

## Verein „Ex-In“ kümmert sich um psychisch kranke Menschen

Beim Verein „Ex-In“ kümmern sich ehemals psychisch Erkrankte um Menschen, denen es heute ähnlich geht – Das Modellprojekt läuft noch bis März 2018.

08. März 2017 / 04:18 Uhr



*Konni Dorn ist ausgebildete Genesungsbegleiterin. Sie hilft Betroffenen in Erfurt, ist unter anderem am Helios-Klinikum aktiv. Foto: Fabian Klaus*

Erfurt. Wohin jetzt? Es sind zwei Worte der Ziellosigkeit. Der Weg scheint nicht geebnet, obwohl unter diesen beiden Worten auf dem Informationsblatt eine offene Tür zu sehen ist. Der Ausblick – herrlich. Strahlender Sonnenschein, eine wunderbare Naturlandschaft.

Diesen Optimismus auszustrahlen, die schönen Dinge wieder in den Blick zu nehmen – es fällt den Menschen besonders schwer, die gerade nach einer psychischen Erkrankung die Klinik verlassen haben. Die Klinik, in der sie einen geregelten Tagesablauf vorgelebt bekamen. Die Klinik, in der sie über das Erlebte sprechen konnten und sicher waren: "Ich werde verstanden." Wohin jetzt? Zurück in den Alltag? Alles neu? Oder an Altbewährtem festhalten?

Die Fragen zu beantworten, dabei wollen die Mitarbeiter des Vereins "Ex-In" helfen. Hinter dem Kürzel, das für "Experten" steht, verbirgt sich der besondere Ansatz: "Experten durch Erfahrung in der Psychiatrie". Wer für den Verein arbeitet, der ist selbst betroffen gewesen – mancher ist es bis heute.

Roswitha Montag hat den Verein 2011 aus der Taufe gehoben. Die Idee dazu entstand bei einer Begegnung, die sie im Rahmen ihrer ehrenamtlichen Arbeit in der Selbsthilfegruppe für Betroffene von Mobbing am Arbeitsplatz hatte. Betroffene helfen Betroffenen. "Wir wollen mit unserem Beispiel zeigen, dass es geht", sagt die

Vorsitzende des Thüringer Landesverbandes. Es ist der einzige Landesverband in Deutschland. Alle anderen Vereine sind an verschiedene Träger angegliedert.

Wie helfen die derzeit neun festen Mitarbeiter des Vereins? Ein Projekt lässt sich mit dem Wort Genesungsbegleitung umschreiben. Im Verein werden ehemalige Betroffene gesondert geschult und arbeiten dann in den Kliniken. Im Weimarer Sophien- und Hufeland-Klinikum gibt es bereits zwei Genesungsbegleiterinnen, Konni Dorn selbst ist in Erfurt am Helios-Klinikum aktiv. Auch im Nordhäuser Südharz-Klinikum werde derzeit diskutiert, ob die Unterstützung durch eine Genesungsbegleitung sinnvoll sein kann, berichtet Roswitha Montag. Sie hofft, dass ihr Verein künftig auch in Nordhausen Betroffenen helfen kann. Auch auf die Klinik in Hildburghausen soll die Betreuung erweitert werden.

Die Genesungsbegleitung beschreibt die Unterstützung der Patienten außerhalb ihres Klinikalltages. Was während der Behandlung beginnt, wird danach fortgesetzt. Denn, gerade wenn sie nach einem mehrwöchigen Psychiatrie-Aufenthalt frisch entlassen sind, befinden sich Patienten in einer Phase, in der sie noch sehr labil sind. "Da geht es oft darum, die Zeit bis zum nächsten Besuch beim Psychiater zu überbrücken", erzählt Roswitha Montag.

"Ex-In" findet auch im politischen Raum Unterstützer. Karola Stange, Landtagsabgeordnete der Linken und Stadträtin in Erfurt, begleitet den Verein seit seiner Gründung. "Es braucht eine andere Art der Betreuung von Betroffenen, wenn diese in einer Krisensituation sind oder aus einer solchen kommen. Diese andere Art der Betreuung wird hier geboten", sagt Stange. Als es vor sechs Jahren darum ging, den Verein auf solide Füße zu stellen, also auch auf eine rechtlich sichere Basis, half einer ihrer Mitarbeiter dabei, die Vereinsatzung zu erarbeiten. Beim jüngsten Fachtag des Vereins, der zusammen mit Brennessel e.V. organisiert wurde und sich dem Pflegenotstand widmete, hatte Stange dann auch eine Zuwendung der "Alternative 54" in Höhe von 250 Euro dabei, um die fachliche Arbeit zu unterstützen.

Für die Abgeordnete steht mit Blick auf die Zukunft des Vereins vor allem im Mittelpunkt, dass er seine Arbeit auf solide finanzielle Beine stellen kann. Bisher befindet sich "Ex-In" noch in einer fünfjährigen Modellprojektphase – die läuft im März 2018 aus. Wie es danach weitergeht? Roswitha Montag klingt optimistisch, sagt: "Dann muss es laufen."

"Ex-In" berät und betreut aber nicht nur Menschen, die unter psychischen Erkrankungen leiden. Denn neben denen gehören auch Angehörige zu den Betroffenen – indirekt sogar Arbeitgeber. "Viele wissen nicht, wie sie mit den Erkrankten umgehen sollen", sagt Roswitha Montag. Unsicherheit bestimmt den Alltag. Oft gibt es Berührungängste. Gerade aus dem beruflichen Alltag heraus können die Vereinsmitglieder, die aus verschiedenen Branchen kommen, berichten, wie es zu Burnout oder anderen psychischen Erkrankungen kommen kann. Beispiel Altenpflege. Brigitte Heinisch, Berlinerin mit Wahlheimat Erfurt, erhielt 2007 den Whistleblower-Preis, weil sie sich durchgerungen hat, über ihre Erfahrungen aus der Altenpflege zu berichten. Im Buch "Satt und Sauber" hat sie verheerende Missstände in der Altenpflege geschildert. Irgendwann, so berichtet die Autorin, konnte sie selbst nur arbeiten, in dem sie ihre Sinne vorher mit Medikamenten betäubt hatte – die Folge: Auch sie wurde psychisch krank, kämpft bis heute mit Folgen. Die Zeitnot in der Pflege, das war 2003, hat sie an den psychischen Abgrund gebracht. Sie konnte Patienten nicht so betreuen, wie sie es gelernt hatte. Nicht der Mensch, schreibt sie in ihrem Buch, sondern die Uhr habe im Mittelpunkt gestanden. All das habe sie belastet, sie wollte damit abschließen. Brigitte Heimisch hat sich, wie viele ihrer Kollegen und Kolleginnen, wieder aufgerappelt. Nicht nur die Buchveröffentlichung hat ihr Halt gegeben. Im vergangenen Jahr hat sie die Ausbildung zur Genesungsbegleiterin bei "Ex-In" abgeschlossen und hilft fortan ebenfalls Betroffenen.

Gemeinsam wollen die Mitstreiter bei "Ex-In" ihre Projekte in den nächsten Monaten bis zu m März 2018 ausbauen. Für Roswitha Montag und alle anderen Verantwortlichen steht im Mittelpunkt, den Fortbestand des Vereins zu sichern – erste Pläne existieren bereits. Und die zeugen von Mut und Optimismus. Eine Vereinsmitarbeiterin sei derzeit, erzählt Roswitha Montag, in Dresden aktiv und will den Verein hier bekannt machen. Auch auf Sachsen-Anhalt soll diese Werbung dann ausgedehnt werden. Denn nicht nur in Thüringen brauchen Menschen, die an einer psychischen Erkrankung leiden, weil sie am Arbeitsplatz gemobbt wurden, Unterstützung.

Wohin jetzt? Die Frage Antwort scheint mit Blick auf die Zukunft der Vereins schon fast beantwortet. "Eine mitteldeutsche Akademie zu gründen", sagt Roswitha Montag, dass sei der Zukunftswunsch, wenn die Modellprojektphase endet – Ziellosigkeit? Keine Spur.

Fabian Klaus / 08.03.17

Z080121979663