

Medienmitteilung 18. August 2016 / hac

Spital Emmental führt Recovery-Gruppe

Das Spital Emmental führt erstmals eine Recovery-Gruppe. Am 31. August findet ein Infoanlass über diese neue Gesundheits-Unterstützung in einer psychischen Krise statt.

„Warum wurde ich krank? Warum ausgerechnet ich?“, fragen sich auch viele psychisch Erkrankte. Aus Sicht der Fachleute wäre aber die Frage „Wie werde ich wieder gesund?“ zielführender. Die Wiedergesundung – englisch „Recovery“ – ist das Ziel einer neuen Selbsthilfe-Gruppe, die der Psychiatrische Dienst des Spitals Emmental in Zusammenarbeit mit den Universitären Psychiatrischen Diensten Bern (UPD) erstmals organisiert. Am 31. August findet dazu von 19 bis 20:30 Uhr im Ambulanten Zentrum Buchmatt an der Kirchbergstrasse 97 in Burgdorf ein Informationsanlass statt. Eintritt frei, Anmeldung nicht erforderlich.

Akzeptanz- und Selbstheilungsprozess

Karl Madörin, Leiter ambulante Gruppentherapien im Psychiatrischen Dienst des Spitals Emmental, bezeichnet Recovery als persönlichen Gesundheitsprozess: „Beim Akzeptieren dessen, was wir nicht werden tun oder sein können, beginnen wir zu entdecken, wer wir sein können und was wir tun können. Recovery findet dann statt, wenn Menschen mit ihrer speziellen Lebenslage gut zurechtkommen.“

Der Austausch in der Gruppe soll diesen Akzeptanz- und Selbstheilungs-Prozess unterstützen. Die Recovery-Gruppe trifft sich alle zwei Wochen und wird von einer Fachperson sowie einem „Peer“ begleitet – einem Menschen, der den psychischen Gesundheitsprozess aus eigener Erfahrung kennt und anderen Betroffenen mit Rat zur Seite stehen kann. Die Teilnahme ist kostenlos; eine regelmässige Teilnahme ist erwünscht.

Ressourcen nutzen

Zusätzlich zu den Gruppensitzungen bietet der Psychiatrische Dienst des Spitals Emmental auch einen Kreativkurs an: In vier Blöcken zu je 6 Wochen treffen sich Menschen zu einem Austausch in Worten, Geschichten, Bildern und Inszenierungen. Unter Begleitung des Berner Künstlers Raoul Ris verarbeiten die Teilnehmenden ihre Erfahrungen mit Zeichenstift, Pinsel und Fotoapparat zu Bildergeschichten, aus denen nach und nach eine Art Zeitung entsteht. Künstlerische Vorkenntnisse sind dazu nicht nötig. Das „Zeitungs-Projekt“ hilft psychisch Erkrankten, ihre Gestaltungsspielräume und Ressourcen zu nutzen und so das lähmende Gefühl der Machtlosigkeit zu überwinden.

Weitere Auskünfte für Medienschaffende:

Karl Madörin, Leiter ambulante Gruppentherapien, Psychiatrischer Dienst Spital Emmental, 034 421 27 66 (ruft zurück)