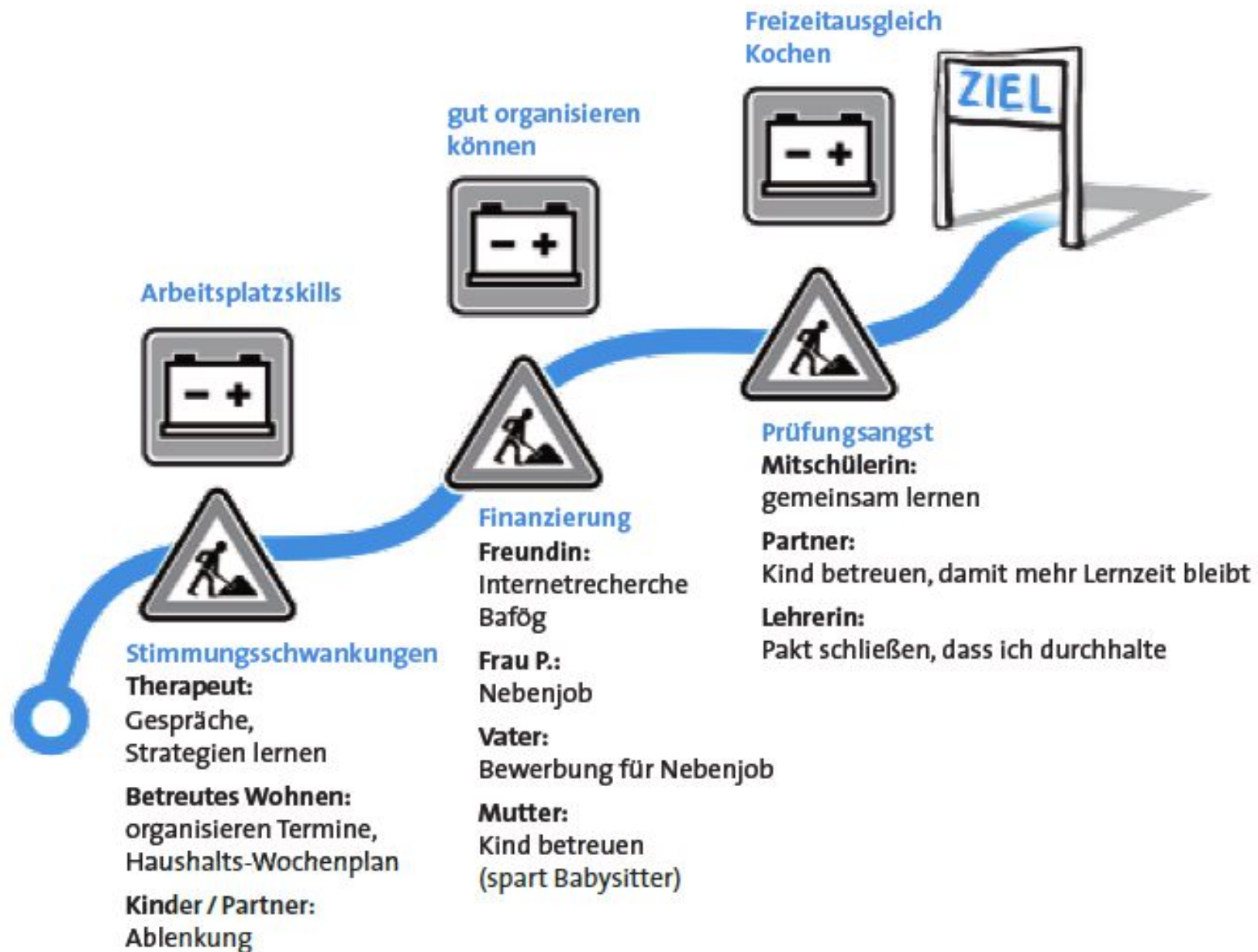


ABBILDUNG 12 Herausforderungen auf dem Weg



Baustellenbesichtigung

- Mit dem Expeditionsteam gemeinsam schauen, wer wie helfen kann und darf.
- Weitere Ideen sammeln, Rangliste erstellen, ausprobieren.



Ergotherapie

Ehrenamt

Zuverdienst

Und sonst?

Ex-IN

Allgemeiner Arbeitsmarkt
und
Integrationsfirmen

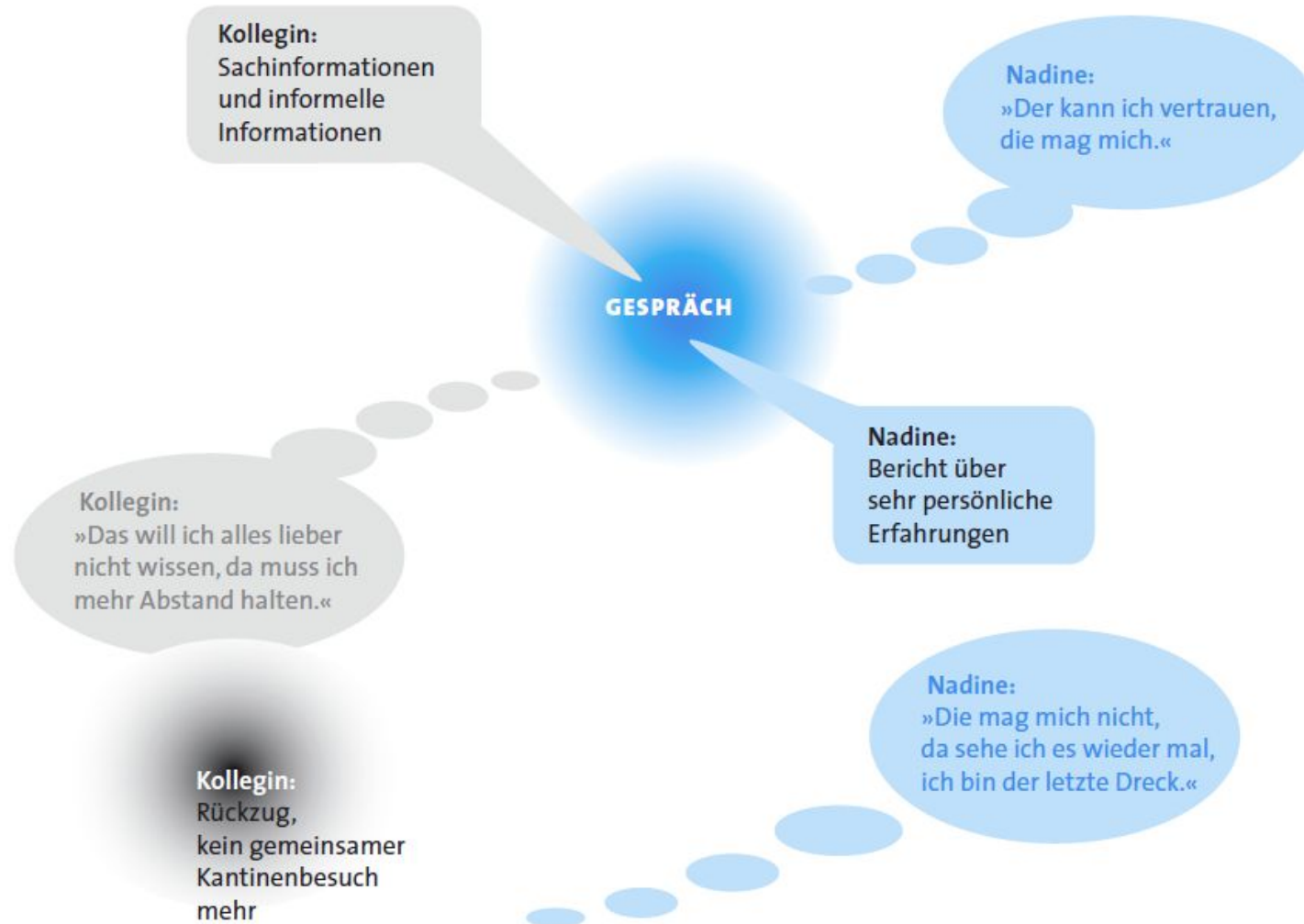
Freiwilligendienste z.B.
BFD, FsJ, FÖJ

Schule
(Fern-) Studium

Kollegen sind nicht automatisch Freunde

- Kommunikation am Arbeitsplatz
- Lernen welche Themen in der Arbeitswelt Platz finden und was lieber in die Therapie gehören sollte
- Sich selbst und Kollegen nicht überfordern mit Erzählungen über Leid/Erkrankung

Vorsicht Grenzüberschreitung!



Arbeitsplatztaugliche Skills

- eine gemeinsame Kaffeemaschine mit Kollegen angeschafft
- Süßigkeiten in der Schreibtischschublade an der auch die Kollegen gerne mal vorbeikommen
- „versehentliche“ Verwendung eines Türschilds
- Akten „spazieren“ tragen und dabei wichtig gucken
- Schmerzpunkt, Schlüssel statt Igelball
- eine SMS an eine Person aus dem Expeditionsteam
- Skills nutzen in langweiligen Besprechungen und dabei interessiert gucken (100 – 7...)

Links

- BTZ Köln

www.btz-koeln.de

- Psychische Erkrankungen und Handlungsleitlinien

www.psychiatrie.de/dachverband

- Informationen über die reg. Integrationsfachdienste

www.integrationsaemter.de/kontakt

- Portal „Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt“

www.psychga.info

- Kölner Instrumentarium

www.koelner-instrumentarium.de/

- Informationen des LVR

www.soziales.lvr.org

Buch:

- **Handbuch Arbeit**

Wie psychisch kranke Menschen in Arbeit kommen,
Hrsg. Irmgard Plößl u.
Joachim Storck