

**Pro Mente Sana Impulstagung
„Recovery – wieder gesund werden“
Dienstag, 27. November 2007 im Volkshaus Zürich**

Gedanken zum Gesundwerden aus Betroffenenensicht

Vortrag von Sybille Prins, Psychiatrie-Erfahrene, Buchautorin, Deutschland

In diesem Beitrag soll ein besonderer Blick geworfen werden auf einige Ressourcen, die einem Menschen mit Psychiatrie-Erfahrung (von außen) zur Verfügung gestellt werden sollten, um eine Gesundung zu fördern. Hierzu gehören Wissen, materielle und infrastrukturelle Faktoren, Zeiträume, und die Rolle der sog. „Holders of Hope“ (Hoffnungsträger) soll genauer beleuchtet werden. Ferner sollen einige Anregungen gegeben werden, wie die eigenen Ressourcen gekräftigt und gestärkt werden können. Hingewiesen wird auch darauf, dass ein Gesundungsprozess ebenfalls eine Umbruchsituation darstellen kann, und bei eben diesem „Gesundwerden“ noch einmal besondere Unterstützung notwendig sein kann.