



Die Initiatoren des Projekts Recovery College Gütersloh-OWL starten optimistisch mit ihrem Kursangebot: (v. l.) Michael Löhr (LWL-Klinikum), Michael Schulz (Vorstand Recovery College Gütersloh-OWL und LWL-Klinikum), Andrea Zingsheim (Vorsitzende Recovery College), Dirk Hamann (Vorstand Recovery College), Angelika Filius (Vorstand Recovery College) und Professor Dr. Klaus Kronmüller (Ärztlicher Direktor des LWL-Klinikums). Bild: Borowi

## Kurse und Workshops zum psychischen Wohlbefinden starten

Gütersloh (hb). Mit großem Interesse haben kürzlich etwa 80 Interessenten den Informationsabend des Recovery College Gütersloh-OWL auf dem Gelände des LWL-Klinikums Gütersloh verfolgt. Mit viel Elan und einer ansteckenden Begeisterung für ihr Projekt stellten die Beteiligten das neue Bildungsangebot für alle Bürger vor.

Die derzeit elf ehrenamtlichen Initiatoren, die ihren Kreis gern durch weitere Mitglieder vergrößern wollen, haben die vom LWL-Klinikum zur Nutzung kostenfreien Seminarräume in Eigenarbeit renoviert und vorbereitet. Mit besonderem Interesse wird diese Neugründung auch vom Landschaftsverband Westfalen-Lippe beobachtet.

Das Recovery College ist ein Ort des Lernens zu Themen des psychischen Wohlbefindens. Jen-

seits von Diagnosestellung und Behandlung bietet es einen Erfahrungsraum für gemeinsames, selbstbestimmtes Lernen und Entwicklung. Das Besondere: Alle angebotenen Kurse und Workshops werden im Tandem moderiert. Das heißt, mindestens ein Mitglied des Leitungsteams hat selbst seelische Krisen durchlebt. Expertenwissen aus eigener Erfahrung und Expertenwissen per Ausbildung kommen so in unterschiedlicher Gewichtung zum Tragen. Ein Austausch mit Betroffenen über ihre persönlichen Erfahrungen und Geschichten, das Erlernen vom Umgang mit psychischen Herausforderungen, Steigerung des Wohlbefindens sowie die Festlegung und Verfolgung von neuen Lebenszielen für ein zufriedenes und selbstbestimmtes Leben stehen im Vordergrund. Die Gründer sind sich

darin einig, dass man weg will von der negativen Bewertung psychischer Erkrankungen in der Gesellschaft.

Zur Idee des Recovery College. Das ursprünglich bereits in den 90er-Jahren in den USA entwickelte und danach auch verstärkt in England sowie in den Niederlanden mit Erfolg umgesetzte Konzept bietet einen Ort des Lernens zu Themen des psychischen Wohlbefindens. Es ist ein Bildungsangebot zur Gesundheitsförderung für Menschen mit und ohne psychische Krisenerfahrung. Das englische Wort „Recovery“ kann mit „Gesundung“ übersetzt werden. Seit einigen Jahren findet dieses Konzept – als Ausdruck einer sich allmählich veränderten Haltung im Umgang mit dem Thema Psychische Erkrankung – auch in Deutschland immer mehr Beachtung.