

Inhaltsverzeichnis

Spital Emmental

[BE: Sie gibt Hoffnung](#)

BZ Berner Zeitung Burgdorf + Emmental

12.04.2019

BE: Sie gibt Hoffnung

bernerzeitung.ch 12.04.2019

REGION SEITE 2

Sie gibt Hoffnung

Burgdorf - Daniela Iff leitet eine Begegnungsgruppe für psychisch kranke Menschen. Und sie weiss genau, wie sich die Teilnehmer fühlen. Auch sie selbst kam viele Jahre lang mit dem Leben nicht mehr klar.

Regina Schneeberger

An diesem Nachmittag steht Ostereierbemalen auf dem Programm der Begegnungsgruppe. Eine Woche später wird es dann auf die Suche nach den festtäglichen Leckereien gehen. An der Emme will Daniela Iff die Nester verstecken. «Das macht allen Freude, nur haben solche Dinge im Erwachsenenleben oft keinen Platz mehr», sagt sie. Und gerade für jene Menschen, die sich in der Gruppe des Ambulanten Zentrums Buchmatt treffen würden, seien sie wichtig. «Einige der Teilnehmer haben sonst kaum soziale Kontakte.» Sie sind alle psychisch erkrankt, sind depressiv, leiden an einer Schizophrenie oder an einer Phobie.

Zwar klingt das Programm der Gruppe nicht viel anders als jenes eines beliebigen Vereins. Mal gehen die Mitglieder zusammen kegeln, mal werden auf dem Minigolfplatz Bälle versenkt, mal wird Karten gespielt. Doch ganz wie in einem anderen Club laufen die Treffen nicht ab. So kann schon die Busfahrt zur Hürde werden. Manche Teilnehmer seien damit überfordert, hätten Angst vor dem engen Raum, den fremden Leuten. Daniela Iff gibt ihnen in solchen Momenten die Hand, versucht abzulenken, sodass die Angst nicht mehr zuvorderst steht.

Die andere Perspektive

Dass ihr das in vielen Fällen gelingt, ist gut vorstellbar. Die 43-Jährige spricht mit angenehm ruhiger Stimme, ihre Sätze sind überlegt. Manchmal lacht sie etwas unsicher, das macht sie nahbar. Seit 4 Jahren arbeitet die Langenthalerin als Peer: als eine Mitarbeiterin also, die einst in einer ähnlichen Situation war wie jene Menschen, die sie betreut. Nicht nur leitet sie zwei Begegnungsgruppen. Auch besucht sie Patienten zu Hause, spricht mit ihnen. «Ich weiss, wie es sich anfühlt, wenn man deprimiert ist oder Suizidgedanken hat.» So könne sie eine andere Perspektive einbringen als ein Psychologe oder ein Psychiater.

Diese andere Perspektive ist auch für Christine Frötscher, Betriebsleiterin Psychiatrie am Spital Emmental, massgebend. Seit 2012 wird in Burgdorf und in Langnau mit Peers gearbeitet. Das sei für die anderen Mitarbeiter eine Chance, sagt Frötscher. «Sie können ihre eigene Haltung und ihre Arbeit aus einer anderen Perspektive reflektieren.» Sie nennt als Beispiel eine Mitarbeitersitzung, in der Peers dabei sind. «Man achtet noch mehr darauf, sich so auszudrücken, dass es nicht verletzend ist.» Vor allem aber helfe die Peer-Arbeit den Patienten. «Es kann Hoffnung vermitteln, mit jemandem zu reden, der Ähnliches gemeistert hat.»

«Peers können ihre eigene Haltung und ihre Arbeit aus einer anderen Perspektive reflektieren.»

Christine Frötscher, Betriebsleiterin Psychiatrie am Spital Emmental

Das traumatische Erlebnis

Und gemeistert hat Daniela Iff schon einiges. Alles begann mit einem Ereignis, das sie immer wieder einholt. Als sie 19 Jahre alt war, wurde sie vergewaltigt. «Erst habe ich versucht, es zu verdrängen.» Irgendwann ging das nicht mehr. Sie wandte sich an ihren Hausarzt. Er überwies die Jugendliche an einen Psychiater. Diagnose: posttraumatische Belastungsstörung. «Seither bin ich in Behandlung.» Die Symptome sind bis heute nicht ganz verschwunden. Es reichen

Kleinigkeiten – eine männliche Stimme, ein bestimmter Geruch –, und Betroffene erleben das Schreckliche wieder und wieder. Mitten im Alltag, oft in ungünstigen Situationen.

Heute kann Daniela Iff mit den Flashbacks und den Alpträumen umgehen. Bis dahin aber war es ein langer Weg. Einer, der von einer Behandlung zur nächsten führte. Auf dem sie auch lernen musste, was für sie nicht stimmte. So merkte sie schnell, dass ein Klinikaufenthalt sie mehr deprimierte als vorwärtsbrachte. Sie durfte das Haus nicht verlassen. Das Pflegepersonal habe sich hinter verschlossenen Türen abschätzig über die Patienten unterhalten. «Nicht einmal einen Apfel schneiden konnten wir ohne Erlaubnis, weil die Messer weggeschlossen waren.» Das war vor 16 Jahren. «Zum Glück wird heute nicht mehr so mit den Leuten umgegangen», sagt sie.

Die Vorurteile

Aber in vielen Köpfen sei dieses Bild von Zwangsjacken und ruhiggestellten Patienten noch vorhanden. Auch sonst erlebe sie immer wieder Stigmatisierungen. Etwa wenn Menschen mit Depressionen geraten werde, sich einfach mal aufzuraffen, einfach mal rauszugehen. «Schliesslich sage ich jemandem, der das Bein gebrochen hat, auch nicht, er solle joggen gehen.»

«Schliesslich sage ich jemandem, der das Bein gebrochen hat, auch nicht, er solle joggen gehen.»

Daniela Iff, Peer-Mitarbeiterin

Wenn sich Daniela Iff gegen solche Vorurteile wehrt, ist das für sie nicht selbstverständlich. Lange Zeit nämlich vermied sie Konfliktsituationen und zog sich zurück. Das ging so weit, dass sie eine Zeit lang fast nicht mehr aus dem Haus ging. Auf dem Weg aus der sozialen Isolation half auch ihr eine Selbsthilfegruppe. Und die Leiterin sah in ihr Potenzial, riet ihr, die Ausbildung zur Peer-Arbeiterin zu machen. «Erst habe ich es mir nicht zugetraut.» Dann aber gab sie sich einen Ruck. Eine gute Entscheidung, wie sich zeigen sollte. «Die Arbeit hier gibt mir sehr viel, und ich glaube wieder an mich.»



Eine gute Entscheidung: Durch ihre Mitarbeit im Ambulanten Zentrum Buchmatt hat Daniela Iff an Selbstvertrauen gewonnen. Foto: Raphael Moser

- BE: Sie gibt Hoffnung
bernerzeitung.ch 12.04.2019

© BZ Berner Zeitung Burgdorf + Emmental

[ONLINE, 12.04.2019](#)

Sie gibt Hoffnung

Burgdorf - Daniela Iff leitet in Burgdorf eine Begegnungsgruppe für psychisch kranke Menschen. Auch sie selbst kam viel Jahre lang mit dem Leben nicht mehr klar.

An diesem Nachmittag steht Ostereierbemalen auf dem Programm der Begegnungsgruppe. Eine Woche später wird es dann auf die Suche nach den festtäglichen Leckereien gehen. An der Emme will Daniela Iff die Nester verstecken. «Das macht allen Freude, nur haben solche Dinge im Erwachsenenleben oft keinen Platz mehr», sagt sie. Und gerade für jene Menschen, die sich in der Gruppe des Ambulanten Zentrums Buchmatt treffen würden, seien sie wichtig. «Einige der Teilnehmer haben sonst kaum soziale Kontakte.» Sie sind alle psychisch erkrankt, sind depressiv, leiden an einer Schizophrenie oder an einer Phobie.

Zwar klingt das Programm der Gruppe nicht viel anders als jenes eines beliebigen Vereins. Mal gehen die Mitglieder zusammen kegeln, mal werden auf dem Minigolfplatz Bälle versenkt, mal wird Karten gespielt. Doch ganz wie in einem anderen Club laufen die Treffen nicht ab. So kann schon die Busfahrt zur Hürde werden. Manche Teilnehmer seien damit überfordert, hätten Angst vor dem engen Raum, den fremden Leuten. Daniela Iff gibt ihnen in solchen Momenten die Hand, versucht abzulenken, sodass die Angst nicht mehr zuvorderst steht.

Die andere Perspektive

Dass ihr das in vielen Fällen gelingt, ist gut vorstellbar. Die 43-Jährige spricht mit angenehm ruhiger Stimme, ihre Sätze sind überlegt. Manchmal lacht sie etwas unsicher, das macht sie nahbar. Seit 4 Jahren arbeitet die Langenthalerin als Peer: als eine Mitarbeiterin also, die einst in einer ähnlichen Situation war wie jene Menschen, die sie betreut. Nicht nur leitet sie zwei Begegnungsgruppen. Auch besucht sie Patienten zu Hause, spricht mit ihnen. «Ich weiss, wie es sich anfühlt, wenn man deprimiert ist oder Suizidgedanken hat.» So könne sie eine andere Perspektive einbringen als ein Psychologe oder ein Psychiater.

«Peers können ihre eigene Haltung und ihre Arbeit aus einer anderen Perspektive reflektieren.»

Christine Frötscher, Betriebsleiterin Psychiatrie am Spital Emmental

Diese andere Perspektive ist auch für Christine Frötscher, Betriebsleiterin Psychiatrie am Spital Emmental, massgebend. Seit 2012 wird in Burgdorf und in Langnau mit Peers gearbeitet. Das sei für die anderen Mitarbeiter eine Chance, sagt Frötscher. «Sie können ihre eigene Haltung und ihre Arbeit aus einer anderen Perspektive reflektieren.» Sie nennt als Beispiel eine Mitarbeitersitzung, in der Peers dabei sind. «Man achtet noch mehr darauf, sich so auszudrücken, dass es nicht verletzend ist.» Vor allem aber helfe die Peer-Arbeit den Patienten. «Es kann Hoffnung vermitteln, mit jemandem zu reden, der Ähnliches gemeistert hat.»

Das traumatische Erlebnis

Und gemeistert hat Daniela Iff schon einiges. Alles begann mit einem Ereignis, das sie immer wieder einholt. Als sie 19 Jahre alt war, wurde sie vergewaltigt. «Erst habe ich versucht, es zu verdrängen.» Irgendwann ging das nicht mehr. Sie wandte sich an ihren Hausarzt. Er überwies die Jugendliche an einen Psychiater. Diagnose: posttraumatische Belastungsstörung. «Seither bin ich in Behandlung.» Die Symptome sind bis heute nicht ganz verschwunden. Es reichen Kleinigkeiten – eine männliche Stimme, ein bestimmter Geruch –, und Betroffene erleben das Schreckliche wieder und wieder. Mitten im Alltag, oft in ungünstigen Situationen.

Heute kann Daniela Iff mit den Flashbacks und den Alpträumen umgehen. Bis dahin aber war es ein langer Weg. Einer, der von einer Behandlung zur nächsten führte. Auf dem sie auch lernen musste, was für sie nicht stimmte. So merkte sie schnell, dass ein Klinikaufenthalt sie mehr deprimierte als vorwärtsbrachte. Sie durfte das Haus nicht verlassen. Das Pflegepersonal habe sich hinter verschlossenen Türen abschätzig über die Patienten unterhalten. «Nicht einmal einen Apfel schneiden konnten wir ohne Erlaubnis, weil die Messer weggeschlossen waren.» Das war vor 16 Jahren. «Zum Glück wird heute nicht mehr so mit den Leuten umgegangen», sagt sie.

Die Vorurteile

Aber in vielen Köpfen sei dieses Bild von Zwangsjacken und ruhiggestellten Patienten noch vorhanden. Auch sonst erlebe sie immer wieder Stigmatisierungen. Etwa wenn Menschen mit Depressionen geraten werde, sich einfach mal aufzuraffen, einfach mal rauszugehen. «Schliesslich sage ich jemandem, der das Bein gebrochen hat, auch nicht, er solle joggen gehen.»

«Schliesslich sage ich jemandem, der das Bein gebrochen hat, auch nicht, er solle joggen gehen.»

Daniela Iff, Peer-Mitarbeiterin

Wenn sich Daniela Iff gegen solche Vorurteile wehrt, ist das für sie nicht selbstverständlich. Lange Zeit nämlich vermied sie Konfliktsituationen und zog sich zurück. Das ging so weit, dass sie eine Zeit lang fast nicht mehr aus dem Haus ging. Auf dem Weg aus der sozialen Isolation half auch ihr eine Selbsthilfegruppe. Und die Leiterin sah in ihr Potenzial, riet ihr, die Ausbildung zur Peer-Arbeiterin zu machen. «Erst habe ich es mir nicht zugetraut.» Dann aber gab sie sich einen Ruck. Eine gute Entscheidung, wie sich zeigen sollte. «Die Arbeit hier gibt mir sehr viel, und ich glaube wieder an mich.»

Quelle: Berner Zeitung

© **bernerzeitung.ch**