

Psychiatrisches Hilfsangebot in Remscheid

## Lebenshilfe-Expertin aus Erfahrung

30. Januar 2022 um 17:23 Uhr | Lesedauer: 4 Minuten



Die Remscheider Peerberaterin Arabella Nitzschke (l.) begegnet ihren Klienten wie Silke auf Augenhöhe. Foto: Daniele Funke

**Remscheid. Arabella Nitzschke ist beim Sozialpsychiatrischen Zentrum in Remscheid als Peerberaterin angestellt.**

---

Von Daniele Funke

---

Ziemlich häufig zieht es sich ganz dunkel zu in Silkes Kopf. Wie eine schwarze Wolkendecke am Himmel. Nichts macht mehr Freude, alles ist zu viel. Hoffnung auf Besserung existiert nicht. Silke hat schwere Depressionen und kommt seit Jahren ins Sozialpsychiatrische Zentrum (SPZ) in Remscheid. Hier findet die 40-Jährige Rat und Unterstützung bei der Bewältigung ihres Alltags. Es gibt Einzel- und Gruppenangebote, sie lernt andere Klienten mit ähnlichen Nöten kennen. Und sie trifft auf Arabella Nitzschke.

Arabella Nitzschke ist Peerberaterin, Genesungsbegleiterin. Neben anderen Fachkräften wie Sozialpädagogen oder Heilerziehungspfleger gehört sie zum Gesamthilfsangebot, das den Menschen vor Ort zur Verfügung steht. „Peerberatung heißt Beratung auf Augenhöhe“, erklärt die 30-Jährige. „Weil ich selbst psychisch krank bin, aber gelernt habe, mit Krisen umzugehen, kann ich hier Hoffnung geben, Mut machen, dass es wieder gut wird.“

## INFO

### Psychiatrische Beratung seit 40 Jahren

Seit 1982 bietet das **Sozialpsychiatrische Zentrum** am Ebertplatz allen Remscheidern, die infolge schwerer psychischer Erkrankung in ihrer selbständigen Lebensgestaltung eingeschränkt sind, niederschwellige Hilfen in verschiedenen Lebenslagen an. Jeder ist dort willkommen.

**Kontakt** ☎ 021 91 / 93 34 10, E-Mail [info@spz-remscheid.de](mailto:info@spz-remscheid.de)

Silke nickt zustimmend. „Man fasst schnell Vertrauen zu ihr und fühlt sich ernstgenommen – eben weil sie nicht theoretisch etwas über eine Krankheit gelernt hat wie ein Psychiater, sondern alles selbst erfahren hat.“

Die Peer-Beratung geht von dem Prinzip aus, dass die Lösung des Problems bereits in dem der in Not geratenen Person vorhanden ist und die Berater oder Genesungsbegleiter bei der Lösungsfindung unterstützen und begleiten können – weil sie ja selbst diesen Weg gegangen sind. Es ist kein therapeutischer Ansatz im klassischen Sinne und kann – und soll – keinesfalls eine fundierte Therapie ersetzen. Es ist ein weiteres ergänzendes Hilfsangebot.

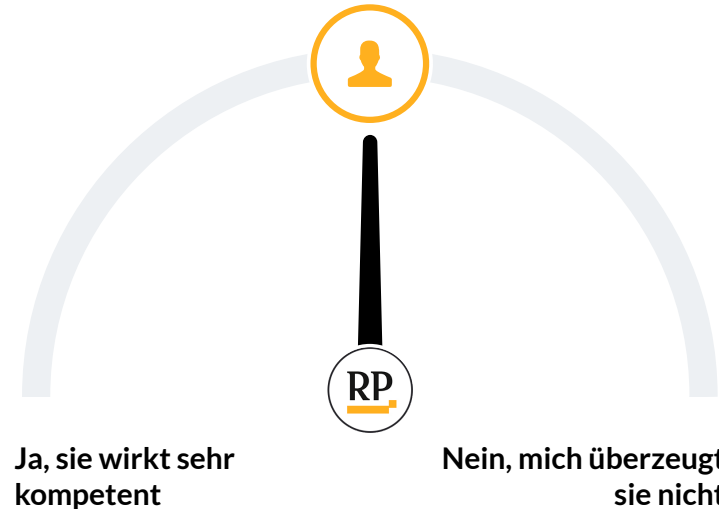
Bei Arabella Nitzschke trat die psychische Krankheit erstmals vor zehn Jahren, kurz nach der Geburt ihrer Tochter auf. Sie habe sich damals sehr alleine gefühlt, erzählt sie. „Ich fand niemanden, der in der gleichen Situation war wie ich mit einem kleinen Kind. Ich hätte mir gewünscht, ich würde jemanden finden, der mir Mut macht und von seinen Erfahrungen erzählt.“

Auf der Suche nach einem Hilfsangebot dieser Art sei sie auf die Peerberater gestoßen und auf die Idee, selbst eine solche Ausbildung zu absolvieren. „Ich habe 2017 an einer einjährigen Qualifizierung teilgenommen und direkt im Anschluss hier im SPZ begonnen.“ Seitdem gehört die junge Frau mit dem einnehmenden Lächeln zum festen Team.

Damals war die Anstellung einer Peerberaterin absolutes Neuland für die Einrichtung und niemand wusste so recht, ob und inwiefern sich das zusätzliche Hilfsangebot „rechnen“ würde – die Stelle wurde damals vom SPZ selbst finanziert. Heute trägt der Landschaftsverband Rheinland (LVR) einen Großteil der Kosten. „Frau Nitzschke findet sehr leicht eine gemeinsame Sprache mit unseren Klienten. Es gelingt ihr immer wieder, die besonderen Erfahrungen von psychischer Erkrankung zu akzeptieren und zu verstehen“, bestätigt auch SPZ-Geschäftsführerin Annemarie Ihlow.

LIVE ABSTIMMUNG ● 20.827 MAL ABGESTIMMT

## Frage der Woche: Gibt Außenministerin Annalena Baerbock ein gutes Bild ab?

**RP ONLINE**

OPINARY.

In ihrem Tun und Handel unterliegt Arabella Nitzschke keinem striktem Dogma, sie kann individuell auf die Bedürfnisse des jeweiligen Klienten eingehen. Das ist vielleicht ein gemeinsamer Spaziergang, ein Gespräch am Tisch, ein Spiel. Daneben bietet sie kleine Workshops an wie die Schreibwerkstatt (sofern Corona dies zulässt), an der zum Beispiel Klientin Silke besonders gerne teilnimmt. „Generell tut mir das Zusammensein mit Frau Nitzschke unwahrscheinlich gut, weil ich mich so verstanden fühle.“ Sie gebe ihr Hoffnung. „Und sie ist die Erste, an die ich mich wende, wenn ich mal wieder nicht mehr weiterweiß.“