



Ausbau der Peer-Arbeit in Thüringen

Kliniken Bad Berka und Bad Tennstedt

Martin Kauxner, Alexander Heiderich und Sabine Müller wollen 2025 die Peer-Arbeit in Thüringen vorantreiben. Zu dem Peer-Team zählt auch die 33-jährige Julia Hecker, die momentan im Mutterschutz ist. Thüringen hat zwei Querschnittszentren: eines in der Klinik für Paraplegiologie und Neuro-Urologie der Zentralklinik Bad Berka und ein zweites in der Rehabilitationsklinik für Neurologie und Orthopädie in Bad Tennstedt.



Martin Kauxner und Sabine Müller, zwei der FGQ-Peers in Bad Berka.

Der 54-jährige Martin Kauxner ist ausgebildeter Ergotherapeut und seit einem Fahrradunfall im Jahr 2011 inkompletter Tetraplegiker in Höhe C3/C4. Kristin Oehler, Psychologische Psychotherapeutin im Querschnittszentrum Bad Berka sprach ihn 2018 an, ob er nicht bei der FGQ mitmachen wolle. Nachdem er selbst recherchiert hatte, entschloss er sich, sich als Peer zu bewerben und nahm Kontakt zur FGQ auf. Er war damit der erste Peer in Bad Berka.

Eigeninitiative

Unterstützt wird Martin von Alexander Heiderich. Der 47-jährige ist seit einem Motorradunfall 1995 sensibel inkompletter Paraplegiker auf Höhe Th4. Seine Lehre zum Großhandelskaufmann mit der Fachrichtung Logistik konnte der damals 17-jährige nicht fortsetzen, da der Ausbildungsbetrieb nicht barrierefrei war. Er ließ sich zum Industriekaufmann umschulen. Ein

eigenes Buchprojekt führte dann zur Selbstständigkeit als Verleger. Diesen Verlag leitet er bis heute erfolgreich.

Als Alexander ein neues Auto benötigte, stellte er fest, dass er bei seinen bisherigen Fahrzeugen immer Kompromisse eingehen musste, weil keines der auf dem Markt verfügbaren Systeme im barrierefreien Fahrzeugumbau ganz seinen Bedürfnissen entsprach. Bei einer Internetrecherche stieß er auf einen niederländischen Ingenieur, der eine passende Lösung im Angebot hatte. Alexander war von diesem maßgeschneiderten Umbau so begeistert, dass er auch andere davon profitieren lassen wollte. Da der Ingenieur mit dem Gedanken spielte, zu expandieren, gründete Alexander eine Firma für Fahrzeugumbau, tat sich mit dem Niederländer zusammen und übernahm den Vertrieb des Systems.

„Bei querschnittgelähmten Kunden kamen immer öfter auch vom Fahrzeugbau unabhängige Fragen bezüglich ihrer Querschnittlähmung auf. Da ich aufgrund meiner langjähri-

gen Erfahrung hier oft Ratschläge geben konnte, keimte in mir der Wunsch, diese Art der Beratung zu professionalisieren“, berichtet Alexander. „Ich hatte im PARAplegiker schon über die Peer-Arbeit gelesen und nahm Ende 2019 Kontakt zur FGQ auf und bewarb mich als Peer.“

Teamverstärkung

Julia Hecker, seit 2013 infolge einer Entzündung im Rückenmark auf Höhe C5 inkomplett querschnittgelähmt, möchte Frischverletzten Hoffnung und Kraft schenken, ihre Erfahrungen teilen und aufzeigen, was alles möglich ist: der Alltag als Mutter, mit Hunden und sportlich aktiv sein als Rugbyspielerin.

Die 54-jährige Sabine Müller, infolge eines Tumors im Spinalkanal seit 2021 inkomplette Paraplegikerin in Höhe Th11/12, unterstützt seit 2024 das Team der FGQ. Bereits während ihrer Akutbehandlung in Bad Berka wurde auch sie von Kristin Oehler gefragt, ob sie sich vorstellen könne, als Peer tätig zu werden. „Ich hatte schon auf Plakaten von der FGQ gelesen und mir vorgenommen, mich dort zu melden, sobald ich nach der Reha bereit dafür war“, erinnert sie sich. Während ihrer Reha in Greifswald erhielt sie viel Unterstützung von Sonja Bade, einer engagierten Übungsleiterin im Paraspport, die vor Energie und Lebensfreude nur so sprühte, wie Sabine berichtet. Gemeinsam spielten sie Para-Basketball, Para-Badminton und genossen zahlreiche Konzerte sowie unvergessliche Sonnenuntergänge am Strand von Lubmin. „Sie zeigte mir, wie viel Spaß das Leben machen kann – ob mit oder ohne Handicap. Hauptsache, man macht es gemeinsam“, erzählt Sabine.



Alexander
Heiderich

„Unser Peer-Team kann durch die unterschiedliche Ausprägung unserer Querschnittlähmungen bei der Beratung eine große Bandbreite abdecken.“

Auch Sonja Bade ermutigte Sabine Müller die Arbeit als Peer in Betracht zu ziehen und ihre Erfahrungen sowie ihre positive Art an andere weiterzugeben. Als Sabine sich schließlich bereit fühlte, nahm sie einige Monate nach ihrer Rückkehr aus der Reha Kontakt zur FGQ auf und bewarb sich als Peer. Sabine sieht ihre dortige Arbeit auch als Möglichkeit, etwas zurückzugeben. Sie möchte all jene unterstützen, die ihr auf ihrem Weg geholfen haben – darunter das Pflegepersonal, Sporttherapeuten, Sozialarbeiter und viele andere. Sie ist Diplom-Designerin und lebt mit ihrer Familie in Bad Berka. Beruflich ist sie im Internationalen Büro der Friedrich-Schiller-Universität Jena als Grafikerin tätig.



Sabine Müller

„Ich hatte schon auf Plakaten von der FGQ gelesen und mir vorgenommen, mich dort zu melden.“

Starke Truppe

Da sich das Peer-Team noch im Aufbau befindet, hat die Tätigkeit in Thüringen noch keine lange Historie. Auffällig ist jedoch: Alle drei Peers haben große Lust auf diese Aufgabe und überlegen intensiv, wie sie die Peer-Arbeit gestalten und dazu beitragen können, die Betroffenen in der Klinik und zu Hause zu unterstützen. „Martin ist Ergotherapeut und bringt daher einen sozialen beruflichen Hintergrund mit und auch die nötige Sensibilität im Umgang mit Behinderungen. Durch die unterschiedliche Ausprägung unserer Querschnittlähmung können wir in der Beratung eine große Bandbreite abdecken. Mit Sabine haben wir eine starke Frau an Bord, die nicht nur bei frauenspezifischen Themen mit Rat und Tat zur Seite stehen kann. Ich kann auf eine lange Zeit mit Querschnittlähmung zurückblicken und kenne mich natürlich mit dem Fahrzeugumbau gut aus“, fasst Alexander die Stärken des thüringischen Teams zusammen.

Sabine schätzt die Ruhe und Souveränität von Martin, die große Kompetenz im Bereich Fahrzeugumbau von Alexander und bei sich selbst die Kreativität: „Durch meinen Beruf als Grafikerin bin ich sehr ideenreich, spontan und kann schnell neue Gedanken hervorzaubern.“

Peer-Arbeit vor Ort

In Bad Berka finden bisher hauptsächlich Einzelgespräche statt. Die drei Peers sind einmal im Monat im Querschnittszentrum, bekommen von der psychologischen Abteilung der Klinik eine Liste von Patienten, die Beratungsbedarf haben, und besuchen diese dann in ihren Zimmern. Außerhalb dieser Zeit sind sie telefonisch für Ratsuchende erreichbar. Häufig kommen auch die Angehörigen auf die Peers zu, da sie ebenfalls traumatisiert sind, jedoch oftmals bereits frühzeitig und ganz pragmatisch an die Zeit nach dem Klinikaufenthalt denken.

„In der ersten Phase ist es wichtig zuzuhören, die Betroffenen zu ermutigen und positive Energie sowie Zuversicht zu vermitteln“, verdeutlicht Martin die Aufgabe der Peers beim Erstkontakt. Alexander engagiert sich auch in der 60 Kilometer

von Bad Berka entfernt liegenden Klinik in Bad Tennstedt und ist bisher dort der einzige Peer. Angesprochen auf die Motivation für die Peer-Arbeit, sind sich Alexander und Martin einig: „Es ist immer schön zu sehen, wenn man jemandem weitergeholfen hat und man merkt, dass es ihr oder ihm nach dem Gespräch besser geht.“

Martin freut sich über die positive Entwicklung von Menschen, die er beraten hat. So zum Beispiel als er von einer Familie las, die auch dank seiner Beratung durch eine Unterstützung im Rahmen der Einzelfallhilfe der FGQ ihr Badezimmer rollstuhlgerecht umbauen lassen konnte und zu Hause „angekommen“ ist. „Als ich dann im PARaplegiker über die Umsetzung der Hilfe gelesen habe, war ich ganz gerührt“, erinnert sich Martin.

Sabine war sehr ergriffen, als zwei ältere Damen nach einem netten Beratungsgespräch sie zu ihrem Vorbild für den positiven Umgang mit der Querschnittlähmung erklärten. Diese Erfolgserlebnisse motivieren alle im Team, die Peer-Arbeit in Thüringen weiter auszubauen.



Martin Kauzner

„In der ersten Phase ist es wichtig zuzuhören, die Betroffenen zu ermutigen und positive Energie sowie Zuversicht zu vermitteln.“

Zukunftspläne in Thüringen

Zukünftig sollen auch die Gruppenaktivitäten verstärkt werden. „Die Ergotherapieabteilung organisiert wöchentlich ein Kaffeetrinken für die Patienten. In der Adventszeit im letzten Jahr sind wir mit Christstollen und kleinen Weihnachtsgeschenken der FGQ dazugestoßen. Sehr gerne wollen wir in Zukunft regelmäßig dabei sein“, erklärt Sabine. Ziel des Teams ist es vor allem, die Sichtbarkeit der Peers in der Klinik zu erhöhen und ratsuchende Selbstbetroffene und Angehörige zu ermutigen, das ehrenamtliche Beratungsangebot der FGQ zu nutzen.

Maris Metz



Kontakt:

badberka@fgq-beratung.de

badtennstedt@fgq-beratung.de