

Projekt schult Mitarbeiter - auch von BSAG

# Bremer Verein will psychisch Kranke integrieren

Weser Kurier, Kathrin Aldenhoff 09.02.2016

Die UN-Behindertenrechtskonvention besagt: Alle Menschen sollen an der Gesellschaft gleichberechtigt teilhaben. Das gilt auch für psychisch Kranke. Der Bremer Verein "Türen öffnen" setzt sich dafür ein.



Heiko Schwarting und Monika Möhlenkamp schulen andere im Umgang mit psychisch Kranken. Er spricht aus persönlicher Erfahrung, sie aus beruflicher. (Christina Kuhaupt)

Im Moment geht es Heiko Schwarting gut. Er hat eine normale Phase, das gibt es glücklicherweise auch. Heiko Schwarting, 56 Jahre alt, grauer Pulli, Brille, blaue Augen, freundliches Lächeln, ist manisch-depressiv. Wenn er eine manische Phase hat, läuft er rastlos durch die Gegend, gibt Geld aus, viel mehr, als er sollte, strengt sich an, bis er völlig erschöpft ist, körperlich am Ende. Wenn er in einer depressiven Phase ist, hat er Schwierigkeiten, das Haus zu verlassen oder mit anderen zu reden. Auf Fahrradfahren, was er sonst so liebt, hat er keine Lust, er sitzt nur zu Hause.

Menschen wie Heiko Schwarting sieht man es nicht immer an, dass sie psychisch krank sind – oder seelisch beeinträchtigt, wie es andere nennen. Wie viele psychisch Kranke es in Bremen gibt, ist nicht klar. Nach Angaben des bundesweiten Aktionsbündnisses Seelische Gesundheit leidet aber ein Drittel aller Menschen einmal in ihrem Leben an einer psychischen Erkrankung. Deutschland ratifizierte 2007 die UN-Behindertenrechtskonvention, 2009 trat sie in Kraft. Ziel ist unter anderem eine gleichberechtigte Teilhabe von Menschen mit Behinderung an der Gesellschaft. Diese Konvention gilt auch für Menschen mit seelischer Beeinträchtigung.

Psychische Erkrankungen nehmen zu, auch in Bremen, sagt Monika Möhlenkamp. Die Gesundheitswissenschaftlerin koordiniert bei dem Verein Initiative zur sozialen

Rehabilitation die Inklusionsprojekte. An diesem Nachmittag sitzt sie mit Heiko Schwarting in einem Besprechungszimmer ihres Vereins in Gröpelingen, die beiden sprechen über das Projekt „Türen öffnen“.

### **Psychisch Kranke: Verschiedene Barrieren**

Monika Möhlenkamp sagt, psychisch Kranke brauchen Hilfe, um an allen Bereichen der Gesellschaft teilzuhaben. Seit zweieinhalb Jahren gibt es das Projekt „Türen öffnen“, zu 70 Prozent finanziert von der Aktion Mensch, 30 Prozent kommen vom Verein Initiative zur sozialen Rehabilitation selbst. Ende Mai läuft das Projekt aus. Die Arbeit aber soll weitergehen, sagt die 48-Jährige. „Es ist vieles entstanden. Das wollen wir, so gut es geht, mit eigenen Mitteln weiterführen.“

Bei der Inklusion von psychisch Kranken geht es nicht um rollstuhlgerechte Toiletten oder um einfache Sprache. Die Barrieren, die psychisch Kranke davon abhalten, am gesellschaftlichen Leben teilzuhaben, sind schwerer zu fassen. Monika Möhlenkamp gibt ein Beispiel: Wer sich für einen Sprachkurs an der Volkshochschule angemeldet hat, kommt beim ersten Termin vielleicht nicht weiter als bis zur Pforte, weil die Wege nicht klar ausgeschildert sind. Viele finden nicht den Mut, dann nach dem Weg zu fragen. Andere haben ein hohes Bedürfnis nach Sicherheit: Um sich wohlfühlen, müssen sie vorher wissen, wie die Seminarräume aussehen, wo die Toiletten sind, ob die Räume im Keller liegen oder nicht. Eine Lösung wäre es, Bilder der Seminarräume ins Internet zu stellen, sagt Monika Möhlenkamp. Dann könnten sich die Teilnehmer darauf vorbereiten.

### **Betroffene sollen als gleichwertig wahrgenommen werden**

Heiko Schwarting sagt: „Als psychisch Kranker muss man erst mal den Schritt machen, sich überhaupt zu dem Kurs anzumelden.“ In einer depressiven Phase für ihn schwer vorstellbar. Bei psychisch Kranken gibt es viele verschiedene Krankheitsbilder: Schizophrenie, Psychosen, Depressionen. Ziel des Vereins ist es nicht nur, Menschen mit diesen Krankheiten an allen Bereichen der Gesellschaft teilhaben zu lassen – sie sollen als gleichwertig wahrgenommen werden, ihre Krankheit soll kein Stigma mehr sein. Und diese Arbeit beginnt bei den Betroffenen selbst.

Heiko Schwarting ist Diplomingenieur für Elektrotechnik, wegen seiner Krankheit kann er nicht mehr arbeiten. Mit Ende 30 bekam er die Diagnose: bipolare Störung. Er zog freiwillig in eine betreute Wohngruppe, traute sich nichts mehr zu, hatte kein Selbstbewusstsein mehr. Er stigmatisierte sich selbst, wie viele psychisch Kranke.

Das Projekt änderte das. Der Verein fragte ihn damals, ob er mitmachen wolle; inzwischen erzählt er bei Projektveranstaltungen, wie es sich anfühlt, eine manische Phase zu haben, und wie es ist, danach in eine Depression zu stürzen. „Ich habe gemerkt: Das kannst du erzählen“, sagt er und lächelt. Heiko Schwarting will Mittler sein, das sieht er als seine Aufgabe. Vor eineinhalb Jahren ist er aus der betreuten WG ausgezogen, er lebt jetzt mit einem Bekannten zusammen in einem Haus. „Das hätte ich mir vor vier, fünf Jahren nie zugetraut.“

Schulungen sind ein wichtiger Teil des Projekts, Heiko Schwarting und Monika Möhlenkamp haben bisher 150 Bremer geschult. Vor Kurzem waren Mitarbeiter der

Bremer Straßenbahn AG dran. Heiko Schwarting kann es verstehen, dass viele nicht wissen, wie sie mit psychisch Kranken umgehen sollen. „Wenn einer schizophren ist, er Stimmen hört und in der Straßenbahn mit einem neben sich spricht, dort aber niemand ist, dann ist das schwierig.“

### **BSAG-Mitarbeiter: Rollenspiele gegen Stigmatisierung**

Damit Fahrer und Kontrolleure mit solchen Situationen besser umgehen können, haben er und Monika Möhlenkamp zwei Tage lang mit ihnen Übungen und Rollenspiele gemacht, Heiko Schwarting hat ihnen erklärt, wie psychisch Kranke ticken, wie sie sich in der Straßenbahn verhalten und wie sich Kontrolleure verhalten sollen. Die Leute nicht anfassen, zum Beispiel. Und wenn sie unsicher sind, die Betroffenen ruhig fragen, was sie tun sollen.

Ein anderer Teil des Projekts sind die Angebote für Betroffene und Bewohner in den Stadtteilen. Der Verein bietet zum Beispiel eine Kochgruppe an, eine Fahrradgruppe, einen Näh- und einen Gärtnertreff. Etwa 70 Bremer treffen sich regelmäßig in diesen Gruppen, Menschen mit und ohne psychische Erkrankung. Die Kochgruppe ist sogar ausgebucht, es gibt eine Warteliste. Nur wenn alle in der Gruppe das Gleiche wollen, dann funktioniert es, sagt Möhlenkamp. Kochen, Fahrrad fahren, an einem Sonntag nicht alleine sein.

Begegnungen sind das beste Mittel gegen Stigmatisierung, das zeigten auch Forschungen, sagt Monika Möhlenkamp. Bei sogenannten Netzwerktreffen bringen sie viele Menschen zusammen: Bewohner aus den Stadtteilen, Betroffene, Mitarbeiter der Stadtteilbibliotheken oder vom Amt für soziale Dienste. Und der Verein bildet Betroffene zu Genesungsbegleitern aus: Sie helfen dann anderen psychisch Kranken aus der Krise und haben so gleichzeitig die Möglichkeit, wieder in einen sozialversicherungspflichtigen Job zu kommen.

Heiko Schwarting glaubt nicht daran, dass er noch mal als Elektrotechniker arbeiten wird. „Ich muss mit meiner Krankheit leben. Und trotzdem bin ich gleichwertig“, sagt er. Das bedeutet für ihn das Wort Inklusion. Noch sehen das nicht alle so, das weiß er. „Das ist ein Prozess, der mit dem Projekt noch lange nicht zu Ende ist.“ Deshalb will er auch nach Projektende weiter für den Verein arbeiten.

## **Initiative zur sozialen Rehabilitation**

Den Verein gibt es seit 1982. Er entstand, weil das Land Bremen im Jahr 1980 im Zuge der Psychiatrie-reform beschloss, seine psychiatrische Klinik, das Kloster Blankenburg in der Nähe von Oldenburg, zu schließen. Hauptanliegen des Vereins war damals, die rund 300 Patienten in die Gesellschaft zu integrieren und allen ein selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen. 85 Sozialarbeiter und Psychologen arbeiten bei dem Verein, sie begleiten psychisch Kranke, Menschen mit geistiger Behinderung oder Suchterkrankungen in Alltagssituationen und besuchen sie in ihren Wohnungen. „Türen öffnen“ ist ein Inklusionsprojekt des Vereins.