Treffpunkte

Zeitschrift für Gemeindepsychiatrie in der Rhein-Main-Region

3 / 2019

ALLTAGSHELFER
Soziale Netzwerke für ein gutes Leben

- **Mobilität in der Gemeindepsychiatrie**
  Jobticket bewährt sich
- **Der Weg aus dem Sumpf**
  Sich selbst und andere treffen
- **Plötzlich Laienhelfer**
  Erfahrungen einer pensionierten Sozialarbeiterin
- **Das Märchen vom Schweigen**
  Die Zukunft bringt, was die Vergangenheit von der Gegenwart übrig lässt
- **Fragebogen**
  Sieben Fragen an Alexander Haug

Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie Frankfurt am Main e.V.

Herausgegeben von der Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie Frankfurt am Main e.V.

Die Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie Frankfurt am Main e. V.

hat sich seit ihrer Gründung im Jahr 1970 zur Aufgabe gemacht, die Situation psychisch kranker Menschen in Frankfurt am Main zu verbessern und deren gleichberechtigte Teilnahme im städtischen Leben und das Miteinander in der Gesellschaft zu fördern.

Hierzu wurden von der Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie Frankfurt am Main im Lauf der Jahre viele Projekte initiiert sowie Dienste und Einrichtungen gegründet. Heute stellen wir im Süden der Stadt ein umfangreiches Hilfe-, Beratungs- und Unterstützungsangebot im Rahmen der gemeindepsychiatrischen Versorgung der Großstadt Frankfurt am Main zur Verfügung.

Mit rund 50 angestellten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sowie ehrenamtlichen Kräften betreiben wir folgende Dienste und Einrichtungen: Betreutes Wohnen, die Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle Süd, eine Tagesstätte, ein Wohnheim und den offenen »Treffpunkt Süd« im traditionsreichen Teplitz-Pavillon in Frankfurt am Main-Sachsenhausen. Die Dienste und Einrichtungen bieten psychisch kranken Menschen Unterkunft, psychosoziale Betreuung und Beratung sowie die Möglichkeit, ihren Tag zu strukturieren, Zeit sinnvoll zu gestalten und mit anderen Menschen ins Gespräch und in Kontakt zu kommen.

Der Psychosoziale Krisendienst, für das gesamte Stadtgebiet organisiert von der Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie Frankfurt am Main, sichert außerhalb der allgemeinen Dienstzeiten der Beratungsstellen und sonstigen Dienste in Notlagen psychosoziale Hilfe und vermittelt bei Bedarf ärztliche Hilfe. Er wendet sich an Menschen mit psychischen Erkrankungen und seelischen Behinderungen, die an einer akuten ernsthaften Störung ihrer seelischen Gesundheit leiden, sowie deren Angehörige, Freunde, Bekannte und Nachbarn.

Von Anfang an war die Öffentlichkeitsarbeit ein wichtiges und satzungsmäßiges Anliegen des Vereins. So existiert seit über vier Jahrzehnten die von der Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie Frankfurt am Main herausgegebene Zeitschrift für Gemeindepsychiatrie »Treffpunkte«. Die Publikation sieht sich als Forum für alle Akteure der Sozialpsychiatrie. Die »Treffpunkte« bieten Berichte und Essays zu aktuellen sozialpolitischen Themen, diskutiert allgemeine Entwicklungen, stellt Betrachtungen zu Kunst und Kultur an, ist Plattform für Fachleute, Betroffene und Angehörige. Besonderes Gewicht liegt in der Berichterstattung auf Themen aus der Region Rhein-Main und Hessen. Dies wird untermauert durch die Kooperation der Zeitschrift mit der Stiftung Lebensräume in Offenbach am Main, die in einer eigenen Rubrik ihre Themen vorstellt.

Die Arbeit der Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie Frankfurt am Main wird finanziert durch Leistungsentgelte für die erbrachten Einzelangebote, durch Zuschüsse der Stadt Frankfurt am Main und des Landeswohlfahrtsverbandes Hessen sowie durch Mitgliedsbeiträge und Spenden.

Der Vorstand der Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie Frankfurt am Main e. V. setzt sich zusammen aus Stephan von Nessen, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie (1. Vorsitzender), Regina Stappelton (2. Vorsitzende) sowie den weiteren Vorstandsmitgliedern Gabriele Schlembach, Kirstin von Witzleben-Stromeyer und Bernard Hennek. Geschäftsführer der Bürgerhilfe ist Gerhard Seitz-Cychy.

www.bsf-frankfurt.de

Impressum

Treffpunkte
Frankfurter Zeitschrift für Gemeindepsychiatrie
Ausgabe 2/2019

Konzept
Die Zeitschrift ist ein Forum für alle Beteiligten in der ambulanten, teilstationären und stationären Psychiatrie sowie in der Sozialpsychiatrie. Die Zeitschrift berichtet über allgemeine Entwicklungen; das besondere Gewicht liegt auf regionalen Aspekten der Rhein-Main-Region.

Gründer
Christof Streidl (1939-1992)

Herausgeber
Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie Frankfurt am Main e. V.
Holbeinstraße 25-27, 60596 Frankfurt am Main
Telefon 069 96201869, Fax 069 627705
gst@bsf-frankfurt.de
www.bsf-frankfurt.de

Redaktionsteam
Chrichel Gilcher, Konrad Hertrampf, Andrea Kempf, Stephan von Nessen, Gerhard Pfannendörfer, Gerhard Seitz-Cychy

Chefredaktion
Gerhard Pfannendörfer
Eichwaldstraße 45, 60385 Frankfurt am Main
gerhard.pfannendoerfer@gmail.com

Druck
druckwerkstatt Rödelheim, Biedenkopfer Weg 40a
60489 Frankfurt am Main
Telefon 069 907498-0, Fax 069 90749825
dwr@frankfurter-verein.de
www.frankfurter-verein.de/
frankfurter-verein/rwr/rwr.html

Layout, Satz und Gestaltung
Bettina Hackenspiel / bettin@hackenspiel.de

Titelseite
Alltägliche Netzwerke wie Familie, Freunde und Nachbarschaft können viel zur psychischen Gesundheit beitragen.
Foto Gerhard Pfannendörfer

Erscheinungsweise
Die Zeitschrift erscheint vierteljährlich.

Auflage
1.000 Exemplare

Einzelpreis
Die Zeitschrift kostet 5,- Euro einschließlich Versandpauschale.

Abonnement
Das Jahresabonnement kostet 21,- Euro einschließlich Versandkosten. Das Abonnement kann bis zum 31. Dezember jedes Jahres gekündigt werden. Bestellungen bitte an den Herausgeber.

Förderabonnement
Mit einem Förderabonnement ab 30,- Euro jährlich kann die Zeitschrift unterstützt werden.

Anzeigen
Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie Frankfurt am Main e. V.
Holbeinstraße 25-27, 60596 Frankfurt am Main
Telefon 069 96201869, Fax 069 627705
gst@bsf-frankfurt.de
www.bsf-frankfurt.de

Bürgerhilfe
Sozialpsychiatrie
Frankfurt am Main e.V.

»Nur Bürger integrieren Bürger.«

Prof. Dr. Dr. Klaus Dörner, deutscher Psychiater und Historiker (geb. 1933)

Liebe Leserin, lieber Leser,

eine Gefahr professionellen Handelns ist eine gewisse Betriebsblindheit, die als »Déformation professionnelle« (»berufliche Entstellung«) bekannt und den Profis auch in der Psychiatrie dennoch nicht immer bewusst ist. Zumal gerade in der gemeindeorientierten Arbeit mit ihren größtenteils ambulanten Angeboten psychisch kranke Menschen die weit überwiegende Zeit – glücklicherweise? - nicht in professionellen »Settings« verbringen. Dann haben sie Kontakt mit Angehörigen, Nachbarn und Freunden. In ihrem Alltag spielt oft das Personal von Läden, Friseurgeschäften und die Zufallsbekanntschaften im Café und auf der Straße eine bedeutsame Rolle. Diese alltäglichen »Netzwerke« wurden von der Wissenschaft lange unterschätzt, was sich jedoch langsam zu ändern beginnt. Die Beiträge zum Thema »Alltagshelfer« in diesem Heft zeigen die unterschiedlichen Facetten solch stützender Kontakte auf.

Gerhard Pfannendörfer
Chefredaktion »Treffpunkte«
gerhard.pfannendoerfer@gmail.com

Inhalt

Editorial

1 **Hilfe im Alltag**
Von Gerhard Pfannendörfer

Magazin

3 **Mobilität in der Gemeindepsychiatrie**
Jobticket bewährt sich bei der Bürgerhilfe
Von Gerhard Seitz-Cychy

Thema

4 **Unser tägliches Netz**
Informelle Hilfen psychisch erkrankter Menschen
Von Annett Kupfer

10 **Der Weg aus dem Sumpf**
Sich selbst und andere treffen
Von Wilhelm Duscheck

13 **Eine Psychose ist eine Psychose**
Wenn Alltagskontakte stimmen und Profis ihre Arbeit verstehen, kann psychische Gesundheit wieder hergestellt werden

16 **Plötzlich Helfer im Alltag**
Erfahrungen einer Sozialarbeiterin in der nachberuflichen Phase
Von Christel Gilcher

18 **»Ich gehöre hierher«**
An der Nordsee werden berufsbegleitend Alltagshelfer ausgebildet
Von Christian Andrae

Forum

22 **Das Märchen vom Schweigen**
Von Alois Perlenfein

23 **Die Zukunft bringt, was die Vergangenheit von der Gegenwart übrig lässt**
R. O. Wenzel

Informationen

24 **Rhein-Main-Kaleidoskop, Zitat, Unser psychiatrischer Alltag, Themenhefte, Notizen, Kennzahlen**

Fragebogen

32 Sieben Fragen an Alexander Haug

Mobilität in der Gemeindepsychiatrie

Jobticket bewährt sich bei der Bürgerhilfe

Von Gerhard Seitz-Cychy

Das Jobticket ist für alle Beteiligten ein Gewinn, wie das Beispiel der Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie Frankfurt am Main zeigt.

Unternehmen und Organisationen mit mindestens 51 Mitarbeitenden können das Jobticket des Rhein-Main-Verkehrsverbundes nutzen.

Im großstädtischen Raum ist eine Veränderung der Mobilität und massenhaften Fortbewegung bitter notwendig, weg vom Individual-Auto-Verkehr (1 Auto = 1 Mensch), hin zu anderen Formen: Fahrrad, Laufen, Carsharing - und allen voran Busse und Bahnen.

Diese gesellschaftspolitische Binsenweisheit macht auch nicht halt vor Organisationen wie der Bürgerhilfe für Sozialpsychiatrie Frankfurt am Main e. V., deren Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in fortdauernder Bewegung zu und von ihren Betreuten, Klienten, Kunden, Partnern, Gremien usw. sein müssen.

Schon länger wurde daran gearbeitet, hierbei die individuelle »PKW-Mentalität« zurückzufahren, zunächst durch Beteiligung an verschiedenen Carsharing-Systemen oder Zuschüssen für Fahrkarten.

Beim Carsharing war und ist die Beteiligung und Nutzungsbereitschaft in der Belegschaft eher durchwachsen und abhängig von der persönlichen Affinität zu überwiegend digitalen Formen der Buchung. Hier läuft praktisch alles online und - wenn man's mal eingerichtet hat - eigentlich super einfach.

Ein wirklicher Durchbruch der Veränderung war die im Sommer 2018 abgeschlossene Jobticket-Vereinbarung mit dem Rhein-Main-Verkehrsverbund (RMV). Seit einigen Jahren bietet der RMV auch kleineren Firmen ab 51 Mitarbeitenden dieses Jobticket an. Früher war die Grenze 100 Beschäftigte, also für die Bürgerhilfe (noch) nicht erreichbar.

Alle dauerhaft beschäftigten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter können nun ein Jobticket bekommen, welches im gesamten RMV-Gebiet gilt und darüber hinaus noch die Mitnahme einer weiteren Person ab 19 Uhr und am Wochenende beinhaltet. Bei der Bürgerhilfe wird den Beschäftigten dieses Paket für unter 50 Euro monatlich angeboten, was ansonsten weit über 200 Euro monatlich kosten würde. Das Ticket kann außer zum dienstlichen Gebrauch und Weg zur Arbeit natürlich auch privat genutzt werden.

Die bisherige Erfahrung zeigt, dass damit alle glücklich sind: Es ist günstig, praktisch, dient der Umwelt und beflügelt ein wenig die Hoffnung, Personal für die Bürgerhilfe zu gewinnen und zu binden. Der Organisation entstehen dadurch Mehrkosten in knapp fünfstelliger Höhe, die aber nach Meinung aller Beteiligten gut investiert sind.

Fazit: Zur Nachahmung empfohlen. Nebenwirkungen: Entlastung des Frankfurter Verkehrschaos, Schonung der eigenen Nerven, Vermeidung von zeitraubender Parkplatz-Suche usw. usw.

Gerhard Seitz-Cychy
ist Geschäftsführer der Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie Frankfurt am Main e. V.
www.bsf-frankfurt.de

Unser tägliches Netz

Informelle Hilfen psychisch erkrankter Menschen

Von Annett Kupfer

Sozialpsychiatrie als spezielle Sichtweise und grundlegende Forderung an die gesamte Psychiatrie – mit Dörners Worten: »Psychiatrie ist soziale Psychiatrie oder sie ist keine Psychiatrie« – ist eng mit der Bedeutung sozialer Faktoren verbunden.

Vor nicht einmal 40 Jahren beginnt man in der Psychiatrie zu ahnen, was Lebensumstände, mitmenschliche und materielle Verhältnisse, was das Haus, in dem man wohnt, die Nachbarschaft, der Arbeitsplatz usw. in gesunden und kranken Tagen bedeuten.

Sozialpsychiatrie sucht psychisch kranke Menschen in und mit ihrem sozialen Umfeld zu verstehen und zu behandeln. Dafür werden Wechselwirkungen zwischen sozialen, psychologischen und biologischen Faktoren (biopsychosoziales Modell) in den Blick genommen und sowohl Familie und Freunde als auch die Wohn- und Arbeitssituation gezielt in die Prävention und Behandlung psychischer Störungen mit aufgenommen (Kupfer/Nestmann 2018).

Soziale Beziehungen und psychische Gesundheit

Dass eindeutige Zusammenhänge zwischen dem Unterstützungsgehalt aus informellen Beziehungen und physischer wie psychischer Gesundheit und Wohlbefinden bestehen, konnte eine Vielzahl der in den letzten Jahren publizierten Studien zeigen.

Dabei waren weniger die Anzahl und Menge der Menschen, mit denen wir in Kontakt stehen oder andere Merkmale von Netzwerkstrukturen einflussreich. Gesundheitsförderlich scheinen vielmehr der Ressourcengehalt und die aus den Beziehungen gewonnene Unterstützung zu sein. Für uns wichtige Andere nehmen beispielsweise über normative Prägungen (Beeinflussung, gemeinsame Wertvorstellungen), aber auch Formen der Kontrolle (Gruppendruck) Einfluss auf unser Gesundheitsverhalten und damit unsere Gesundheit selbst.

Vertrauensvolle Beziehungen stärken aber auch das Selbstwertgefühl, in dem sie u. a. Gefühle der Zugehörigkeit vermitteln und wirken darüber positiv auf psychische Gesundheit (Kupfer 2015, 2016).

Schließlich kann soziale Unterstützung physiologische Prozesse und in der Konsequenz auch psychisches Wohlbefinden beeinflussen. So zeigen Metaanalysen, dass das relative Risiko zu einem gegebenen Zeitpunkt zu sterben für weniger sozial integrierte Personen höher ist, die Lebenserwartung von verwitweten Personen sinkt und beim Tod des Partners oder der Partnerin Depressionen, Immunschwäche bis hin zu Suizidalität zunehmen.

Auch zwischen Belastung(serleben), psychischer Krankheit, psychischem Wohlbefinden und sozialer Unterstützung sind deutliche Zusammenhänge in einer Vielzahl von Studien belegt. Besonders häufig wird hier der Zusammenhang zwischen Depressionen und sozialer Unterstützung untersucht, wobei Depressivität häufig mit niedriger sozialer Unterstützung einhergeht (Schwarzer/Leppin 1989).

Bei Menschen mit schizophrener Erkrankung scheint beispielsweise ausreichende soziale Unterstützung das Risiko für die Entwicklung von Rezidiven zu mindern, Symptome abzuschwächen, weniger Zeit im Krankenhaus zu bedingen und mehr als sinnvoll konnotierte Arbeitsverhältnisse zur Folge zu haben (Klug 2005). Schließlich zeigen Längsschnittuntersuchungen, dass ein gehäuftes Erleben von negativen Lebensereignissen und geringe soziale Ressourcen mit einem schlechteren Verlauf von depressiven Erkrankungen einhergehen. Soziale Beziehungen, informelle Hilfen und psychische Gesundheit wie Krankheit scheinen somit in einem direkten Verhältnis zueinander zu stehen.

Alltagskontakte können Menschen gegen krankmachende Lebensumstände wappnen und heilende Wirkungen entfalten.

Soziale Netzwerke und soziale Unterstützung

Unter einem »sozialen Netzwerk« kann zunächst ganz allgemein die Gesamtheit sozialer Beziehungen zwischen einer definierten Menge von Rollen, Organisationen und Menschen verstanden werden (Röhrle 1994).

> » Nicht die Anzahl, sondern die Qualität unserer Kontakte und Netzwerke ist entscheidend «

Alle Personen, mit denen ein Mensch zu einem bestimmten Zeitpunkt in Verbindung steht, gehören zu dessen sozialem Netzwerk. Dazu können zählen: Familienmitglieder und Verwandte, Partner oder Partnerin, Freunde und Bekannte, Nachbarn, Mitglieder eines Vereins oder andere Personen, die regelmäßig oder sporadisch getroffen werden.

Menschen sind, so das metaphorische Bild, wie in einem Fischernetz die Knoten miteinander verknüpft, manche direkt, andere indirekt – wobei sich eben diese Knoten an charakteristischen Wendepunkten, wie der Geburt eines Kindes aber auch dem Eintritt in eine längere Krankheitsphase, lösen und neu bilden können (Hass/Petzold 1999). Dabei kann das persönliche, um Ego zentrierte Netzwerk auf folgenden Ebenen beschrieben werden (u. a. Laireiter 2009):

- der Struktur: Größe, Dichte und Verbundenheit, Heterogenität etc.
- den interaktionalen Merkmalen: Richtung und Gegenseitigkeit der Beziehungen, Beziehungsrollen, Dauer und Stabilität der Beziehungen, Häufigkeit der Kontakte und Intensität der Beziehung etc.
- den Funktionen: soziale Regulation und Kontrolle, soziale Unterstützung, soziale Integration, Entwicklung und Sozialisation, Belastungen und Konflikte etc.

Funktion sozialer Netzwerke

Soziale Beziehungen und soziale Interaktionen befriedigen, so die einhellige Meinung der Wissenschaft, die grundlegenden Bedürfnisse von Menschen nach Zunei-

gung, Identität, Sicherheit, Informationen und Rückhalt etc. Sie geben Kraft und Stärke zur Lebensbewältigung, stabilisieren Befinden und helfen, psychische und somatische Gesundheit aufrecht zu erhalten (Haupteffekt).

Statt wie lange in der psychiatrischen Familienforschung geschehen, deformierte oder deviante Interaktionsformen aufdecken und auf die »Pathologie sozialer Beziehung« blicken zu wollen, werden über die Hinwendung zum »Social Support« gesunde Beziehungsaspekte in den Vordergrund gerückt. Soziale Unterstützung sind dann, so Badura (1981, S. 157) »Fremdhilfen, die dem Einzelnen durch Beziehungen und Kontakte mit seiner Umwelt zugänglich sind und die dazu beitragen, dass Gesundheit erhalten bzw. Krankheit vermieden, psychische oder somatische Belastungen ohne Schaden für die Gesundheit überstanden und die Folgen von Krankheit bewältigt werden« (Badura 1981, S. 157).

» Menschen sind wie in einem Fischernetz über Knoten miteinander verknüpft «

Soziale Unterstützung kann über die Verfügbarkeit von bestimmten Personen (und darüber auch Gütern) als gesundheitsfördernde, ich-stärkende Ressource in Erscheinung treten und bei Problembewältigung und Gesundheitserhaltung unterstützen (Caplan 1974).

Soziale Unterstützung kann aber auch als subjektives Gefühl »unterstützt zu werden«, über Verhalten wie emotionale Zuwendung oder finanzielle Hilfe oder als erlebte Bedürfnisbefriedigung ihre positive Wirkung entfalten (ausführlicher in Kupfer 2015).

Neben dem Haupteffekt sozialer Unterstützung kann soziale Unterstützung auch als Puffer zwischen kritischen Lebensereignissen und Belastungen und darauffolgenden (krankmachenden) Stresserfahrungen und Belastungsfolgen rücken. So können helfende Andere sowohl bei der Bewertung der Belastungssituation als auch der Bewältigung der Situation selbst schützend und unterstützend wirken (Puffereffekt, Kupfer/Nestmann 2015).

Soziale Netzwerke psychisch erkrankter Menschen

Studien zu sozialen Netzwerken psychisch erkrankter Menschen beschreiben die sozialen Netzwerke häufig – im Vergleich zu Netzwerken der »Normalbevölkerung« – als kleiner und mit einer geringeren Anzahl an Kontakten sowie weniger schwachen Beziehungen ausgestattet. »Schwache Beziehungen« (weak ties) können Brücken zu anderen, sonst unverbundenen Cliquen ermöglichen (Granovetter 1973).

Dies trifft vor allem für Patienten mit Schizophrenie sowie psychiatrische Langzeitpatienten zu. Die Erkrankten berichten zudem im Vergleich zur gesunden Gesamtbevölkerung von einer als geringer wahrgenommenen sozialen Unterstützung. Vor allem chronisch Kranke sind mit der erhaltenen Unterstützung weniger zufrieden. Die wichtigsten informellen Helfer von chronisch psychisch kranken Menschen stammen dabei oft aus der Herkunftsfamilie. Der Anteil externer, die Familiengrenzen überschreitenden Beziehungen, ist oft geringer (u. a. Angermeyer/Lammers 1986, Angermeyer 1989, Ibes/Klusmann 1989, Klusmann/Angermeyer 1989, Klug 2005, Modrow 2018).

Bei Patienten mit längerer Krankheitsgeschichte rekrutieren sich die Personen des Netzwerks zu einem nicht geringen Teil aus Mitpatienten oder Angehörigen anderer gesellschaftlicher Randgruppen. Die an Schizophrenie erkrankten Befragten gaben an, weniger Freunde zu haben, mit denen sie etwas unternehmen können, sie fühlten sich weniger verstanden, weniger gebraucht, vermissten positive Bestätigung und Möglichkeiten, sich mit anderen Menschen auseinanderzusetzen und von anderen zu lernen.

Die bestehenden Beziehungen sind selten multiplex, sie stellen also nur selten mehrere, unterschiedliche Unterstützungsleistungen bereit. Zudem mangelt es den Hilfebeziehungen häufig an Reziprozität, so dass Patienten teils in einseitiger Abhängigkeit von ihren Eltern oder anderen zentralen Personen leben, auf deren Unterstützung sie in hohem Maße angewiesen sind. Nur wenige Erkrankte verfügten über dauerhafte Beziehungen mit Zukunftsperspektiven, womit die persönlichen Beziehungen als eher kurzlebig und störanfällig beschrieben wurden.

Die Befragten mit schizophrener Erkrankung fanden zudem bei den Beziehungspartnern weniger soziale Unterstützung als »Normalpersonen«, aber auch als andere psychiatrische Patienten. Nur ein Drittel verfügte über eine Person, bei der sie Trost finden konnte, ein Drittel konnte niemanden für spontane Besuche nennen und ein Fünftel hatte niemanden, um offen zu reden.

Immer wieder wird von einem Mangel an Selbstwertbestätigung und mangelnder Anerkennung durch andere berichtet. Das für Gesundheit so grundlegende Gefühl, über mindestens eine zuverlässige Beziehung zu verfü-

gen, in der Hilfe und Unterstützung ohne sofortige Gegenleistung möglich ist, fehlt immerhin einem Drittel der Befragten. Zwischen 70 und 90 Prozent betrachten diesen Zustand als unbefriedigend.

Besonders tragend erscheinen diese Ergebnisse mit dem Wissen, dass die Prognosen für jene Patienten günstiger sind, die über ein funktionierendes soziales Unterstützungsnetzwerk verfügen. Am besten belegt zeigt sich das für »Institutionskarrieren«, also das Rehospitalisierungsrisiko sowie die Dauer und Frequenz stationärer Aufenthalte, aber auch der klinische Verlauf und das Niveau der sozialen Adaption sinkt mit zunehmender Unterstützung aus dem sozialen Umfeld.

Ungünstige Verläufe häufen sich bei Erkrankten, die sozial entwurzelt (Geflüchtete, Heimatvertriebene) oder in belasteten Familienverhältnissen aufgewachsen sind und bei unverheirateten, geschiedenen und kinderlosen Patienten; während bei intakter Ursprungsfamilie, stabiler Ehe und ungestörten Sozialkontakten die Prognose günstiger sein soll.

Warum wir Netzwerke brauchen

Auf die Frage, warum die sozialen Netzwerke eben jene beschriebene Struktur aufweisen, finden sich unterschiedliche Antworten. Sozialer Rückzug kann beispielsweise ein Symptom schizophrener Psychosen sein. Negative Symptome wie Affektverflachung, Apathie oder Anhedonie können mit der Größe des Netzwerks, dem Grad an Multiplexität, Reziprozität und Instrumentalität der Beziehungen sowie der Kontaktfrequenz in Zusammenhang stehen.

Sozialer Rückzug kann aber auch eine autoprotektive Strategie darstellen. Studien aus dem Bereich der Expressed-Emotions-Forschung konnten hierzu zeigen, dass emotionales Überengagement, aber auch feindselige, aggressive Äußerungen das Risiko von Rückfällen und Rehospitalisierungen erhöhen. Das legt die Vermutung nahe, dass die den Beziehungen anhaftende emotionale Intensität auch eine Überforderung darstellen kann und der Rückzug als eine Art Selbstschutz eine solche Überstimulierung vermeiden soll.

Sozialer Rückzug kann aber auch Ergebnis der Auseinandersetzung mit den sozialen Konsequenzen der Schizophrenie sein und eine Folge der von Patienten selbst erfahrenen Stigmatisierungen durch die Umwelt darstellen. Sozialer Rückzug ist dann eine Strategie das Stigma zu bewältigen. Dabei kann sozialer Rückzug jedoch zum Abbau sozialer Fertigkeiten führen, der seinerseits das Risiko eines Rückfalls erhöht.

Schließlich kann die Verkleinerung des Netzwerks und die Verminderung sozialer Unterstützungsstrukturen auch eine Folge der Reaktionen aus der sozialen Umwelt sein. Informelle Helfer können Schwierigkeiten damit haben, sich in die Position des Erkrankten hineinzuversetzen und seine Sichtweise der Welt zu teilen. Aus Unbehagen, Verunsicherung, Irritation oder Angst wird so vielleicht der Kontakt lieber vermieden. Als Gründe für einen Rückzug hilfreicher Anderer können auch die fehlende Beziehungsinitiative der/des Erkrankten oder fehlende gemeinsame Themen und Interessen gelten.

> »Soziale Netzwerke können auch eine Quelle von Stress sein«

Auf die Frage, wie das optimale Netzwerk für Menschen mit psychischen Erkrankungen aussehen kann, ist eine Antwort kaum möglich. So kann beispielsweise nicht gelten, »je größer desto besser«, da bei einer Zunahme an Beziehungspersonen auch zugleich ein höheres Engagement von Ego gefordert wäre. Zudem sind soziale Netzwerke nie nur Unterstützungssysteme, sondern immer auch Quellen von Stress.

Was sich zumindest in der Literaturübersicht zeigt, ist die notwendige Abkehr von einer Idealvorstellung eines sozialen Netzwerks, die für alle gelten kann. So entspricht die optimale Beziehungskonstellation für Menschen mit schizophrener Erkrankung nicht unbedingt unserer Idealvorstellung, auch wenn sich Patienten häufig an dieser Idealnorm (Freundeskreis, Partnerschaft) messen.

Eine kleine Orientierung bietet aber doch Angermeyer (1995). Ihm zufolge sei ein weder zu loses noch zu enges, sondern eher locker geknüpftes Netzwerk ideal für Menschen mit schizophrener Erkrankung. Erkrankte können sich aus diesen Netzwerken einerseits nicht zu leicht zurückziehen und isolieren, andererseits aber sehr wohl vorübergehend auf Distanz gehen (Kupfer 2015).

Folgerungen für die psychiatrische Praxis

Psychiatrische Rehabilitation möchte psychisch Erkrankten wenigstens teilweise die Rückkehr in das Leben innerhalb der Gemeinde und in Arbeit und Beruf ermöglichen, womit Rehabilitationsmaßnahmen auch immer auf soziale Netzwerke und Integration abzielen. →

Mögliche Ansatzebenen finden sich hier in unterschiedlichen Formen und Ebenen der Netzwerkintervention (Kupfer/Nestmann 2016, Röhrle/Sommer/Nestmann 1998), die auf die Veränderung sozialer Netzwerke abzielen und beispielsweise die Förderung sozialer Unterstützung und die Aktivierung von Hilfepotenzialen im vornehmlich natürlichen Netzwerk anvisieren können.

Besonders für psychisch erkrankte Menschen kann der Kontakt zu Menschen außerhalb des institutionellen Kontextes wichtig sein und über Netzwerkinterventionen hergestellt werden. Auf die Adressaten bezogen können hierbei soziale Kompetenztrainings eingesetzt werden. Auf das soziale Umfeld bezogen können Veränderung bestehender Netzwerke angezeigt sein, wenn

- die Veränderungen des Gesundheitszustandes des erkrankten Menschen wesentlich vom Verhalten einzelner Mitglieder des bestehenden Netzwerks abhängig sind,
- das bestehende Netzwerk Stärkung und Stützung zur Bewältigung langfristiger Betreuungsleistungen bedarf,
- das Gesundheitsproblem der betroffenen Person oder bestimmte externe Interventionen stigmatisierend wirken (z.B. psychische Erkrankung),
- große soziale und kulturelle Distanz zwischen der erkrankten Person und netzwerkexternen Unterstützeren besteht.

Dass Ersetzen bestehender Netzwerke kann angezeigt sein, wenn das Netzwerk verarmt, beschädigt oder konfliktbeladen ist, unerwünschtes Verhalten bei der erkrankten Person verstärkt, kein Erfahrungswissen vorhanden ist, der Unterstützung durch professionelle Helfer bedarf. Mögliche Strategien können sein:

- eine systematische Familientherapie, mit dem Ziel, die Kompetenz der Angehörigen im Umgang mit psychisch Erkrankten in Konfliktsituationen des Alltags zu steigern
- eine Paartherapie, da über die Bearbeitung von möglicherweise vorhandener Partnerschaftskonflikte sich auch bessere Therapieerfolge in der Behandlung zeigen
- Familieninterventionsprogramme, durch die Angehörige unterstützt und entlastet sowie Kompetenzen für den Umgang mit psychisch kranken Familienmitgliedern vermittelt werden (»support of the supporter«)
- Interventionen bei der Arbeitswelt: So gilt die Arbeitswelt als wichtiger Bereich des sozialen Netzwerks. Nicht selten stellt es für Patienten das ideale Kommunikationsfeld dar, indem sich Distanz individuell einspielen kann und unter dem Schutz instrumenteller Tätigkeitsgemeinschaften steht
- Netzwerktherapie
- Laienhelfer für Besuchsdienste und Nachbarschaftshilfe gewinnen
- Aufklärungs- und Schulungsprogramme in der Öffentlichkeit

Resümee

Informelle Hilfen sind ohne Frage und Einschränkung bedeutsam und grundlegend für psychische Gesundheit und Wohlbefinden und auch von weiter entfernten alltäglichen Helfern wie Taxifahrern, Frisören, Barkeepern – oft unbemerkt und unterschätzt – geleistet werden (Nestmann 1988, 2005).

Dr. Annett Kupfer
arbeitet als wissenschaftliche Mitarbeiterin am Institut für Sozialpädagogik, Sozialarbeit und Wohlfahrtswissenschaften der Technischen Universität Dresden. Ihre Arbeits- und Forschungsschwerpunkte liegen in den Bereichen Beratung, soziale Netzwerke und soziale Unterstützung, Bewältigungsforschung, Ressourcen und Empowerment sowie Intersektionalität.
Annett.Kupfer@tu-dresden.de

Empfehlenswerte Literatur

Angermeyer, M. C. (1989): Soziales Netzwerk und Schizophrenie. In: Angermeyer, M. C./Klusmann, D. (1989): Soziales Netzwerk. Ein neues Konzept für die Psychiatrie. Berlin u.a.: Springer, S. 188–206.

Angermeyer, M. C. (1995): Ergebnisse der Forschung zum sozialen Netzwerk schizophrener Kranker. In: Häfner, H. (Hg.): Was ist Schizophrenie? Stuttgart: Gustav Fischer, S. 171–188.

Angermeyer, M. C./Lammers, R. (1986): Das soziale Netzwerk schizophrener Kranker. In: Zeitschrift für Klinische Psychologie, Psychopathologie und Psychotherapie, 34, S. 100–118.

Badura, B. (1981): Sozialpolitik und Selbsthilfe aus traditioneller und sozialepidemiologischer Sicht. In: Badura, B./Ferber, C. v. (Hg.): Selbsthilfe und Selbstorganisation. Die Bedeutung nichtprofessioneller Sozialsysteme für Krankheitsbewältigung. München: Oldenburg, S. 147–160.

Caplan, G. (1974): Support systems and community mental health. New York: Behavioral Publications.

Granovetter, M. S. (1973): The strength of weak ties. In: The American Journal of Sociology, 78 (6), S. 1360–1380.

Hass, W./Petzold, H. G. (1999): Die Bedeutung der Forschung über soziale Netzwerke, Netzwerktherapie und soziale Unterstützung für die Psychotherapie – diagnostische und therapeutische Perspektiven. In: Petzold, H. G./Märtens, M. (Hg.): Wege zu effektiven Psychotherapien. Opladen: Leske & Budrich, S. 193–272.

Ibes, K./ Klusmann, D. (1989): Persönliche Netzwerke und soziale Unterstützung bei Patienten mit chronisch psychotischen Erkrankungen. In: Angermeyer, M. C. /Klusmann, D. (1989): Soziales Netzwerk. Ein neues Konzept für die Psychiatrie. Berlin u.a.: Springer, S. 207–230.

Klug, G. (2005): Die Veränderung sozialer Netzwerke im Rahmen von Psychosen In: Fortschritte der Neurologie – Psychiatrie, 73, S. 66–73.

Klusmann, D./Angermeyer, M. C. (1989): Persönliche Netzwerke bei psychotisch Erkrankten. Messung und Beschreibung. In: Angermeyer, M. C./Klusmann, D. (1989): Soziales Netzwerk. Ein neues Konzept für die Psychiatrie. Berlin u. a.: Springer, S. 95–129.

Kupfer, A. (2015): Wer hilft helfen? Einflüsse sozialer Netzwerke auf Beratung. Tübingen: dgvt-Verlag.

Kupfer, A. (2016): Lebensweltorientierung und Ressourcenarbeit. In: Grunwald, K./Thiersch, H. (Hg.): Praxishandbuch Lebensweltorientierte Soziale Arbeit. Handlungszusammenhänge und Methoden in unterschiedlichen Arbeitsfeldern. 3. vollständig überarb. Auflage, Weinheim und Basel: Beltz Juventa, S. 419–430.

Kupfer, A./Nestmann, F. (2015): Soziale Unterstützung - Social Support – eine zentrale Funktion sozialer Netzwerke. In: Gamper, M./Reschke, L./Düring, M. (Hg.): Knoten und Kanten III. Soziale Netzwerkanalyse in Geschichts- und Politikforschung. Berlin: transcript-Verlag, S. 151–179.

Kupfer, A./Nestmann, F. (2016): Netzwerkintervention und soziale Unterstützungsförderung. In: Früchtel, F./Straßner, M./Schwarzloos, C. (Hg.): Relationale Sozialarbeit. Versammelnde, vernetzende und kooperative Hilfeformen. Weinheim: Beltz, Juventa, S. 95–110.

Kupfer, A./Nestmann, F. (2018): Lebenswelt, psychosoziale Arbeit und Psychotherapie. In: Fliegel, S./Jänicke, W./Münstermann, S./Ruggaber, G./Veith, A./Willutzki, U. (Hg.): Verhaltenstherapie. Was sie kann und wie es geht. Ein Lehrbuch. Tübingen: dgvt-Verlag, S. 407–422.

Laireiter, A.-R. (2009): Soziales Netzwerk und soziale Unterstützung. In: Lenz, K./Nestmann, F. (Hg.): Handbuch Persönliche Beziehungen. Weinheim & München: Juventa, S. 75–99.

Modrow, K. (2018): Stabilisierung von Hilfebedarfen statt Hilfe zur Selbsthilfe. Netzwerkprofile und Inklusionsprozesse in der ambulanten Sozialpsychiatrie. In: Soziale Arbeit - Zeitschrift für soziale und sozialverwandte Gebiete, 67 (6), S. 210–222.

Nestmann, F. (1988): Die alltäglichen Helfer. Berlin: De Gruyter.

Nestmann, F. (2005): Alltägliche Helferinnen – unabdingbar und allgegenwärtig – übersehen und vernachlässigt. In: Gruppendynamik und Organisationsberatung, 36 (4), S. 347–366.

Röhrle, B. (1994): Soziale Netzwerke und Soziale Unterstützung. Weinheim: Psychologie Verlags Union.

Röhrle, B./Sommer, G./Nestmann, F. (Hrsg.) (1998): Netzwerkintervention. Tübingen: dgvt-Verlag.

Schwarzer, R./Leppin, A. (1989): Sozialer Rückhalt und Gesundheit: Eine Meta-Analyse. Göttingen: Hogrefe.

Der Weg aus dem Sumpf

Sich selbst und andere treffen

Von Wilhelm Duscheck

Wer in eine schwere psychische Krankheit schlittert, braucht Mut - und andere Menschen, um sich daraus zu befreien..

In eine schwere (chronische) Depression zu geraten, ist leicht. Wieder heraus zu kommen dagegen nicht. Das ist wie mit einem Sumpf. Der Unterschied ist nur der, dass Sümpfe hierzulande immer seltener werden, während Depressionen stark zunehmen. Gemeinsam ist ihnen, dass man/frau in ihnen versinkt, wenn man nichts, zu wenig oder das Falsche dagegen tut.

Was nicht klappt, ist, sich mit eigener Kraft am Schopf aus dem Sumpf zu ziehen, wie es einst Münchhausen getan haben will. Man braucht etwas außerhalb von sich selbst, an dem man ziehen kann und so aus dem Sumpf herauszukommen oder zumindest nicht noch tiefer darin zu versinken.

Das kann ein Ast sein, den man gerade noch erreichen kann, oder man ruft Hilfe herbei, die einem ein Stock, ein Seil oder ein Brett zuschiebt. Greifen muss man danach allerdings selbst, denn lässt man einem potentiellen Retter alles alleine machen, gerät er entweder selbst in den Sumpf oder er gibt die Rettung auf, weil er das nicht will.

Wie das alles konkret aussehen kann, möchte ich im Folgenden an Hand eines Erfahrungsberichts schildern.

Ich bin vor Jahren selbst in den Sumpf geraten. Aus welchen Gründen das geschah, ist nicht sonderlich relevant. Egal, ob der Betroffene dummbatzig blind in den

Nachbarschaftsbüro vernetzt das Gutleutviertel

Seit März 2017 ist im Frankfurter Gutleutviertel ein Quartiersmanagement aktiv, um im Rahmen des Frankfurter Programms »Aktive Nachbarschaften« die soziale Stadtentwicklung zu unterstützen. Träger ist die Arbeiterwohlfahrt Frankfurt am Main.

Das Frankfurter Programm »Aktive Nachbarschaften« lebt von Ihrer Beteiligung. Neue Ideen sind herzlich willkommen!

Die aktuellen Projekte des Nachbarschaftsbüros sind:

- Nachbarschaftsfrühstück
- Aktivierende Bewohnerbefragung
- Vernetzung von Stadtteil-Akteuren
- Unterstützung von Stadtteil- und Nachbarschaftsfesten
- Generationsübergreifende Kulturangebote
- Aufräumaktionen (»Gutleut glänzt«)
- Betreuung von Urban Gardening Initiativen
- Sozial- und Rechtsberatung
- Sportangebote (z. B. Laufgruppe »Gutleut Racing Team«)

Das **Nachbarschaftsbüro** befindet sich in der Speicherstraße 20, 60327 Frankfurt am Main. Die Sprechzeiten des Büros sind mittwochs 10.00 bis 12.00 Uhr und nach Absprache. Aktuelle Informationen gibt es im Internet.

www.frankfurt-sozialestadt.de/gutleutviertel

Reparatur Café Gutleut sucht Freiwillige

Die ehrenamtliche Selbsthilfewerkstatt »Reparatur Café Gutleut« ist eine Kooperation der Arbeiterwohlfahrt-Ehrenamtsagentur und des Nachbarschaftsbüros Gutleut. Reparaturfachkundige Ehrenamtliche unterstützen die Besucher dabei, Defekte an mitgebrachten Gebrauchsgegenständen zu untersuchen und im besten Falle gemeinsam zu reparieren. Für Reparaturen aus den Bereichen Fahrrad, Textilien und Mikroelektronik (Handys, Tablets, Laptops etc.) sowie allgemeine Do-It-Yourself-Haushaltsreparaturen stehen Ehrenamtliche sowie die notwendigen Materialien und Werkzeuge vor Ort bereit. Repariert wird gemeinsam in entspannter, gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen. Eine vorherige Anmeldung ist nicht notwendig. Insbesondere für die Reparatur von Elektrogeräten sucht das Reparatur Café Gutleut noch Ehrenamtliche mit entsprechendem Fachwissen. Alle anderen, die bei dem Projekt mitmachen möchten, sind ebenfalls herzlich willkommen! Wenn Sie Interesse haben melden Sie sich bitte bei der Ehrenamtsagentur: Telefon 069 27106867, E-Mail brendan.berk@awo-frankfurt.de.

Reparatur Café Gutleut

Kaffeestube, Evangelische Hoffnungsgemeinde, Gutleutstraße 131, 60327 Frankfurt am Main
www.repaircafefrankfurt.de

Sumpf gestolpert ist, nur unachtsam war oder einer trügerischen Oberfläche zum Opfer gefallen ist – er will und braucht Rettung. Belehrungen, was er hätte besser machen können, können nützlich sein, wenn er wieder im Trocknen ist, auf dass er zukünftig nicht wieder in so eine missliche Situation gerät.

Bei mir hat sich die Depression eingeschlichen. Immer öfter wurden Alltagsdinge vernachlässigt, aber dann auch existentielle. Nicht immer den Abwasch zu machen oder rechtzeitig Staub zu wischen, ist nicht wirklich tragisch, aber wenn man seiner Erwerbstätigkeit nicht mehr nachgehen kann und die Miete nicht mehr bezahlt und die Räumungsklage vorliegt, steckt man quasi bis zum Hals im Sumpf.

Ich habe mit letzter Kraft um Hilfe gerufen. Aufgrund meiner juristischen Kenntnisse konnte ich das glücklicherweise sehr gezielt tun. Ich habe eine gesetzliche Betreuung beantragt. Die wurde auch umgehend bewilligt, und dann warf mir meine Betreuerin Stricke zu, die ich auch ergriff.

Alleine konnte sie mich nicht aus dem Sumpf ziehen, aber sie konnte weitere Hilfe herbeirufen – in Gestalt der Einbringung in »Betreutes Wohnen«. Von dort aus wurde flankierend und präventierende Hilfe organisiert (in Form einer Psychotherapie).

Meine Lebenssituation, insbesondere meine Wohnsituation, hat sich mit der Zeit stabilisiert und sogar verbessert. Im Sumpf steckte ich immer noch, aber zu versinken drohte ich nicht mehr.

Dann regte sich bei mir der Wunsch, über kurz oder lang ganz aus dem Matsch herauszukommen. Das war die Aktion, in der ich begann, mich wieder mit selbst zu treffen (statt mehr oder weniger nur neben mir zu stehen). Das legte die Grundlage dafür, sich auch wieder mit Leuten zu treffen – auch mit solchen, mit denen man nicht praktisch automatisch (oberflächlich) zu tun hat.

Das geschah dann auch, aber nicht inhaltslos. Ich wollte wieder etwas für anderen Menschen tun. Das war zugleich altruistisch wie auch egoistisch. Der erste Treffpunkt war recht zufällig das gerade eröffnete Nachbarschaftsbüro (im Rahmen des Programms »Aktive Nachbarschaft«) im Frankfurter Gutleutviertel.

Ich kam mit den beiden Quartiersmanagerinnen, die altersmäßig meine Enkelinnen sein könnten, sofort total gut zurecht. Von da an haben wir nichts für den jeweils anderen gemacht, sondern etwas füreinander. Das war inhaltlich eine Art Dreiecksverhältnis. Indem ich anderen Menschen auf verschiedene Art half, half ich auch mir selbst. Indem ich den Quartiersmanagerinnen half zu helfen, half ich ihnen und umgekehrt sie mir.

Das Nachbarschaftsbüro ist primär damit betraut, Eigeninitiativen im Viertel zu initiieren und zu unterstützen. Es hat mir also im Wesentlichen geholfen, selbst initiativ zu werden. Und das hat mir ein gutes Stück aus der Depression geholfen. Konkret habe ich mich in fünf Projekte eingebunden und gestalte diese aktiv mit: Gutleut-Zeitung, Arbeitsgemeinschaft Erwerbsminderungsrente, Aktion sauberes Gutleut, Gutleut-Café am Donnerstag, Reperatur-Café.

Für letzteres habe ich neulich zusammen mit den anderen Aktivistinnen und Aktivisten den Nachbarschaftsspreis 2018 der Stadt Frankfurt am Main gewonnen. Der von der Sozialdezernentin Prof. Dr. Daniela Birkenfeld überreichte Blumenstrauß war nicht nur schön, sondern tat auch gut fürs Gemüt.

Mein persönliches Resultat: Anderen zu helfen, hilft einem selbst. Treffs sind anstrengend, aber auch erfreulich. Im Gutleut-Café wird das besonders deutlich, wenn man Sozialberatung in enger Verknüpfung mit dem Austausch von Kochrezepten macht. Und man trifft immer wieder mal auf Menschen, die besser drauf sind, als man selbst. Allein das zieht schon heraus aus dem Sumpf.

Meine Fußsohlen stecken immer noch im Sumpf, aber die Gefahr des Versinkens habe ich erfolgreich unterbunden. So schwierig es auch ist, es lohnt sich nicht, einfach nicht Nichts zu tun oder sich passiv auf die Hilfe anderer zu verlassen. In meiner Jugend gab es den Spruch: »Es gibt nichts Gutes, außer man tut es!«

Ich halte diesen Rat nach rund fünfzig Jahren immer noch für zutreffend – Depression hin oder her.

Wilhelm Duscheck
arbeitet ehrenamtlich im Nachbarschaftsbüro des Frankfurter Gutleutviertels,
unter anderem im Beratungsteam der AG Erwerbsminderungsrente.
gutleut@frankfurt-sozialestadt.de

Eine Psychose ist eine Psychose

Wenn Alltagskontakte stimmen und Profis ihre Arbeit verstehen, kann psychische Gesundheit wieder hergestellt werden

Es gibt Momente in unserer Arbeit, die Glück beinhalten. Dies ist eine Erkrankungs-Geschichte, die glücklich verlaufen ist. Und ich hatte das Glück, Frau B. - die hier anonym bleiben möchte - knapp zwei Jahre begleiten zu dürfen. Diese Augenblicke sind im Betreuten Einzelwohnen rar und kostbar. Sowohl für die Betroffenen, als auch für uns Professionelle.
Dabei ist jede Person einzigartig: ob Biografie, Persönlichkeitsmerkmale oder auch Krankheitsverlauf. Wir sehen jeden Menschen in seiner Komplexität und begegnen den Betroffenen mit gelebter Wertschätzung.
Für die gute Kooperation möchte ich mich an dieser Stelle bedanken und wünsche Frau B. alles erdenklich Gute auf ihrem weiteren Lebensweg.

André Distel

André Distel leitet die Ambulanten Dienste bei der
Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie Frankfurt am Main e. V.
www.bsf-frankfurt.de

Man sollte keine brennenden Bücher aus dem Fenster schmeißen. Aber wer weiß schon, wie er sich bei einer Psychose verhalten soll und was das überhaupt ist?

Alles fing damit an, dass ich eines schönen Tages tatsächlich, mir völlig untypisch, ein kleines rotes Reclambuch anzündete und aus dem Fenster warf. Die Nachbarn machte das wohl sehr unruhig, denn sofort rückte sowohl die Feuerwehr als auch ein Krankenwagen an. Ich bekam den Schock meines Lebens als sie vor der Tür standen. Schließlich wurde ich ins Krankenhaus gebracht und musste dort viele Fragen beantworten. Ich kam in die geschlossene Psychiatrie. Diagnose Psychose.

Die ersten Tage dort waren schwierig, denn viele Patienten dort sind sehr schlimm dran. Ich bekam zu hören, dass man, wenn man krank ist, nicht fastet, denn ich war sehr abgemagert. Zum Glück kam ich nach ein paar Tagen auf eine andere, »offene« Station.

Ich merkte erst im Nachhinein, wie lange es dauerte bis es mir wirklich wieder besser ging. Lange hatte ich Illusionen und sprach in Gedanken mit imaginären Leuten. Ich hielt mich fest an Zigaretten und den regelmäßigen Besuchen meiner Eltern. Alles in allem war es auf der Station 10 aber sehr angenehm. Es gab jeden Tag Sport und andere Aktivitäten wie Körbe flechten oder Malen. Ich lernte andere Mitpatienten kennen, die sehr lieb waren. Die Ärzte, Pfleger und Therapeuten waren wirklich toll.

Eine Psychose kann zur Abkapselung von der Umwelt und zur Isolation von anderen Menschen führen. Mithilfe von Angehörigen, Freunden, Nachbarn und Arbeitskollegen sowie mit professioneller Unterstützung kann diese psychische Krankheit überwunden werden.

Nachdem der Chefarzt gesehen hat, dass ich »Eine kurze Geschichte der Zeit« lese und dies mit Wohlwollen feststellte - denn es hieß, ich konnte mich wieder aufs Lesen konzentrieren – wurde ich bald entlassen. Es ging nun in die Tagesklinik. Dort lernte ich auch sehr liebe Menschen kennen. Einen Monat lang ging ich mit den anderen Patienten verschiedenen Aktivitäten nach. Dazu gehörte neben Kuchen backen und basteln auch Yoga. Bald schon war die Zeit vorbei. Zum Glück hatte ich mich noch während des Aufenthalts auf Station 10 bei der Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie Frankfurt am Main gemeldet. Einen Monat nachdem ich aus der Klinik draußen war, hatte ich den ersten Termin mit Herrn Distel, meinem Betreuer.

Zeit des Neuanfangs und Zeit des Wartens

Ein neuer Abschnitt fing an. Durch die starken Medikamente, die ich damals nahm, hatte ich Bewegungsstörungen. Ich kann mich erinnern, dass ich auch während des ersten Treffens mit meinem Betreuer nicht stillsitzen konnte, weil ich so unruhig war. Zum Glück hatte ich bald darauf den ersten Termin mit meiner Psychiaterin, die ein wahrer Glücksgriff ist. Sie verschrieb mir ein neues Medikament, das deutlich weniger Nebenwirkungen hat. Nach und nach wurden die Nebenwirkungen weniger, wenn auch der Tremor in der Hand blieb, und ich nach einiger Zeit eine Dystonie entwickelte.

Es folgte eine lange Zeit des Wartens, denn ich stellte einen Antrag auf eine berufliche Rehabilitation bei der Deutschen Rentenversicherung. Es sollte sehr lange dauern bis der Antrag bewilligt wurde. Ohne Job hatte ich keinen vorgegebenen Rhythmus und keinen vorgegebenen Tagesablauf. Es war sehr schwierig, sich morgens zum Aufstehen zu motivieren. Durch die Tabletten war ich sehr müde und ich ging entsprechend früh schlafen.

Ohne viele soziale Kontakte fühlte ich mich recht einsam. Es sollte auch noch einige Zeit dauern, bis ich wieder richtig »gesund« war. Termine machten mir Stress, an den ich mich erst wieder gewöhnen musste. Umso

besser war es, dass ich bei der Bürgerhilfe an diversen Aktivitäten teilnehmen konnte. So kam ich in Kontakt mit Menschen und konnte zum Beispiel zu Weihnachten Plätzchen backen oder ins Museum gehen. Mein Begleiter in dieser Zeit war auch das Jobcenter, denn ich hatte keinen Anspruch auf Arbeitslosenhilfe mehr. Es war hart, von diesem geringen monatlichen Betrag zu leben. Wünschen möchte ich das keinem.

Vor dem Anfang der beruflichen Reha Mitte 2018 fuhr ich mit meinen Eltern zusammen in Urlaub nach Ägypten. Es war eine schöne Zeit. Ende Mai fing endlich die lang erwartete Job-Reha an, und ich hatte wieder eine vorgegebene Struktur. Anfangs nur von 9.30 bis 14.30 Uhr, konnte ich mich wieder an einen regelmäßigen Rhythmus gewöhnen. Ich lernte neue Leute kennen, schloss Freundschaften und konnte sehen, dass ich wieder in der Lage war, jeden Tag ins Büro zu gehen. Die erste Maßnahme ging drei Monate und war ein sanfter Einstieg.

Neues privat und im Beruf

Privat passierte bei mir auch viel, da ich doch seit geraumer Zeit auf Partnersuche war. Nach unzähligen, teilweise lustigen Dates lernte ich doch tatsächlich meinen aktuellen Partner über eine Online-Partnersuche kennen. Es war Liebe auf den ersten Blick. Seitdem sind wir glücklich - bis heute.

» Die Job-Reha gab dem Tag endlich wieder eine Struktur «

Die zweite Reha-Maßnahme ging im August 2018 los und begann mit einem frühen Praktikum in einem Betrieb. Ich wollte endlich sehen, ob ich wieder in der Lage bin, Vollzeit zu arbeiten. Zu meinem Glück passte alles - die Arbeit im Marketing machte Spaß, die Kollegen waren nett und ich war fit genug, Vollzeit dabei zu sein. Ich lernte viel und bekam im Anschluss nach drei Monaten ein sehr gutes Zeugnis, das mir den Weg zu einem Job ebnen sollte.

Weiter ging es im Beruflichen Trainingszentrum mit der beruflichen Reha und vielen Kursen. Ich lernte SAP, wiederholte Excel, Word und PowerPoint und machte einige psychosoziale Kurse. Ich kam in die Bibliothek und machte dort im Team mit - mit lieben Kollegen, von denen einige auch Freunde geworden sind.

Der letzte Teil der Reise mündete in Bewerbungen schreiben - und zwar 42 innerhalb von einem Monat. Ich war zwischendurch sehr frustriert, wollte ich doch nicht nach der Zeit im Trainingszentrum wieder vom Jobcenter abhängig sein und von 412 Euro leben müssen. Doch der Kampf lohnte sich - ich fand schließlich einen Job - Vollzeit und unbefristet und bei einer Hilfsorganisation - was ich nicht geglaubt hätte, wenn mir das vor zwei Jahren jemand erzählt hätte.

Mittlerweile bin ich dabei, die Medikamente langsam abzusetzen. Ende der Woche beginne ich meinen neuen Job. Privat läuft alles gut, und ich kann sagen, dass es mir wieder gut geht - auch gesundheitlich.
Es war ein harter Weg. Vor allem sich selbst zu stellen und die Krankheit anzuschauen, die mein Leben verändert hat - die Psychose. Ich muss sagen, dass mir Meditation nach Jon Kabat-Zinn jeden Tag dabei hilft, mich zu entspannen.

Danke!

Ich möchte hiermit meinen Wegbegleitern danken - an erster Stelle meinen Eltern, die in der Klinik einige Kurse darüber gemacht haben, was eine Psychose überhaupt ist. Danke - Lubim vás! Ich danke auch Herrn Distel, der mich durch Höhen und Tiefen begleitet hat, über zwei Jahre lang. Ich habe wirklich Glück gehabt, dass Sie mein Betreuer sind! Danke auch an meine Psychiaterin und meine Psychologin - sie sind wirklich gut in dem, was Sie machen. Ich danke Ihnen für Ihre Begleitung. Danke auch an die Mitarbeiter des Beruflichen Trainingszentrums, die mich toll unterstützt haben. Auch den Ärzten im Uniklinikum möchte ich danken, ich hätte das ohne Sie nie geschafft!

Und last but not least danke an Vedat, meinen Partner!

Plötzlich Helfer im Alltag

Erfahrungen einer Sozialarbeiterin in der nachberuflichen Phase

Von Christel Gilcher

Das Ausbalancieren von Distanz und Nähe ist eine ständige Aufgabe in der professionellen Sozialarbeit. Im Ruhestand können sich dabei Sichtweisen plötzlich verschieben.

Oktober 2012: Mein lang erwarteter und ersehnter sogenannter Vorruhestand oder besser gesagt, die letzten drei Altersteilzeitjahre hatten begonnen. Darauf hatte ich mich schon Jahre zuvor gefreut. Endlich morgens ohne Sorgen und Termine in Ruhe aufstehen und den Tag ganz nach meinen Wünschen gestalten.

Natürlich wollte ich mich nicht völlig von meiner sozialarbeiterischen Tätigkeit, die ich 23 Jahre ausgeübt hatte, verabschieden und mein Wissen einrosten lassen. Jetzt kann ich das beruflich Angewandte nutzen und nach Bedarf erneuern, ohne ständiger Hetze.

Sozialarbeit vorrangig mit dem Blick auf den ganzen Menschen, auch mit seinen Freizeitbedürfnissen. Ich kann den Ansatz bestimmen und muss mich nicht nach einem einschränkenden »Hilfeplan« richten. Den Alltag mit Menschen gestalten, die hierzu Hilfe brauchen und das ohne professionelle Vorgaben und ohne bürokratische Termine, ohne Verwaltung, ohne vorgegebenen Leistungsaufwand. Einfach da sein und Wünsche erfüllen.

Die erstens Monate besuchte ich regelmäßig zwei ehemalige Klienten und beschränkte meine Tätigkeit auf

Einkaufshilfen mit meinem Auto und auf Ausflügen mit Café-Besuchen und Zuhören. Es ergänzte das offizielle Betreute Wohnen in der Freizeitbeschäftigung.

Nachdem die Ehefrau des älteren Klienten gestorben war, half ich ihm bei der Trauerarbeit. Nach einer Verarbeitungszeit half ich tatkräftig bei der Haushaltsauflösung der gemeinsamen Wohnung und bei der Einrichtung einer neuen kleineren Wohnung. Im Herbst begann er, sich um das Grab seiner Frau zu kümmern und mit mir gemeinsam zu gestalten.

» Alltagshelfer sind nicht an einen ausgehandelten ›Hilfeplan‹ gebunden «

Immer in Abstimmung mit dem Betreuten Wohnen fand die Alltagsbegleitung statt, die nicht mehr zum abrechenbaren Teil der Fachleistungsstunden gehörte. Nach etwa einem Jahr bekam er öfter Schwindelanfälle und stürzte unterwegs. Ich brachte ihn zur Untersuchung in die Uniklinik und blieb mit ihm dort mehrere Stunden in der Neurologie. Nach einem weiteren schwierigerem Vorfall wurde er mit einem Krankenwagen in die Klinik gebracht und und es wurde ein Gehirntumor festgestellt, der dann nach ganz kurzer Zeit zum Tode führte. Während seines Krankenhausaufenthaltes und der kurzen Zeit im Heim besuche ich ihn, um ihn bis zu seinem Tod zu unterstützen.

Mit einem weiteren ehemaligen Klienten verbringe ich einmal die Woche unsere Freizeit: Wir erkunden im Frühjahr und Sommer gemeinsam Ausflugsziele in der Umgebung rund um Frankfurt, besuchen in der Weihnachtszeit besondere Märkte in der Region.

Das Wichtigste dabei ist, sich normal über »Gott und die Welt« zu unterhalten. Hin und wieder auch nicht so gute Zeiten zu durchstehen, einfach da zu sein und zuzuhören. An einem Wochentag treffen wir uns regelmäßig und planen, was wir unternehmen wollen. Dies kann beispielsweise bei schönem Wetter spazieren gehen, Minigolf oder Würfel spielen im Park sein, mal Eis essen oder Kaffee trinken am Main oder in einem Einkaufscenter. Aber auch zu Hause mal die Wohnung verschönern, Blumen auf dem Balkon pflanzen oder Post erledigen, wenn die hauptamtliche Kollegin des Betreuten Wohnens Urlaub hat.

Ein anderer Einsatzort ergab sich durch Hilfestellung von Klienten untereinander. Dabei habe ich eine Familie mit drei Generationen kennengelernt, die untereinander sehr eng miteinander Kontakt halten und nicht weit voneinander wohnen. Dort helfe ich Formulare für Behörden auszufüllen und Briefe für verschiedene Ämter zu schreiben. Oft höre ich mir einfach die Familiensorgen an, wenn etwas vorgefallen ist oder alltägliche Geschehnisse verarbeitet werden müssen und Erlebnisse aus der Vergangenheit erzählt werden. Manchmal treffen wir uns auch im Café, um die Zeit zu genießen.

In meiner nachberuflichen Lebensphase lerne ich so das Leben aus einer Perspektive kennen, die mir als hauptberufliche Sozialarbeiterin gewöhnlich nicht zugänglich war. Ich erlebe eine Familie, die im Alltag nicht in ein staatliches Hilfesystem angebunden ist, sondern in der man sich gegenseitig hilft und bei Ämterangelegenheiten die Hilfe lediglich von den wenigen Anlaufstellen holt, die persönlich bekannt sind. Und dazu gehöre ich jetzt im weitesten Sinne auch.

Christel Gilcher
war bis zu ihrer Pensionierung Leiterin des Betreuten Wohnens bei der Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie Frankfurt am Main e. V. Sie ist Redaktionsmitglied dieser Zeitschrift.

»Ich gehöre hierher«

An der Nordsee werden berufsbegleitend Alltagshelfer ausgebildet

Von Christian Andrae

Alltagshelfer können nach Beendigung der Ausbildung in Wilhelmshaven in verschiedenen Bereichen der Pflege und Betreuung von älteren Menschen sowie Menschen mit Behinderungen arbeiten. Sie unterstützen dabei wirkungsvoll die Arbeit von Fachkräften.

Nadine Saathoff ist Alltagshelferin in der Wohnstätte Schellingstraße in Wilhelmshaven. Sie fühlt sich wohl bei ihrer Arbeit. Das merkt man sofort, wenn sie zu erzählen beginnt.

»Man kommt hier rein und wird sofort angestrahlt. Die Menschen freuen sich, wenn sie mich sehen.« Von montags bis freitags ist sie von 10 bis 18 Uhr da. Die meisten der 47 Bewohner in der Wohnstätte, einem großen Stadthaus mit Appartements und drei Wohngruppen, gehen tagsüber zur Arbeit. Sie kümmert sich um die, die krank sind oder Urlaub haben. Und nachmittags sind auch die anderen alle wieder zurück.

Als Alltagshelferin hat Nadine Zeit für persönliche Wünsche und Interessen der Bewohnerinnen und Bewohner. Sie geht mit ihnen spazieren oder einkaufen. Manchmal begleitet sie Besucher zum Arzt. Oft kocht sie das Mittagessen. Sie sitzt mit einzelnen zusammen, unterhält sich mit ihnen oder spielt Spiele.

Der persönliche Kontakt ist ihr wichtig. Kürzlich hat sie einem Bewohner die Angst vor dem Zahnarzt genommen: Sie hat bei ihm gesessen und die Hand gehalten. Da war alles halb so schlimm.

Schritt für Schritt

So fröhlich und gelassen wie heute war Nadine nicht immer. Hinter ihr liegt ein langer Weg. Mit 20 Jahren hat sie ein Kind bekommen. Eines Tages war alles zu viel. Sie ist psychisch erkrankt und brauchte viel Hilfe. Um das Kind haben sich ihre Eltern gekümmert. Sie hat gelernt, in kleinen Schritten sich nach und nach ein neues Leben aufzubauen. »Ich gehe immer in kleinen Schritten«, sagt Nadine.

Eine Weile hat sie in einem Wohnheim für psychisch erkrankte Menschen gelebt. In dieser Zeit hat sie an der Volkshochschule den erweiterten Hauptschulabschluss nachgeholt. Sie hat Praktika gemacht, beispielsweise in einem Pflegeheim. Sie ist in die Werkstatt gegangen. Dort hat sie schweißen gelernt – als einzige Frau in der Schlosserei. Sie hat wieder eine eigene Wohnung bezogen. Und dann keimte erneut der Wunsch, mit Menschen zu arbeiten.

Über die ARTEC Roffhausen, eine Werkstatt der Gemeinnützigen Gesellschaft für Paritätische Sozialarbeit mbH (GPS) für psychisch erkrankte Menschen, hat sie den Außenarbeitsplatz in der Wohnstätte Schellingstraße gefunden. Das Sozialunternehmen wurde 1968 auf Anregung von Eltern aus dem Umkreis der Lebenshilfe Wilhelmshaven e. V. vom Paritätischen Wohlfahrtsverband Niedersachsen e. V. gegründet.

»Vielfalt leben« heißt das Programm der GPS, durch das in den letzten Jahren mehr als hundert Menschen aus GPS-Werkstätten auf Arbeitsplätze in Betrieben der Region gewechselt sind. Sie werden vor Ort von Arbeitsbegleitern unterstützt.

Qualifizierung zur Alltagshelferin

Siegfried Alt ist der Arbeitsbegleiter von Nadine. Er besucht sie regelmäßig an ihrem Arbeitsplatz. Er hält auch den Kontakt zu Andrea Theilen, die in der Wohnstätte Nadines als »Patin« fungiert. Siegfried Alt hat Nadine eines Tages auf die Qualifizierung zur Alltagshelferin hingewiesen, die sie jetzt besucht. 13 Beschäftigte der GPS-Werkstätten machen diese berufsbegleitende Weiterbildung, sechs von ihnen arbeiten auf Außenarbeitsplätzen. Sie hat im August 2018 begonnen und endet Ende März 2020.

Die Gemeinnützige Gesellschaft für Paritätische Sozialarbeit mbH (GPS) in Wilhelmshaven führt Kurse zur Qualifizierung von Alltagshelfern in sozialen Diensten und Einrichtungen durch. | Foto Christian Andrae

Worum geht es bei dieser Qualifizierung? Die Teilnehmer haben alle den Wunsch, mit Menschen zu arbeiten, die Unterstützung brauchen. Das können kleine Kinder in Kindertagesstätten sein, alte Menschen in Pflegeheimen oder behinderte Menschen in Wohngruppen. Die Inhalte der monatlich zwei Unterrichtstage sind darauf abgestimmt.

Es geht beispielsweise um: Kommunikation und Gesprächsführung, arbeiten im Team, Umgang mit Konflikten. Es geht um Beschäftigungsangebote für unterschiedliche Menschen, um das Vorbereiten und Begleiten von Mahlzeiten, um Hilfen beim Ankleiden für Spaziergänge. Und wichtige Themen der Arbeitswelt werden durchgenommen: Verhinderung von Unfällen und Infektionen, Erste Hilfe bei Notfällen, rückenschonendes Heben und Tragen, Umweltschutz.

Diese und viele andere Themen werden im Bildungszentrum der GPS in Wilhelmshaven so aufbereitet, dass auch Menschen mit wenigen schulischen Voraussetzungen gut mitkommen und Spaß beim Lernen haben. Nadine erinnert sich beispielsweise gerne an Rollenspiele, mit denen sie sich in andere Menschen hineinversetzt haben.

Unterwegs zum Traumberuf

Am Ende der Qualifizierung zur Alltagshelferin steht eine Prüfung. Nadine hat sich vorgenommen, dafür mit einigen Bewohnern gemeinsam eine Mahlzeit vorzubereiten, zu kochen und ein Mittagessen zu gestalten. Wie sie das macht, wird von den Ausbildern beobachtet und anschließend begutachtet.

Die Qualifizierung zum Alltagshelfer ist eine wichtige Erweiterung der Bildungsangebote in Werkstätten für behinderte Menschen. Erst in den letzten Jahren hat sich gezeigt, dass es viele Menschen mit Behinderungen gibt, die gerne andere Menschen unterstützen möchten. Es gibt da viele Talente, die entdeckt und gefördert werden wollen.

Und Erfahrungen als Alltagshelferin können auch beruflich weiterbringen. Nadine, die immer kleine Schritte macht, möchte nach Abschluss der Qualifizierung weitergehen. »Mein Traum ist, Pflegeassistentin zu werden.«

Erst einmal aber ist Nadine froh, in ihrer Wohnstätte und mit der Ausbildungsgruppe eine sinnerfüllte Arbeit gefunden zu haben.

Dr. Christian Andrae
ist bei der Gemeinnützigen Gesellschaft für Paritätische Sozialarbeit mbH in Wilhelmshaven für die Öffentlichkeitsarbeit zuständig.
www.gemeinsam-unterstuetzen.de

Köstliches

aus der Backstube

Herstellung und Verkauf von hausgemachten Backspezialitäten

Kuchen, Plätzchen, Cantuccini und vieles mehr, mit Liebe zubereitet – die Backstube bietet eine breite Palette an Köstlichkeiten. Beliefert werden große und kleine Auftraggeber.

Die Backstube ist ein Projekt der Tagesstätte der Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie. Das Arbeiten im Backprojekt bietet den Besuchern der Tagesstätte vielfältige Entwicklungsmöglichkeiten. Neben einem kleinen finanziellen Zuverdienst erfahren die Klienten Wertschätzung und Anerkennung. Zudem werden Kreativität und Freude am gemeinsamen Tun gefördert, verbunden mit einer Stärkung des Selbstwertgefühles.

Blechkuchen
- Aprikosen-Mandelkuchen
- Bananen-Kirschkuchen
- Himbeer-Heidelbeerkuchen
- Käsekuchen
- Kokoskuchen
- Marmorkuchen
- Nusskuchen
- Obstkuchen (nach Saison)
- Schokoladen-Pfefferminzkuchen
- Schokoladen-Waldfrüchtekuchen
- Streuselkuchen
- Zitronenkuchen

Gebäck
- Cantuccini
- Matchatee-Pistazienkekse
- Schokoladen-Chilikekse
- Kaffee-Dattelkekse
- Kaffee-Feigenkekse

Salziges
- Käsegebäck
- Grissini

Tagesstätte Süd · Backstube
Darmstädter Landstraße 104
60598 Frankfurt

Telefon 069 - 63 53 00
Telefax 069 - 631 41 28
ts@bsf-frankfurt.de

Die Tagesstätte Süd ist eine Einrichtung der
Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie Frankfurt am Main e.V.
www.bsf-frankfurt.de

Zitate

»Der Alltag ist das elementarische Dasein.«

Karl Leberecht Immermann, deutscher Schriftsteller (1796-1840)

»Die kleinen Tatsachen des Alltags werden die schönsten gewesen sein - wenn man dermaleinst die Schlussrechnung zu machen hat.«

Alfred Kerr, deutscher Schriftsteller und Theaterkritiker (1867-1948)

»Die kleinen Alltagsleistungen setzen viel mehr Energie in die Welt als die seltenen heroischen Taten.«

Robert Musil, österreichischer Schriftsteller (1880-1942)

»Vielleicht sind es kleine Alltagserfahrungen, die uns einen Weg weisen, den wir ohne Anregungen durch Menschen, denen wir vertrauen, gar nicht gehen würden.«

Oskar Negt, deutscher Sozialphilosoph (geb. 1934)

»Wenn dein Teller voll ist und der deines Nachbarn leer, so gib ihm die Hälfte, wenn nicht aus Mitleid, so doch aus Klugheit.«

Marie von Ebner-Eschenbach, österreichische Schriftstellerin (1830-1916)

»Jeder braucht eine Tagesdosis an Bedeutung für andere Menschen.«

Prof. Dr. Dr. Klaus Dörner, deutscher Psychiater und Historiker (geb. 1933)

»Alle schlechten Angewohnheiten entwickeln sich in der Familie. Das fängt mit Mord an und geht über Betrug und Trunksucht manchmal bis zum Rauchen.«

Alfred Hitchcock, britischer Regisseur (1899-1980)

Das Märchen vom Schweigen

Von Alois Perlenfein

»Opfer schweigen, weil Taten sie mundtot machen ... Täter aus arrogantem Eigennutz und Zeugen aus Angst oder Resignation.

Diese Geschichte soll Mut machen, wieder an die Macht der Worte zu glauben!«

Vor gar nicht allzu langer Zeit verschlug es einen fremden Gaukler in unsere Stadt, ein Narrenhaus ganz im Westen zu beäugen, von dem ihm manch misslich Mär zugetragen ward. Was aber des Gauklers emsig Magd an gar grausig Kunde von dort brachte, ließ den Gaukler und allen Spektatoren, denen sie davon berichten und wenige Bilder feilbieten konnten, das Blut in den Adern gefrieren. In Windeseile verbreitete sich alsbald die Botschaft von unermesslicher Pein im ganzen Land.

42 Stufen tief in den Berg geschlagen verbergen sich dort düstre und elendig kalte Verliese für die vogelfreien, sich selbst überlassenen kränksten Seelen. Dünkt jegliches ihrer Ersuchen im Vernehmen zu laut oder verweigern sie den von den Wärtern dargereichten, den Geist benebelnden und ihren Willen versiegen lassenden Trunk, stehen unzählige Schergen bereit sie nieder zu ringen und für viele Tage in eiserne Ketten zu legen.

Dieweil jedweder rechte Bürger sich über des Gauklers Kunde empören tat, trug es sich zu, dass die Missetaten von denen er und seine Magd Zeugnis abgelegt, nicht eben wenigen Eingeweihten weiland längst kein Mysterienspiel mehr ward.

Da gab es der Irren zuhauf, welche - so sie nach durchlittner Tortur fasslich Worte fanden und nicht für immer schwiegen - von stets kommensurabler Drangsal berichteten, denen unsere Mitbürger aber zuvor weder Ohr noch Glauben zu schenkten vermochten.

Da waren die Ärzte, Heiler, Schwestern und all die gerne allzeit allzu sorglosen Seelsorger, die in diesem Kerker ehedem ihr Brot verdient oder ihn mit eigenen Augen geblickt hatten. Sie frohlocken im Stillen die unter Kundigen »Vorhof zur Hölle« genannte Stätte fürderhin aus gefeiter Ferne schauen zu dürfen. Schweigen als gemeine Gebühr für ein fraglich Privileg.

Und auch die Jurisprudenz, die Richter und ihre Lakaien, welche sehenden Auges und mit offenen Ohren und Verstand per königlichem Erlass von Zeit zu Zeit die Ketten der an Verzweiflung Krankenden in Augenschein zu nehmen hatten, kannten die abscheuliche Wahrheit. Sine dubio ein engagiert inquirierendes Schweigen.

Meisterhaft still, wie die meisten schwiegen als vor einigen Dekaden böse Geister in unserem Land Order gaben, Andersgläubige zu quälten und zu töten oder wie auch in heutiger Zeit vielen der Odem fehlt, wenn Courage von Nöten ist Worte voll Erkenntnis zu formen, weil Unheil droht sich selbst damit zum Irren zu machen.

Alle, die in unserer Stadt davon vernahmen und sich zuvor weise wähnten, weil sie von den Bürgern, dem Gesetz, von Stand oder ihres Studiums wegen der Macht verliehen, unsere Irren zu schützen, hätte gewahr sein müssen*! Sie haben jetzo zuvörderst das Mandat Ketten zu sprengen, Kerker einzureißen um damit den Verzweifelten in großer Zahl wieder Mut einzuhauchen - oder zu gehen!

Der verschwommene Hintergrund im uns vorgehaltenen Spiegel des formidablen Gauklers sollte einen jeden mit tiefer Demut und Scham erfüllen und mahnen, unsere

Stadt von der Heimsuchung des Schweigens für immer zu befreien, auf das selbst die Mächtigen die Acht über trefflich gewebte Worte im Gesichtsbuch nicht weiter zu sprechen vermögen.

* Hiob - Kapitel 13: *»Siehe, das alles hat mein Auge gesehen und mein Ohr gehört, und ich habe es verstanden. Was ihr wisst, das weiß ich auch; und bin nicht geringer denn ihr. Doch wollte ich gern zu dem Allmächtigen reden und wollte gern mit Gott rechten. Aber ihr deutet's fälschlich und seid alle unnütze Ärzte. Wollte Gott, ihr schwieget, so wäret ihr weise.«*

Die Zukunft bringt, was die Vergangenheit von der Gegenwart übrig lässt

Es ist wieder soweit – ein weiteres Mal überbieten wir uns mit Beteuerungen unserer nicht zu steigernden Ahnungslosigkeiten.

Wer wusste zuerst nichts von den Zuständen in der Höchster Psychiatrie, wer hat sich solcherlei im Jahr 2019 am wenigsten vorstellen können, wer würde den geringsten Einfluss auf diese Art von Machtmissbrauch gehabt haben?

Apropos Würde: Wieder hat sich jeder darauf verlassen, dass die jeweils anderen Mitwisser ganz sicher handeln werden oder müssen.

Eine chronisch unterinformierte und mindestens stark desinteressierte »Öffentlichkeit« lässt sich ohnehin nur noch anfallartig für Fragen nach intramuraler Menschlichkeit gewinnen, da sie traditionell mit der Planung von Brückentagen und Amazon – Rabatten beschäftigt ist.

Ja, im Wegsehen macht uns so schnell keiner etwas vor.

War Kant psychisch auffällig? Mit den impliziten Forderungen des kategorischen Imperativs kommt man in psychiatrische Einrichtungen höchstens in den Deeskalationsraum oder in den Genuss einer ordentlichen Dosis Lorazepams. Inzwischen behandeln wir unsere Mitmenschen möglichst schlecht, um ihnen dann ihre Empfindlichkeit vorzuhalten.

Wie gesagt – nicht wirklich neu, jetzt aber jagen wir die Opfer mit unserem Mitleid aus den Kliniken und entziehen ihnen die »Drogen« – auf dass sie so gesund werden wie wir ...

Und was lernen wir daraus? Einmischen, dokumentieren, insistieren, mit Fragen belästigen, adoptieren, interessieren, Wegschausperren ... wie wir das seit 1945 zu tun pflegen.

R. O. Wenzel

RHEIN-MAIN-KALEIDOSKOP

Generationswechsel bei der Bürgerhilfe

Der langjährige Geschäftsführer der Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie Frankfurt am Main e. V. und Herausgeber der »Treffpunkte, Gerhard Seitz-Cychy, geht Ende November in den Ruhestand. Nach längerem Entscheidungsprozess hat sich der Vorstand der Bürgerhilfe dazu entschieden, als Nachfolger Kai Marschner (Foto) zu berufen. Wie sein Vorgänger kommt er aus dem Frankfurter Verein für soziale Heimstätten e. V., wo er noch ein Wohnheim in Friedrichsdorf leitet.

Bürgerhilfe konzentriert Standorte

Die Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie Frankfurt am Main e. V. hat den Standort Hoffmanns Höfe in Niederrad verlassen. Dort war zwei Jahre lang ein Büro von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Betreuten Wohnens sowie das Büro der Koordinatorin des Psychosozialen Krisendienstes angemietet worden. Die damals mit dem Anmieten und der Teilung des Teams geplante Expansion hat sich aus verschiedenen Gründen nicht so entwickelt wie ursprünglich gedacht. Eine kleinere Lösung für ein Bleiben im Stadtteil Niederrad stellt der Umzug von vier dieser Mitarbeitenden in ein ohnehin vorhandenes Büro in der Bruchfeldstraße 78 dar. Dort befindet sich jetzt auch das Büro der Krisendienst-Koordination. Die weiteren Mitarbeitenden des Betreuten Wohnens einschließlich deren Leitung sind weiterhin im Sachsenhäuser Zentrum der Bürgerhilfe in der Darmstädter Landstraße 104 zu finden.

Seit zehn Jahren »Kultur für alle«

Getreu dem Motto: Kultur muss man sich leisten können, auch wenn man sie sich nicht leisten kann, wurde in Frankfurt am Main im Jahre 2008 der Verein Kultur für ALLE e. V. gegründet. Ziel des Vereins ist es, dem Inhaber des Kulturpasses kostenfreie oder kostenvergünstigte Eintritte in mehr als 50 Kultureinrichtungen zu ermöglichen. Für den Antrag braucht es lediglich die Ausfüllung eines einfachen Formulars und den Nachweis des Bezugs von Sozialhilfe. Die Beantragung läuft beispielsweise über die Beratungsstelle der Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie Frankfurt am Main und bei vielen anderen Trägern und Einrichtungen. Eine Schutzgebühr von einem Euro fällt einmalig an. Der Kulturpass ist für ein Jahr gültig.

www.kulturpass.net

Video stellt Fleckenbühler vor

Die Fleckenbühler haben ein zehnminütiges Video erstellen lassen, das die Arbeit der auch in Frankfurt am Main tätigen Organisation vorstellt. Alle Facetten werden gezeigt, vom Konzept der Suchthilfe mit sofortiger Aufnahme, über die Jugendhilfe-Einrichtung bis hin zu den Betrieben wie der Feldwirtschaft, dem Umzugsservice und der Käserei. Dabei kommen die Nutzer auch selbst zu Wort. Der Autor des Films, Mathias Wald, war selbst einmal Drogenkonsument und betreibt heute in Fulda ein erfolgreiches Medienunternehmen. Er hat das Video kostenlos produziert.

www.die-fleckenbühler.de

Multikulti-Amt jetzt im Gallus

AMT FÜR MULTIKULTURELLE ANGELEGENHEITEN
FRANKFURT AM MAIN

Das Amt für multikulturelle Angelegenheiten der Stadt Frankfurt am Main ist in den Stadtteil Gallus umgezogen. Das neue Büro liegt in der Mainzer Landstraße 293, in der Nähe der Galluswarte. Das Amt will zu allen Aspekten rund um Vielfalt, Integration und Migration in Frankfurt am Main informieren. Es informiert über Anlaufstellen und bietet Orientierung im persönlichen Gespräch sowie mit Broschüren und Flyern in verschiedenen Sprachen. Die Öffnungszeiten sind Montag und Dienstag, 11 bis 15 Uhr, sowie Donnerstag, 14 bis 18 Uhr. Dienstags bietet das Amt seinen Service auch im Café iZi in der Rechneigrabenstraße 10, und zwar von 12 bis 15 Uhr. Telefonisch erreichen Ratsuchende die Vermittlungsstelle unter 069/212-415 15 und per E-Mail unter amka.info@stadt-frankfurt.de.

www.amka.de

Gesundheitswirtschaft hat neuen Vorsitzenden

Michael Burkhart ist neuer Vorstandsvorsitzender der Initiative Gesundheitswirtschaft Rhein-Main. Burkhart ist Standortleiter Frankfurt am Main und »Health Industries Leader« bei PwC Deutschland. Er folgt auf den nach dreizehn Jahren aus

dem Amt scheidenden Vorsitzenden Dr. Florian Gerster. Die Gesundheitswirtschaft Rhein-Main versteht sich als Interessenvertretung für die regionale Gesundheitswirtschaft. Im Mittelpunkt der Aktivitäten stehen Kongresse, Informationsveranstaltungen und Studien zu Themen wie Innovation, Fachkräfteversorgung und verbesserte gesundheitliche Versorgungsstrukturen, zum Beispiel durch die Folgen der Digitalisierung.
www.gesundheitswirtschaft-rhein-main.de

Wohnhilfe Taunus gerettet

Die Schottener Sozialen Dienste gGmbH haben eine eigene Stiftung gegründet und wollen damit den Geschäftsbetrieb der Ökumenischen Wohnhilfe im Taunus e. V. übernehmen. Die Schottener, die dem Paritätischen Wohlfahrtsverband angehören, wollen in die bestehenden Mietverträge eintreten und die Mitarbeiter übernehmen. Die Wohnhilfe musste wegen der fehlenden Finanzierung zu Anfang des Jahres die Beratungstätigkeit einstellen. Der Verein macht vor allem fehlenden politischen Willen für den Betriebsstopp verantwortlich. Die Organisation hilft Obdachlosen, Sozialhilfeempfängern, Geringverdienern und Flüchtlingen neue Wohnungen zu finden. Die Schottener Sozialen Dienste haben 80 Standorte Rheinland-Pfalz und Hessen, darunter auch in Frankfurt am Main. Der Träger ist vor allem in der Kinder- und Jugendhilfe sowie der Eingliederungshilfe aktiv, hat aber auch zwei Altenhilfeeinrichtungen.
www.wohnhilfe-taunus.de
www.schotten-sozial.de

Mentalisieren in Frankfurt am Main

Mentalisieren gilt als die Fähigkeit, Gefühle, Absichten, Grundannahmen bei sich selbst und anderen unmittelbar wahrnehmen und darüber nachdenken zu können, um entsprechendes Handeln als sinnhaft zu begreifen. Gelingendes Mentalisieren gilt als grundlegend nicht nur für psychische Gesundheit, sondern auch als Voraussetzung sozialer Orientierung und Handelns. Eine Arbeitsgruppe in England hat therapeutische Methoden entwickelt, die für das Mentalisieren auch bei schwer psychisch erkrankten Menschen förderlich sind und die zu deren Genesung beitragen können. Ein Workshop der Deutschen Gesellschaft für Soziale Psychiatrie am 11. und 12. Oktober 2019 in Frankfurt am Main führt in dieses Thema ein.
www.dgsp-ev.de

Die Fotografien von Barbara Walzer, die auch für diese Zeitschrift tätig ist, erzählen mit Empathie alltägliche Geschichten von Menschen aus allen Kulturen und Kreisen, von Lichtern und Schatten einer Stadt am Fluss. Die Aufnahmen spiegeln die wechselnden Stimmungen der Straße wider und bieten dem Betrachter ein ganz besonderes ästhetisches Erlebnis der Stille. Vom 6. bis 29. September 2019 sind ihre Fotos unter dem Titel »Frankfurt – People & Places« in der Galerie des Berufsverbandes Bildender Künstlerinnen & Künstler gegenüber der Europäischen Zentralbank zu sehen.
www.bbk-frankfurt.de

Notizen

Gemeinsam statt einsam

Die 13. Berliner Woche der Seelischen Gesundheit findet vom 10. bis 20. Oktober 2019 statt. Im Fokus steht dieses Jahr das Motto: »Gemeinsam statt einsam - seelisch gesund zusammenleben«. Etwa 15 Prozent der 30- bis 60-Jährigen in Deutschland geben an, unter Einsamkeit zu leiden. In verschiedenen Veranstaltungen soll diskutiert werden, welche Strukturen eine Großstadt für ein soziales und gesundes Miteinander braucht und welche sozialen Faktoren und Rahmenbedingungen ein Leben in Gemeinschaft fördern.
www.seelischegesundheit.net

Zentren für Kinder- und Jugendpsychiatrie geplant

Das Bundesministerium für Bildung und Forschung will zwei neue Deutsche Zentren der Gesundheitsforschung in den Bereichen der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen gründen. Die Forschungsergebnisse sollen den Betroffenen möglichst schnell zugutekommen. Anders als bei den bereits bestehenden Zentren werden sich diese Forschungseinrichtungen nicht auf einzelne Erkrankungen beziehen, sondern mehrere heilberufliche Disziplinen vereinen.
www.bmbf.de

Anmeldefrist verlängert

Die Anmeldefrist beim Hilfsfonds von Bund, Ländern und Kirchen für Psychiatrie-Opfer wird um ein Jahr bis Ende 2020 verlängert. Bei dem Fonds können solche Menschen bestimmte Hilfen beantragen, die als Kinder und Jugendliche in Heimen der Behindertenhilfe und psychiatrischen Einrichtungen Leid und Unrecht erfahren haben..
www.stiftung-anerkennung-und-hilfe.de

Eigenbedarfskündigung ungültig

Eine Kündigung wegen Eigenbedarfs ist ausgeschlossen, wenn ein Umzug bei einem psychisch kranken Mieter die ernsthafte Gefahr einer erheblichen Verschlechterung seines Gesundheitszustands und eines Suizids begründet. Dies hat das Amtsgericht München mit inzwischen rechtskräftigem Urteil entschieden und eine Räumungsklage abgewiesen.
Az.: 433 C 19586/17

Fachmaßnahmen und existenzsichernde Leistungen

Die AG Trennung Fachmaßnahmen/existenzsichernde Leistungen der Vertragskommission nach SGB XII hat ein Informationsschreiben an die Leistungsberechtigten, deren Angehörige und Betreuer entworfen. Darin werden die Veränderungen ab dem Jahr 2020 auch in »Leichter Sprache« beschrieben. Von der Umstellung sind Personen betroffen, die in stationären und teilstationären Einrichtungen der Eingliederungshilfe betreut werden, also beispielsweise in Wohnheimen (künftig: »Besondere Wohnformen«), Werkstätten für behinderte Menschen, Tagesförderstätten und Tagesstätten für seelisch behinderte Menschen..
www.lwv-hessen.de/soziale-teilhabe/leistungen-zur-sozialen-teilhabe

Teilnehmende für Absetz-Studie gesucht

Die Universität Maastricht in den Niederlanden führt eine internationale Studie zum Reduzieren und Absetzen von Neuroleptika durch. Dazu werden noch weltweit Teilnehmende gesucht. In einem deutschsprachigen Flyer werden die Studie und die Möglichkeiten der Teilnahme erläutert.
www.antipsychoticwithdrawalsurvey.com

Psychotherapie wird eigenständiges Studienfach

Künftig soll es nach dem Willen der Bundesregierung einen eigenen Studiengang »Psychotherapie« geben. Der neue Ausbildungsweg sieht ein fünfjähriges Hochschulstudium vor, das sich in ein dreijähriges Bachelor- und ein zweijähriges Masterstudium gliedert, das mit einer bundeseinheitlichen staatlichen Prüfung enden soll. Nur wer diese Prüfung besteht, darf als Psychotherapeut arbeiten. Derzeit wird in Deutschland noch zwischen Psychologischen Psychotherapeuten und Ärztlichen Psychotherapeuten unterschieden. Erstere haben ein Psychologiestudium und eine mindestens dreijährige Ausbildung zum Psychotherapeuten absolviert. Ärztliche Psychotherapeuten haben nach einem Medizinstudium ihre Approbation erhalten und einen Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie erworben oder eine Ausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten durchlaufen.
www.bundesgesundheitsministerium.de

»Wackelbretter« gegen Stürze

Ältere Personen sollten vor allem ihre stabilisierenden Hüftmuskeln trainieren, um Stürze zu vermeiden. Zu diesem Ergebnis kommt eine Studie der Universität Kassel. Beim Älterwerden verlieren die Hüftstabilisatoren in größerem Maße ihre Kraft als die Beinstreckmuskeln. Das Kräfteverhältnis verändert sich zuungunsten der Hüftstabilisatoren und Stürze werden wahrscheinlicher. Die Kasseler Studie empfiehlt beispielsweise Übungen mit sogenannten »Wackelbrettern«.
www.uni-kassel.de

Viele Krankheitstage wegen der Psyche

Die Zahl der Krankheitstage von Beschäftigten wegen psychischer Belastungen ist von 2007 bis 2016 deutlich gestiegen, von knapp 48 Millionen auf 109 Millionen Krankheitstage. Im Jahr 2017 gab es einen leichten Rückgang auf 107 Millionen Krankheitstage. Das geht aus einer Antwort der Bundesregierung auf eine Kleine Anfrage der Fraktion Die Linke hervor. Männer sind demnach in allen Altersgruppen häufiger betroffen als Frauen. So wurden 2017 in der Altersgruppe der 45- bis unter 50-jährigen Männer 336 Krankheitstage je 100 Versicherte gemeldet, bei Frauen in der Altersgruppe waren es 201 Tage. Insgesamt gingen 21 Prozent der Krankheitstage auf das Konto von Männern und 14 Prozent auf

jenes der Frauen. 71.303 Menschen gingen 2017 wegen der Diagnose »Psychische Störungen« in Erwerbsminderungsrente. Im Jahre 1997 waren dies noch 54.657 Menschen.
www.bundestag.de

Alkohol schädigt Hirnzellen nachhaltig

Wer nach schwerem und langanhaltendem Alkoholkonsum eine Entzugskur beginnt, leidet noch eine ganze Weile unter den Folgeerscheinungen seiner Krankheit. Wie ein Forscherteam des Zentralinstituts für Seelische Gesundheit in Mannheim und des Instituto de Neurociencias de Alicante in Spanien nachweisen konnte, schreiten alkoholbedingte Schädigungen im Gehirn noch für mindestens sechs Wochen fort, auch wenn der Betroffene in der Zwischenzeit völlig abstinent war. Bisher war man davon ausgegangen, dass sich alkoholbedingte Schäden schnell zurückbilden, wenn man mit dem Trinken aufhört. Von den Schädigungen betroffen ist vor allem die weiße Substanz des Gehirns. Sie spielt eine wichtige Rolle für Lernen und Gedächtnisbildung.
www.zi-mannheim.de

Studie untersucht Stimmenhören

Bis September 2019 läuft im Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf eine Online-Befragung von Menschen, die Stimmen hören und daran leiden. Ziel ist es, mit einem Handbuch aus Übungen, Wissensvermittlung und Reflexionsanregung eine Hilfe zur Selbsthilfe anzubieten. Interessenten an einer Teilnahme an der Studie können sich auf einer Webseite ausführlich informieren.
https://ww3.uuunipark.de/uc/stimmen_vorbefragung

Ratgeber gegen das »Weglaufen«

Jeden Tag werden in Deutschland zwischen 200 und 300 Menschen vermisst gemeldet. Viele von ihnen sind demenziell erkrankt und finden deshalb die gewohnten Wege nicht mehr. Landläufig heißt es, die meist ältere Person sei »weggelaufen«. Für Dr. Ursula Sottong, Leiterin der Fachstelle Demenz der Malteser Deutschland, eine falsche Einschätzung: »Menschen mit Demenz laufen nicht weg – sie finden nicht zurück!« Mit dem Ratgeber »Vermisst – wenn Menschen mit Demenz verloren gehen« wollen die Malteser Hilfe leisten, um im Falle des Falles gezielt zu suchen oder – noch besser – der Vermisstenmeldung vorzubeugen. Ihr Rat: Einen ausgefüllten Personenbogen mit aktuellem Foto bereithalten, technische Unterstützung wie GPS-System oder Handyortung nutzen; bekannte Lieblingsorte wie Cafés, Geschäfte, frühere Wohnung, Kirche oder Friedhof überprüfen und Situationen vermeiden, die ein »Losgehen« auslösen.
www.malteser-demenzkompetenz.de

Neue Leitlinie Schizophrenie erschienen

Schizophrenien zählen zu den schwersten psychischen Erkrankungen. In Deutschland sind rund 400.000 Menschen davon betroffen. Für die Betroffenen und ihr soziales Umfeld bedeutet die Erkrankung eine enorme

KENN-ZAHLEN

» Die Statistik ist die wichtigste Hilfswissenschaft in der neuen Gesellschaft, sie liefert das Maß für alle gesellschaftliche Tätigkeit.«

August Bebel, deutscher Politiker (1840-1913)

17.129
Zahl der »seelisch behinderten Menschen«, die vom Landeswohlfahrtsverband Hessen im Jahre 2019 Unterstützungsleistungen erhält

750.049
Einwohnerzahl von Frankfurt am Main
(Stichtag 18. Februar 2019)

94.796
Zahl der Empfängerinnen und Empfänger bedarfsorientierter Sozialleistungen zum Lebensunterhalt 2017 in Frankfurt am Main

11.519
Zahl der Mängel bei Kabeln für die Sicherheitsbeleuchtung und die Sicherheitsstromversorgung am im Bau befindlichen Berliner Flughafen
(Stand 8. März 2019)

37
Zahl der Krankenhäuser in Hessen mit einer Fachabteilung Psychiatrie und Psychotherapie

41
Zahl der Ein-Personen-Haushalte in Deutschland in Prozent aller Haushalte
(Durchschnitt Europäische Union: 33 %)

5.429.000
Zahl der Menschen, die sich in Deutschland mehr Arbeit wünschen
(Erhebung »Ungenutztes Arbeitskräftepotenzial« des Statistischen Bundesamtes)

Belastung. Doch es gibt vielfältige Behandlungsansätze mit guten Wirksamkeitsbelegen. Die aktualisierte und von der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde herausgegebene S3-Leitlinie stellt auf der Grundlage neuer evidenzbasierter wissenschaftlicher und klinischer Erkenntnisse Empfehlungen zur Behandlung von schizophrenen Psychosen vor und wertet Erfahrungen von Betroffenen und Angehörigen aus. Die Behandlungsleitlinie Schizophrenie ist im Internet als Kurz- und als Langfassung abrufbar.
www.dgppn.de

Lange Fehlzeiten durch psychische Erkrankungen
Psychisch erkrankte Arbeitnehmer sind mit rund 35 Tagen deutlich länger krankgeschrieben als körperlich erkrankte Personen. Dieser Unterschied hat in den vergangenen Jahren erheblich zugenommen: Im Jahr 2000 fielen Arbeitnehmer, die beispielsweise an einer Depression oder Angststörung litten, bereits mindestens eine Woche länger aus als körperlich Kranke. Bis zum Jahr 2017 hat sich dieser Unterschied fast verdreifacht. Dies geht aus der Auswertung der Bundespsychotherapeutenkammer hervor, in der aktuelle Daten zu den betrieblichen Fehlzeiten der großen gesetzlichen Krankenkassen ausgewertet wurden. Neben der Dauer der Krankschreibungen hat sich auch die Anzahl der Versicherten, die innerhalb eines Jahres aufgrund einer psychischen Erkrankung arbeitsunfähig waren, in den vergangenen zwei Jahrzehnten fast verdoppelt.
www.bptk.de

Psychische Erkrankungen häufiger erkannt
Die Deutsche Rentenversicherung unterstützt immer häufiger psychisch erkrankte Arbeitnehmer bei der Wiedereingliederung in das Berufsleben. In den vergangenen zehn Jahren stieg die Zahl der bewilligten medizinischen stationären Rehabilitationen in diesem Bereich um mehr als 43 Prozent. Wurden im Jahr 2008 noch 118.400 Maßnahmen bewilligt, waren es im vergangenen Jahr bereits 170.200. Grund für die Zunahme der bewilligten Rehabilitationen ist nach Angaben der Rentenversicherung weniger eine reale Zunahme von psychischen Erkrankungen. Dafür gebe es in medizinischen Studien keine Hinweise, hieß es. Die Erkrankungen würden inzwischen aber besser erkannt und damit häufiger diagnostiziert.
www.deutsche-rentenversicherung.de

Krisendienst Frankfurt

Täglich erreichbar unter
069 – 61 13 75

www.krisendienst-frankfurt.de

Montag bis Freitag
17:00 bis 01:00 Uhr

Samstag, Sonntag
und an allen Feiertagen
09:00 bis 01:00 Uhr

Telefonische Beratung, Unterstützung und Hilfestellung in psychischen Krisen und Notlagen, Vermittlung ärztlicher Hilfe und Anlaufstelle außerhalb der normalen Öffnungszeiten der Dienste des sozialpsychiatrischen Hilfesystems.

Der Psychosoziale Krisendienst wird organisiert von der Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie Frankfurt e.V.
krise@bsf-frankfurt.de · www.krisendienst-frankfurt.de

Finanziert vom Gesundheitsamt der Stadt Frankfurt
Mitglied im Frankfurter Netzwerk Suizidprävention

DER PARITÄTISCHE
BETREUUNGSVEREIN
Frankfurt am Main e.V.

Neues Zentrum für psychische Gesundheit gegründet

Die Berliner Universitätsmedizin Charité hat eine neue Abteilung für psychische Gesundheit gegründet. Das »Charité Mental Health« soll sich um Depressionen, Angststörungen und traumatische Stresssituationen kümmern. Ziel ist es, Forschungsvorhaben zu vernetzen und so die Prävention, die Diagnostik sowie die Therapien von psychischen Erkrankungen weiter zu verbessern.

https://mentalhealth.charite.de

Suchtprobleme führen zu hohem Krankenstand

Die Tabak-, Computerspiel- und Trinksucht hat nach Angaben der DAK-Krankenkasse gravierende Folgen für die Arbeitswelt. Nach dem neuen DAK-Gesundheitsreport hat jeder zehnte Arbeitnehmer einen riskanten Alkoholkonsum, und beim Computerspiel weisen rund 2,6 Millionen ein riskantes Nutzungsverhalten auf. Insgesamt gibt es laut DAK-Studie unter den Erwerbstätigen 6,5 Millionen abhängige Raucher, rund 400.000 Computerspielsüchtige und etwa 160.000 Alkoholsüchtige. Nach der Studie fehlen Menschen mit »Substanzstörung« nicht nur häufiger, sondern sind auch unkonzentrierter im Job oder kommen zu spät zur Arbeit.

www.dak.de/

Reha für psychisch Kranke verbessern

Der Grundsatz »Rehabilitation vor Rente« soll auch für Menschen mit psychischen Erkrankungen gelten. Das fordert die Bundesarbeitsgemeinschaft Rehabilitation psychisch kranker Menschen in einem Positionspapier zu Problembereichen der beruflichen Phase einer Rehabilitation. Wichtig sei es, für Menschen mit schweren psychischen Erkrankungen das bestehende rehabilitative System anzupassen, exkludierende Faktoren zu beseitigen und inklusive Modelle weiter zu entwickeln, um nachhaltige Teilhabe, insbesondere am Arbeitsleben, sicher zu stellen.

www.bagrpk.de

»Leuchtturmprojekte« vorgestellt

Eine neue Broschüre des Dachverbandes Gemeindepsychiatrie fasst die »Leuchtturmprojekte« zur Unterstützung für Familien mit einem psychisch erkrankten Elternteil zusammen. Die Veröffentlichung bündelt die Ergebnisse des vom Bundesministerium für Gesundheit geförderten Projektes und ergänzt die Bewertung des Instituts für Sozialpädagogische Forschung Mainz.

www.dvgp.org

Vitos wird digital

In einer »Zukunftswerkstatt Psychiatrie« haben Mitarbeitende des Landeswohlfahrtsverbandes Hessen (LWV) diskutiert, wie digitale Anwendungen dazu beitragen können, die Behandlung von Patienten zu verbessern. Vitos, das LWV-Unternehmen, das hessenweit Klini-

Buch-Tipp

»Ein langer Weg ins Leben«

Bei dem Buch handelt es sich um die Autobiographie eines psychisch Kranken, der das Synonym »Stehaufmännchen« benutzt. Der Autor beschreibt seinen Lebenslauf, beginnend mit der Geburt bis zu seinem 50. Lebensjahr. Aus der Kindheit erzählt er prägnante Erlebnisse, die dem Leser nahe gehen werden. Der größte Teil der Autobiographie widmet er seinen Erfahrungen auf dem Arbeitsmarkt. Seit 14 Jahren ist der Autor nunmehr berentet, geht in eine Tagesstätte für psychisch Kranke und wird begleitet vom Betreuten Wohnen. Er erlebt sein Leben endlich als stabil. Es ist dem Autor wichtig, seinen Werdegang mit anderen Menschen zu teilen, indem er in seinem Buch von seinen Erlebnissen, die zum Teil erschütternd waren, berichtet. Das Buch ist als E-Book erhältlich bei bei Amazon, Tolino Shops, Google Play und Apple ibooks. - Marita Schröder

Das Stehaufmännchen: Der lange Weg ins Leben. Books on Demand, Norderstedt 2019. ISBN 9783749453702. 2,99 Euro.

Unser psychiatrischer Alltag

Gesehen in der Frankfurter Kleinmarkthalle

»Treffpunkte«

Die »Treffpunkte« sind ein Forum für alle in der ambulanten, teilstationären und stationären Psychiatrie sowie in der Sozialpsychiatrie Beteiligten. Die Zeitschrift berichtet über allgemeine Entwicklungen; das besondere Gewicht liegt auf regionalen Aspekten der Rhein-Main-Region.

Der Jahresbezugspreis für ein Einzelabonnement der »Treffpunkte« beträgt 21,- Euro einschließlich Versandkosten.

Wer die Zeitschrift besonders unterstützen möchte, kann sich zu einem Förderabonnement entschließen: Ab 30,- Euro im Jahr wird jede Ausgabe ins Haus geliefert. Die Ausgaben sind einzeln zum Heftpreis von 5,- Euro erhältlich.

Treffpunkte 4/2018 **Psychiatrie und Öffentlichkeit**

Die 30. Frankfurter Psychiatriewoche hatte als Rahmenthema das Verhältnis der Öffentlichkeit zur Psychiatrie - und umgekehrt. In über vierzig Veranstaltungen wurden viele Facetten des Themas beleuchtet. Festgestellt wurde eine Verbesserung des Bildes psychisch kranker Menschen, wenn auch hier der Fortschritt oft eine Schnecke ist.

Treffpunkte 1/2019 **Teilhabe am Arbeitsleben**

Viele psychisch kranke Menschen leiden daran, keine sinnvolle und materiell gesicherte Beschäftigung zu haben. Das neue Bundesteilhabegesetz will deshalb unter anderem mit der Zulassung neuer Anbieter von Arbeitsgelegenheiten und einem Budget für Arbeit den Zugang zum Arbeitsmarkt erleichtern.

Treffpunkte 1/2019 **Sucht**

Das Leben, das ein süchtiger Mensch lebt, ist ein schlechtes Leben. So lautet das Fazit eines erfahrenen Psychiaters, der jahrzehntelang versucht hat, Menschen aus der Gefangenschaft verschiedener Süchte zu befreien.

Im nächsten Heft:

Treffpunkte 4/2019

Psychische Krise – was nun?

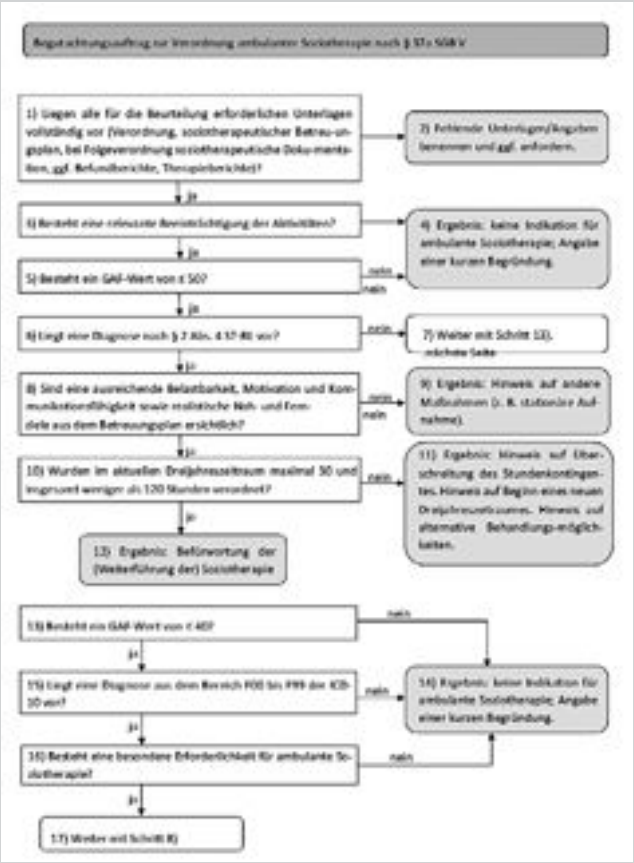
Die nächste Frankfurter Psychiatriewoche findet in der Zeit vom 5. bis 13. September 2019 statt. Die Hauptveranstaltung am 6. September 2019 wird sich mit der Frage beschäftigen, wie psychisch kranke Menschen, ihre Angehörigen und das Versorgungssystem »raus aus der Chronifizierungs-Spirale« kommen können. Über diese und weitere Veranstaltungen wird die nächste Ausgabe der »Treffpunkte« aktuell berichten..

Die »Treffpunkte« 4/2018 erscheinen am 15. November 2019. Mit einem Jahresabonnement von 21,- Euro sichern Sie sich die sofortige Zustellung des jeweils neuesten Heftes.

Bestellung per E-Mail:
gst@bsf-frankfurt.de

Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie
Frankfurt am Main e. V.,
Holbeinstraße 25-27
60596 Frankfurt am Main

Telefon 069 96201869
Fax 069 627705
gst@bsf-frankfurt.de
www.bsf-frankfurt.de



Der Medizinische Dienst der Krankenkassen und der Spitzenverband der Gesetzlichen Krankenkassen haben eine Anleitung für die ambulante Soziotherapie veröffentlicht. Die Vorgabe soll als verbindliche Grundlage für die Begutachtung durch die Medizinischen Dienste dienen, eine einheitliche Begutachtung sicherstellen sowie die Zusammenarbeit der Krankenkassen mit den Medizinischen Diensten regeln.
www.mds-ev.de

ken für Psychiatrie und Psychotherapie betreibt, testet derzeit entsprechende Anwendungen in der Behandlung von Patienten, die an einer Depression oder Angststörung leiden. Nun sollen weitere digitale Hilfsangebote entwickelt werden. So erprobt Vitos Rheingau zwei Module: eines soll Patienten auf den stationären Aufenthalt vorbereiten, das andere die ambulante Behandlung ergänzen. Vitos Herborn erprobt ein Programm, das die Behandlung von Patienten mit Depression, Angststörung oder Burnout unterstützen soll. Inhalte werden dabei unter anderem mit Video- und Audio-Dateien vermittelt. Und am Standort in Gießen gibt es eine App, die Patienten und Besucher über das weitläufige Klinikgelände navigiert und über Neuigkeiten von Vitos Gießen-Marburg informiert.
www.vitos.de

Atlas zeigt Krankenhaus-Erreichbarkeit

Knapp 90 Prozent der in städtischen Regionen lebenden Bevölkerung in Deutschland erreichen innerhalb von 15 Minuten das nächste Krankenhaus mit einer Basisversorgung. In ländlichen Regionen schaffen dies nur gut 64 Prozent der Bevölkerung. Diese Erreichbarkeiten ergeben sich aus dem neuen Krankenhaus-Atlas der Statistischen Ämter des Bundes und der Länder. Das interaktive Kartenangebot zeigt erstmals die Erreichbarkeit von allen möglichen Standorten in Deutschland zum nächsten Krankenhaus. Die Nutzerinnen und Nutzer können dabei nicht nur nach Krankenhäusern mit Basisversorgung und allgemeinen Fachabteilungen suchen, sondern auch nach speziellen medizinischen Leistungen filtern. Wo liegt beispielsweise das nächste Krankenhaus mit Angeboten für psychisch kranke Menschen? Die Erreichbarkeiten werden in Minuten angegeben und beziehen sich auf die Fahrtzeit in einem Pkw bei ungestörter Verkehrslage.
https://krankenhausatlas.statistikportal.de

Broschüre zum barrierefreien Arbeiten

Der Berliner Verein Kellerkinder e. V. hat eine Broschüre über »Barrierefreies Arbeiten für Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen« veröffentlicht. Einflussfaktoren der Arbeit werden zu Barrieren, so die Begründung, wenn sie psychisch kranke Menschen an der vollen, wirksamen und gleichberechtigten Teilhabe am Arbeitsleben hindern. Eine Arbeitssituation gilt erst dann als barrierefrei, wenn sie für den betreffenden Beschäftigten zugänglich und nutzbar ist.
www.seeletrifftwelt.de

In einem Satz

App –
m Auftrag von ökumenischen Telefonseelsorge-Einrichtungen wurde eine kostenfreie App (»Krisen-Kompass«) für solche suizidgefährdete Menschen entwickelt, die nicht den Mut haben, den direkten Kontakt mit Beratungsstellen zu suchen.
www.telefonseelsorge-hagen-mark.de

Inklusion –
Der 45-minütige Film »Brückenbauer« dokumentiert die Arbeit von Inklusions-Assistenten und ist als DVD beim Medienprojekt Wuppertal für 32,- Euro erhältlich..
www.medienprojekt-wuppertal.de

Innovation –
Die Aktion Psychisch Kranke e.V. hat eine eigene Webseite eingerichtet für den Dialog zur Weiterentwicklung der Hilfen für psychisch erkrankte Menschen.
www.psychiatriedialog.de

Adressenliste –
Der Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener sammelt Adressen von aus Betroffenensicht empfehlenswerten Anwälten, Psychiatern und Psychologen und bittet um entsprechende Hinweise
nfo@bpe-online.de

Walter-Picard-Preis –
Der Landeswohlfahrtsverband sucht Vorschläge für den nächsten Walter-Picard-Preis, der an Personen und Gruppen vergeben wird, die sich um die gemeindenahe psychiatrische Versorgung in Hessen besonders verdient gemacht haben.
www.lwv-hessen.de

Sieben Fragen an

Alexander Haug

Alexander Haug arbeitet im Sozialdienst des Wohnheims Goldstein für psychisch kranke Menschen der Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie Frankfurt am Main e. V. Zudem ist er Brandschutz- und Sicherheitsbeauftragter für den Gesamtträger. Studiert hat er Sozialpädagogik an der Berufsakademie Stuttgart.

1. Was ist gut an der psychosozialen Versorgung in Frankfurt am Main?

Es gibt viele Träger der psychosozialen Versorgung in Frankfurt am Main und eine große Angebotspalette an Offline-Diensten.

2. Was müsste in der psychosozialen Versorgung in Frankfurt am Main dringend verbessert werden?

Die Digitalisierung in der sozialen Branche steckt noch in den Kinderschuhen. Es gibt noch zu wenig belastbare empirische Daten über den digitalen Wandel in Non-Profit-Organisationen. Digitale psychosoziale Dienste sind noch in einer sehr überschaubaren Anzahl und in einem ausbaufähigen Zustand vorhanden.

3. Welches psychosoziale Angebot ist viel zu wenig bekannt?

Das ist sehr schwer zu sagen. Es gibt in Frankfurt am Main einen bunten Strauß an vielen unterschiedlichen Angeboten. Es gibt vermutlich Social Entrepreneurs, die ein innovatives Social-Startup gründen, die noch nicht bekannt sind. Es ist auf jeden Fall denkbar, dass diese organisatorische Form in Zukunft keine Seltenheit mehr sein wird.

4. Welchem Buch wünschen Sie viele Leserinnen und Leser?

»Der halbe Mann: Dem Leben Beine machen« von Florian Sitzmann.

5. Welchen Film haben Sie zuletzt gesehen?

»The Accountant«. Der Film handelt von einem Mathematik-Genie und Autisten, der als Buchhalter für die gefährlichsten Unterweltorganisationen der Welt arbeitet.

6. Sie haben plötzlich einen Tag frei – was würden Sie gerne machen?

Einen langen Familienausflug, danach eine große Grillparty und am Ende des Tages im Garten die Natur genießen.

7. Die Märchenfee erscheint – Ihre drei Wünsche?

Gesundheit für die gesamte Familie, mehr Zeit für die Familie, Frieden.

»Wenn wir bedenken, dass wir alle **verrückt** sind, ist das Leben erklärt.«

Samuel Langhorne Clemens (1835-1910)
Amerikanischer Schriftsteller, besser bekannt als **Mark Twain**

Keine Ausgabe verpassen – **Treffpunkte** abonnieren !

Die Burgerhilfe setzt für die **Treffpunkte** jedes Jahr hohe Eigenmittel ein, da sie als kleine Zeitschrift – wie viele Printmedien in der heutigen Zeit – nicht kostendeckend erscheinen kann. Helfen Sie mit, dass die Treffpunkte noch lange ein lesenswertes Forum für alle Akteure der sozialen Psychiatrie bleiben.

Wir würden uns freuen, wenn auch Sie sich entschließen, 21 Euro gut anzulegen:

Bitte hier abtrennen

○ **Ja**, ich abonniere ab sofort die **Treffpunkte** und bitte um regelmäßige Zusendung an folgende Adresse:

_____
Name

_____
Straße

_____
PLZ/Ort

Das Jahresabonnement kostet 21 Euro für vier Ausgaben und kann zum Ende jeden Jahres schriftlich gekündigt werden.

○ **Ich** zahle nach Erhalt der Rechnung

○ **Ich** möchte die **Treffpunkte** mit einem Förderabonnement unterstützen und zahle jährlich _____ Euro
(bitte Wunschbetrag ab 30 Euro eintragen)

○ **Ich** möchte mich nicht selbst um die Überweisung kümmern und stimme deshalb zu, dass die Abo-Gebühr von meinem Konto per SEPA-Lastschrift abgebucht wird.
(In diesem Fall senden wir Ihnen in Kürze wegen der neuen SEPA-Lastschrift-Bestimmungen eine weitere Information zu.)

_____ Datum

_____ Unterschrift

Widerrufsbelehrung:
Diese Bestellung kann ich ohne Angaben von Gründen innerhalb von zwei Wochen schriftlich widerrufen. Zur Wahrung der Frist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.

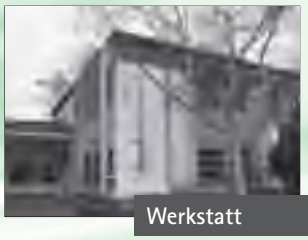
Datenschutz:
Wir versichern, dass die angegebene Adresse ausschließlich für Zwecke des Vertriebs der Zeitschrift verwendet wird.

Ihre **Abonnements-Bestellkarte** schicken Sie bitte ausreichend frankiert an die Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie Frankfurt am Main e.V., Holbeinstraße 25-27, 60596 Frankfurt am Main.

Gerne nehmen wir Ihre Abo-Bestellungen auch telefonisch (069-96201869) oder per eMail (gst@bsf-frankfurt.de) entgegen. Sie erhalten dann umgehend eine schriftliche Bestätigung.

Anzeige

druckwerkstatt
Rödelheim


Werkstatt

Druckvorstufe

Offsetdruck

Digitaldruck

Weiterverarbeitung

KfZ-Beschriftungen

Faltschachteln

Mailingservice

Die Werkstatt

Die druckwerkstatt Rödelheim ist eine Einrichtung zur beruflichen und sozialen Integration seelisch behinderter Menschen. Träger ist der Frankfurter Verein für soziale Heimstätten e.V.

Gemeinsam mit den Mitarbeitern bearbeitet die Werkstatt – gemäß dem Prinzip „Förderung durch Arbeit" – die Kundenaufträge.

Produkte und Dienstleistungen

Als moderne Druckerei ist die druckwerkstatt Rödelheim ein Systemanbieter des grafischen Gewerbes.
Unser erfahrenes Team deckt alle Fachbereiche ab – angefangen von der Beratung über die Satzherstellung und die Gestaltung bis hin zum Druck.

Druckvorstufe

In der Druckvorstufe arbeitet unsere Einrichtung mit modernen Scan- und DTP-Systemen. Sie erstellt, prüft und bearbeitet Druckdaten und belichtet diese im Anschluss auf Druckplatten mittels neuester CTP-Technik.

Digital- und Offsetdruck

Kleinere Auflagen sowie Andrucke werden im Digitaldruck gefertigt. Für den Offsetdruck stehen uns eine Zwei- und Vierfarbendruckmaschine zur Verfügung.

Weiterverarbeitung

Alle Druckprodukte werden mit Hilfe modernster Technik verarbeitet – dazu zählen auch Buchbindearbeiten und Kfz-Beschriftungen. Weiterhin können u.a. Faltschachteln auf dem Schneideplotter produziert werden.

Wir bieten unseren Kunden zusätzlich Versand-Dienstleistungen sowie Portooptimierung an.

Mailing

Im Mailingbereich werden Daten und Unterlagen von einer Vielzahl geübter und geschulter Mitarbeiter verarbeitet. Der Bereich beinhaltet den Postversand, nachträgliche Personalisierung sowie Konfektionierungen aller Art.

Qualität

Ein ständig aktualisiertes Qualitätsmanagementsystem hilft bei der Aufrechterhaltung einer gleichbleibend guten Qualität unserer Arbeit.

druckwerkstatt Rödelheim
Biedenkopfer Weg 40a
60489 Frankfurt am Main
fon 069 - 90 74 98-0
fax 069 - 90 74 98-25