



Sebastian Schröter und Sandra Lang arbeiten als Ex-In-Genesungsbegleiter beim Psychosozialen Trägerverein in Solingen. Foto: Michael Schütz

Psychosozialer Trägerverein bietet Ex-In-Genesungsbegleitung an

Peerberatung - Verstehen in Augenhöhe

Von Susanne Koch

Depressionen, Angststörungen oder Zwänge – Sandra Lang und Sebastian Schröter wissen, wovon sie sprechen. „Als Ex-In-Genesungsbegleiter haben wir selbst eine seelische Erkrankung hinter uns und können mit Betroffenen auf Augenhöhe darüber reden“, sagt Sebastian Schröter.

Die beiden sind beim Psychosozialen Trägerverein angestellt. „Ich arbeite zusätzlich noch als Mitarbeiterin im Breutren Wohnen“, sagt Sandra Lang. „Und ich habe noch einen Stellenanteil in der Tagesklinik auf der Eichenstraße“, sagt Sebastian Schröter.

Das Projekt ist 2016 gestartet. „Neu ist, dass wir jetzt auch Telefon und Chat-Beratung anbieten“, sagt Sandra Lang. „Und wir ziehen im Dezember noch um in die Kölner Straße 6, so dass Menschen, die zu uns Kontakt suchen, dort dann auch hinkommen können“, sagt Sebastian Schröter.

Die Stiftung Wohlfahrtspflege hat es möglich gemacht, dass das Peerberatungs-Team auch mit den entsprechenden Dingen ausgestattet wurde. „Wir konnten uns Laptops und Headsets anschaffen“, sagt Sebastian Schröter. „Und damit können wir jetzt arbeiten.“ Bekannt gemacht wird das Ange-

bot beispielsweise über Instagram, und die Peerberatung ist vernetzt mit dem Psychosozialen Trägerverein. „Als Genesungsbegleiter sind wir ein zusätzliches Schraubchen im Getriebe“, sagt Sandra Lang. „Wir begleiten die, die uns brauchen, zu Ärzten, in die Rentenberatung, zu Anwälten oder wofür uns die Betroffenen benötigen.“ Im Zusammenhang mit seelischen Erkrankungen tauche oft auch eine Suchtproblematik bei den Hilfesuchenden auf. „Dann begleiten wir sie beispielsweise zur Suchtberatung der Caritas“, sagt Sandra Lang.

„Wir haben Instrumente gelernt, um das auch entsprechend rüberzubringen.“

Sebastian Schröter, Ex-In-Genesungsbegleiter

Sebastian Schröter und Sandra Lang haben beide eine zweisemestrige Fortbildung besucht. „Im ersten Semester ging es zuerst einmal um die eigene Krankengeschichte“, sagt Sebastian Schröter. „Um die eigenen Erfahrungen, um die Frage, was ist gesund.“ Eingeschlossen war darin auch ein

Praktikum. „Und im zweiten Semester haben wir uns damit beschäftigt, wie wir das vermitteln können. Wir haben Instrumente gelernt, um das auch entsprechend herüberzubringen.“ Die Ex-In-Genesungsbegleiter sind ein zusätzliches Angebot im psychiatrischen Netz. „Wir sind für die Betroffenen da, wenn andere Stellen schon ausfallen“, sagt Sandra Lang. „Und dadurch, dass wir selbst eine Krankengeschichte haben, können wir unseren Gesprächspartnern auch sehr viel weiterhelfen.“

Da die beiden Genesungsbegleiter wissen, wovon sie sprechen, können sie auch das beurteilen, was zu den Themen veröffentlicht wird. „Ich habe mich jetzt beispielsweise sehr darüber aufgeregt, dass die Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitäts-Störung immer mit dem Genuss von Drogen einhergehen soll“, sagt Sandra Lang. „Das ist völliger Quatsch.“

Seit dem 4. Oktober können Hilfesuchende die Onlineberatung nutzen. Die erfahrenen Genesungsbegleiter und Genesungsbegleiterinnen beraten Sie hier über Messenger, Videochat oder E-Mail. Probieren Sie es aus.

<https://ptv-solingen.asisto.online/>

GENESUNGSBEGLEITER IN REMSCHEID

„Seele in Not“ heißt der Verein in Remscheid, der Beratung und Unterstützung durch Ex-In-Genesungsbegleiterinnen und -begleiter anbietet. Die Expertinnen und Experten haben langjährige Erfahrungen. „Die größte Gemeinsamkeit ist die Erfahrung mit seelischen Erschütterungen und deren Bewältigung“, heißt es auf der Internet-Seite. „Wir können nachempfinden, was sie durchleben und erleben.“ Die Genesungsbegleiter- und begleiterinnen innen des Vereins verstehen sich als Ansprechpartner und Ansprechpartnerinnen und Berater und Beraterinnen

auf Augenhöhe. „Wir teilen unser Wissen und unsere Bewältigungsstrategien mit Ihnen“, schreiben sie auf ihrer Homepage. „Aus Erfahrung wissen wir, dass es eine hohe Schwelle darstellen kann, bei seelischen Problemen Hilfe zu suchen und anzunehmen.“

Kontakte und Treffen gibt es im Café MokkaSIN für Menschen mit und ohne Behinderung. Das Café hat Sonn- und Feiertags von 9 bis 18 Uhr geöffnet. Der Verein Seele in Not ist an der Hindenburgstraße 10 zu finden. ☎ (02191) 291 990 oder (02191) 5894852.

seele-in-not-ev.de

- Rollstühle & Rollatoren
- Elektrorollstühle & Scooter
- Venen- & Lymph-Versorgungen
- Brustprothesen
- Reha-technik
- Orthopädietechnik
- NEU: Elektronische Vermessung bei Kompressionsstrumpfversorgung

kreutzer

Kölner Straße 59 • 42897 Remscheid-Lennep • Telefon: 02191/9675-0
Kaiserstraße 108 • 42477 Radevormwald • Telefon: 02195/45 15
www.kreutzer24.de • Info@kreutzer24.de

H&W FRENZEL GMBH

BADGESTALTUNG
SANITÄR- & HEIZUNGSTECHNIK
ALLES AUS EINER HAND

bamieretra seniorengerecht komfortabel

☎ Untenhörscheid 12 • 42657 Solingen
☎ 0212 22 44 55 8 ☎ info@hw-frenzel.de

GARDINEN

Beratung • Waschservice • Neuanfertigung

Löffelmann Gardinen • Teppichsäumen

42657 Solingen | Gasstr. 31 | Telefon 81 01 03