



Laden ein zum „Tag der Gespräche“ am Donnerstag, 1. Februar, im Recovery College: (v. l.) Michael Schulz (Vorsitzender des Vereins „ReOrGe“), Andrea Zingsheim (Recovery College) und Prof. Klaus-Thomas Kronmüller (LWL Klinikum und Dozent am Recovery College). Foto: Bornhorst

„Der Mensch wird am Du zum Ich“

Von MATTHIAS BORNHORST

Kreis Gütersloh (gl). Jeder vierte Mensch in Deutschland ist im Laufe seines Lebens von einer psychischen Erkrankung betroffen. Doch darüber zu sprechen, fällt oft schwer, sowohl Erkrankten als auch Angehörigen. Ein neuer Aktionstag will das ändern und das Thema seelische Gesundheit in den Blickpunkt rücken.

Das Recovery College und das LWL-Klinikum Gütersloh veranstalten am Donnerstag, 1. Februar, den ersten „Tag der Gespräche“. Von 10 bis 15 Uhr sind alle Bürger eingeladen, in das Recovery College im LWL-Klinikum (Haus 55), Buxelstraße 50, zu kommen.

„Wir wollen miteinander ins Gespräch kommen“, sagt Professor Michael Schulz. Der Vorsitzen-

de des Vereins „ReOrGe“ und Stellvertretende Pflegedirektor des LWL-Klinikums hatte die Idee, den in Großbritannien etablierten Aktionstag („Time to Talk-Day“) nach Gütersloh zu holen.

„Im Alltag gehen wir oft darüber hinweg, was die Seele belastet“, sagt Schulz. Er habe die Sorge, dass diese Gespräche immer weniger werden. „Dabei braucht es dafür gar nicht so viel. Nämlich zuhören und in mein Gegenüber hineindenken. Nicht gleich versuchen, das Problem zu lösen“, sagt Schulz und zitiert den Philosophen Martin Buber: „Der Mensch wird am Du zum Ich.“

Drei Räume in dem College sind am 1. Februar geöffnet, auch das weitläufige LWL-Gelände lässt sich für Gespräche und Spaziergänge nutzen. Mehrere Mitarbeiter der Einrichtung stehen parat,

aber auch untereinander können die Besucher ins Gespräch kommen. „Wir wollen das bewusst offen halten“, sagt Andrea Zingsheim vom Recovery College. Angesprochen sind alle Menschen – egal, ob sie sich selbst in einer seelischen Krise befinden (etwa Überforderung im Job), Angehörige sind oder sich einfach so über das Thema mentale Gesundheit austauschen möchte. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Besonders eingeladen seien auch Männer, sagt Prof. Klaus-Thomas Kronmüller, Ärztlicher Klinik für Allgemeine Psychiatrie und Psychotherapie, und Colleg-Dozent. Die Angebote des Recovery College nähmen zu zwei Dritteln Frauen wahr. „Der Tag will daran erinnern, wie wichtig der Austausch und das Verstanden werden sind“, sagt Kronmüller.

Zwar seien wir heutzutage einer Informationsflut ausgesetzt, aber echte Begegnungen fänden nicht ausreichend statt. Die Arbeitswelt sei so verdichtet, es bleibe kaum noch Zeit für einen Plausch. Dabei gäbe es tolle Ideen, wie die Parkbank in Gütersloh, auf die man sich setzen kann, um einfach mal zu reden. „In einigen Cafés gibt es Fähnchen am Tisch, die signalisieren, dass jemand offen für ein Gespräch ist“, sagt Zingsheim. Ein Gespräch über seelische Gesundheit könne Vorurteile abbauen.

„Wir erleben eine gesellschaftliche Verunsicherung. Viele Leute suchen was zum Andocken, was wir am Aufstieg der politischen Extreme sehen. Da wollen wir dagegen halten. Bei uns kann man über seine Sorgen und Ängste reden“, sagt Heike Wilms, Dozentin am Recovery College.

Platz für seelische Sorgen

Kreis Gütersloh (bor). Während über körperliche Erkrankungen oft offen gesprochen wird, sieht es bei den seelischen Sorgen (noch) anders aus, sagt Prof. Klaus-Thomas Kronmüller. „Wir schaffen mit dem Aktionstag einen Raum, um über psychische Gesundheit zu sprechen“, berichtet er.

Die Veranstalter hoffen, dass sich der „Tag der Gespräche“ in

den nächsten Jahren etabliert. „Wir freuen uns über Vorschläge aus anderen Einrichtungen, damit der Tag und seine Botschaft immer mehr ins Bewusstsein der Menschen rücken“, sagt Susanne Schmedthenke vom Recovery College. Ideal wäre es, wenn der Tag irgendwann nicht mehr an Institutionen gebunden sei, wie etwa der Weltfrauentag.

Hintergrund

Als „Fitnesscenter für die Seele“ bezeichnet Prof. Klaus-Thomas Kronmüller das Recovery College OWL. Pro Semester veranstaltet das Kolleg 30 bis 40 Kurse, die sich um die seelische Gesundheit drehen. Einige Dozenten haben selbst Erfahrungen mit psychischen Erkrankungen und können Auswege aufzeigen.

Rund 500 Bürger sind im Verteiler des Kollegs, 300 davon besuchen die Kurse. Finanziert wird die Einrichtung von der Bürgerstiftung Gütersloh, der LWL-Sozialstiftung und der Stiftung für psychisch Kranke und geistig Behinderte, wobei die Förderung als Modellprojekt Ende des Jahres 2026 ausläuft.