

---

# Expressive Arts in Transition (EXIT)

---

**Förderung der Alltagsbewältigung  
für Menschen mit Stress- und Traumaerfahrung**

**Fortbildung zur EXIT-Gruppenleitung in Tübingen**

**Fortbildungsblock vom 20.- 22. November 2018**

anschließend Praxisphase und Reflexionstag



**adis**<sub>e.V.</sub>

*Antidiskriminierung · Empowerment · Praxisentwicklung*

---

---

## Was ist EXIT?

EXIT steht für **Expressive Arts in Transition** und nutzt theoretische und methodische Bezüge der Expressive Arts Therapie. EXIT ist eine Intervention für Menschen, die unter starkem Stress leiden, sowie für Menschen die durch Naturkatastrophen, oder von anderen Menschen verursachtes Trauma erfahren haben. EXIT möchte diese Menschen dabei unterstützen, ihre Vergangenheit hinter sich zu lassen, in der Gegenwart anzukommen, und nach vorne zu blicken.

EXIT bedient sich einer klaren Struktur, um das (Wieder-)Entdecken und Stärken von individuellen und der Gemeinschaft innewohnenden Ressourcen spielerisch erfahrbar zu machen. Schritt für Schritt werden Spielräume und Kreativität erweitert. Ziel ist es bei den Teilnehmenden Hoffnung, Freude, das Gefühl von Sicherheit und die Zugehörigkeit zu einer Gruppe zu stärken. Expressive Arts Therapie (EXA), die Grundlage von EXIT, kombiniert u.a. Körpererfahrung durch Fokus auf Atem und Bewegung, darstellendes Spiel, gestalterische Ansätze wie Malen und Zeichnen, Stimme und Musik. Der Schwerpunkt liegt hierbei auf einer Arbeit, die den Prozess in den Vordergrund stellt und in der mit einfachen Techniken eine hohe Sensibilität gefördert wird. Den Teilnehmenden wird ein Raum gegeben, in dem sie durch nicht-sprachliche Ausdrucksformen Gefühle und innere Themen für sich selbst erkennbar und erfahrbar machen können.

EXIT trägt mit großem Erfolg dazu bei, Menschen zu stabilisieren, die unter extremem Stress leben und /oder Traumata überlebt haben. Die Arbeit fokussiert sich darauf Beweglichkeit, Imagination, Engagement, Verbundenheit, im Hier-und-Jetzt-Sein, Sicherheit und Eigenverantwortlichkeit zu steigern. Eine gute Einbindung des EXIT-Programms in die jeweilige Institution und ins Gemeinwesen spielt dabei eine wichtige Rolle. Das Programm EXIT wurde in Norwegen von Melinda Ashley Meyer DeMott und ihrem Team über 30 Jahre lang entwickelt und wissenschaftlich evaluiert. Der Ansatz wurde erfolgreich mit vielen verschiedenen Zielgruppen erprobt und insbesondere mit jungen geflüchteten Menschen als frühes Interventionsprogramm erfolgreich eingesetzt.



Für Interessierte gibt es ein Video auf YouTube zum EXIT-Programm mit deutschem Untertitel: <https://youtu.be/2ipq2S16s6Y>



Fotos © Film & Arts

---

## Wie ist die EXIT-Fortbildung aufgebaut?

Diese EXIT-Fortbildung hat zum Ziel die verschiedenen Komponenten (u.a. Anfangs- und Endrituale, Energiebarometer, der innere sichere Ort, Zukunftsszenario) aus dem EXIT-Programm an die Teilnehmenden zu vermitteln. Dabei geht es darum die verschiedenen Elemente aus dem Bereich Bewegung, Kunst, Psychoedukation und Bioenergetik selbst zu erproben, die theoretischen Grundlagen zu verstehen sowie zu lernen, die verschiedenen Programmelemente selbst anzuleiten.

Die Teilnehmenden, die nur die ersten 3 Fortbildungstage besuchen und keine eigene Gruppe anleiten möchten, erhalten hierfür eine Teilnahmebestätigung.

Für alle anderen Teilnehmenden schließt sich **eine Praxisphase** mit einer eigenen EXIT-Gruppe mit ca. 5-10 Teilnehmenden an. Die Gruppe findet an insgesamt 10 Treffen á 90 min statt.

Parallel zur eigenen Leitungserfahrung wird eine **Gruppensupervision** (5 Termine) angeboten, in der die eigenen Erfahrungen reflektiert und Fragen besprochen werden können. Am Ende werden die Erfahrungen im Rahmen eines **Reflexionstags** abschließend ausgewertet, das methodische und theoretische Wissen vertieft und verschiedene Variationsmöglichkeiten in der Durchführung besprochen.

Nach erfolgreichem Abschluss der eigenen EXIT-Gruppe (10 Treffen), der Teilnahme an der Supervision und dem Reflexionstag erhalten die Teilnehmenden ein **Zertifikat als EXIT-Gruppenleitung** von adis e.V. und NIKUT (Norwegian Institutes for Expressive Arts Therapy and Communication).

### Die Bausteine der Fortbildung im Überblick

3 Fortbildungstage:  
**20.11. - 22.11.18**  
(Einüben der  
Programmelemente)

Leitung  
einer eigenen  
EXIT-Gruppe  
(10 Termine á 90min)

Reflexionstag  
**02.05.2019**  
(Auswertung,  
Vertiefung, Abschluss)

TN-Bestätigung

Gruppensupervision  
(5 Termine)

EXIT-Zertifikat

---

## Wer kann teilnehmen?

Die EXIT-Fortbildung richtet sich an Professionelle aus dem Bereich Soziale Arbeit und dem therapeutischen Bereich (verschiedene Kreativtherapien), die mit Menschen arbeiten, die unter starkem Stress leiden und/oder traumatische Erfahrungen gemacht haben und die das EXIT-Programm selbst gerne umsetzen möchten.

Die Gesamtanzahl der möglichen Teilnehmenden ist auf insgesamt 16 Personen begrenzt, um ein intensives Arbeiten zu ermöglichen.

## Welche Rahmenbedingungen gibt es?

### Termine:

**Fortbildungsblock:** Dienstag, 20. November bis Donnerstag, 22. November 2018, jeweils 10:00 - 18:00 Uhr

**Reflexionstag:** Donnerstag, 2. Mai 2019, von 10:00 - 18:00 Uhr

### Ort:

Die Fortbildung findet in Tübingen stattfinden. Weitere Informationen erhalten Sie nach Anmeldung

## Wer sind die Referent\*innen?

In den letzten Jahren wurden die EXIT-Fortbildungen in verschiedenen Ländern in Europa (z.B. Schweden, Italien, Malta) und darüber hinaus angeboten (z.B. USA, Mexiko).

In Deutschland findet die EXIT-Fortbildung nun zum ersten Mal statt. Wir freuen uns sehr, dass wir Melinda Meyer Ashley DeMott als Leitung der Fortbildung persönlich gewinnen konnten.

**Melinda Ashley Meyer DeMott** wurde in Kalifornien, USA geboren und lebt seit Ihrem achten Lebensjahr in Norwegen. Sie hat einen Hintergrund als Psychodrama-Therapeutin und Filmemacherin und ist Professorin an der European Graduate School (EGS) und am University College South East Norway (HSN), sowie Mitbegründerin des Norwegian Institutes for Expressive Arts Therapy (NIKUT, 1988). Zusammen mit Ihrem Team entwickelte Sie das Expressive Arts in Transition Program (EXIT) für Trauma-Überlebende.

---

**Heiko Kalmbach** arbeitet als Filmemacher und Videokünstler und im Bereich Theaterregie und mediale Inszenierung für die Bühne. Er studierte Kultur- und Theaterwissenschaft in Bremen und Berlin, bevor er für ein Filmstudium an der Tisch School of the Arts (NYU) nach New York zog. Seit Ende der 90er Jahre unterrichtet er an verschiedenen internationalen Hochschulen.

**Elisabeth Yupanqui Werner** ist Diplompädagogin, Supervisorin und Coach (DGSv) und arbeitet bei adis e.V. im Pilotprojekt „Empowerment\_quer gedacht“. Sie hat langjährige Erfahrungen in den Themenfeldern Kooperation Jugendarbeit & Schule, ressourcenorientierte Kompetenzentwicklung, Rassismuskritik, Diversity und Gemeinwesenarbeit.

Beide Co-Referent\*innen wurden von Melinda Ashley Meyer DeMott im EXIT-Programm ausgebildet, im Rahmen des Continuing Education Certificate Program der European Graduate School am Campus Malta.

Die Fortbildung findet überwiegend auf Englisch und teilweise auf Deutsch (eigene Übungsanteile der Teilnehmenden in den beiden Workshopgruppen) statt.

## Was kostet die Fortbildung?

In den Teilnahmegebühren sind alle Materialien, das EXIT-Programm-Manual und die Tagungsgetränke enthalten.

Fortbildungskosten	Kosten
Teilnahmegebühren für Fortbildungsblock vom 20.-22.11.18 (3 Tage)	500.-€
Supervision im Rahmen der Durchführung einer eigenen EXIT-Gruppe plus Reflexionstag am 02.05.19	350.-€

Die Teilnahmegebühren für den Fortbildungsblock in Höhe von 500.-€ werden nach Eingang der Anmeldebestätigung bis Ende September 2018 fällig. Sie bekommen hierfür eine Rechnung von adis e.V.

Die Kosten für die Supervision und den Reflexionstag in Höhe von 350.-€ werden Mitte April 2019 in Rechnung gestellt.

---

## Wie läuft die Anmeldung?

Bitte melden Sie sich bei Interesse mit beigefügten Anmeldezettel baldmöglichst bei

Elisabeth Yupanqui Werner

per e-mail: [elisabeth.yupanqui-werner@nw-ad.de](mailto:elisabeth.yupanqui-werner@nw-ad.de)

oder postalisch:

Elisabeth Yupanqui Werner

adis e.V.

Fürststraße 3

72072 Tübingen

Bei Rückfragen gibt Ihnen Frau Yupanqui Werner gerne Auskunft.

**Anmeldeschluss** für die Fortbildung ist der **15. September 2018**.

Da die Teilnehmendenanzahl auf insgesamt 16 Personen begrenzt ist, müssen wir bei größerem Interesse gegebenenfalls eine Auswahl treffen. Der Eingang der Anmeldungen wird dabei berücksichtigt.

---

# Anmeldebogen

Bitte füllen Sie den folgenden Bogen vollständig aus und senden ihn an:

Elisabeth Yupanqui Werner  
adis e.V.  
Fürststraße 3  
72072 Tübingen

oder per e-mail an: [elisabeth.yupanqui-werner@nw-ad.de](mailto:elisabeth.yupanqui-werner@nw-ad.de)

Nachname:

Vorname:

Straße/Nr.:

PLZ und Stadt:

beruflicher Hintergrund:

***Bitte kreuzen Sie entsprechendes an:***

Ich möchte nur den Fortbildungsblock besuchen (3 Tage vom 20.-22.11.18)

Ich plane eine eigene EXIT-Gruppe anzubieten:

- Mit welcher Zielgruppe möchte ich gerne arbeiten:

- Wann möchte ich mit meiner EXIT-Gruppe starten:

**Hiermit melde ich mich zur EXIT-Fortbildung verbindlich an:**

---

Ort, Datum

---

Unterschrift Teilnehmende\*r