

Bewegt sich was- mit und für junge Menschen mit psychischer Erkrankung???

5. Februar 2010 in Heidelberg, Forum am Park, Poststr. 11

Zusammenfassung:

Der Fachtag konnte eine bunte Palette von Arbeits-Projekten präsentieren, die Bürgerschaftliches Engagement, Selbsthilfe und professionelles Handeln zeigen und/oder verbinden. Mit den Schwerpunktthemen Sport und Bindung gelang es eine Brücke zu bilden, zwischen aktivierenden Ansätzen und Grundhaltungen in der Begegnung.

Die gut besuchte Fachveranstaltung in Heidelberg zeigte das breite Interesse am Thema und wie eine Teilnehmerin formulierte: „wichtig sind gut erreichbare, praxisorientierte, kurze Veranstaltungen...“. Die Teilnehmer kamen aus allen Gruppen, die der Landesverband vertritt und bei Kaffee, Brezel und Kuchen entstanden im Bistrobereich immer wieder interessante Gespräche. Die Räume im Forum am Park waren sehr angenehm in der Atmosphäre, zentral und praktisch.

Doch nun zu den vielfältigen Beiträgen:

Im Internetforum für junge Menschen mit Essstörung kommen Betroffene online ins Gespräch und finden Informationen, Literatur- und Linklisten. Frau Raabe von LuCa Heidelberg (**L**ebenskompetenz **u**nd **C**hancengleichheit für **a**lle) stellte anhand von Beiträgen im Forum eindrücklich dar, wie wichtig es für Nutzerinnen sein kann, die eigene Isolation zu überwinden und als ersten Schritt online mit anderen Betroffenen in Kontakt zu kommen. Austausch und gegenseitige Unterstützung in den alltäglichen und grundlegenden Fragen der Essstörung werden durch die sozialpädagogische Begleitung gefördert.

Eine Fachkraft liest täglich die Diskussionsbeiträge und steuert selbst Informationen und Kommentare bei. Sie achtet auch auf die vereinbarten Regeln im Umgang miteinander.

Der Club 55 der Freiburger Hilfsgemeinschaft stellte sich live mit seinem Jugendprojekt vor. 2004 initiiert und seitdem gut besucht, erläuterte das angereiste Team das Projekt, die Strukturen und Aktivitäten der Gruppe, aus Sicht von Ehrenamtlichen und Betroffenen.

Zweimal monatlich trifft man sich, um neue Kontakte zu finden und bei Billard, Ausflügen oder im Café einen guten Austausch unter Gleichaltrigen zu pflegen.

Bilder vom Tanz und vom Barbetrieb mit alkoholfreien Longdrinks begleiteten den Beitrag „**Mal wieder Tanzen**“, Disco in geschütztem Raum, von der Heidelberger Werkgemeinschaft und dem Diakonischen Werk Heidelberg. Deutlich wurde hier durch die Bilderpräsentation die Freude und Anmut der Besucher und Besucherinnen beim Tanz. Wie leicht entsteht positives Selbst-Erleben und Spaß an Bewegung und Musik, in einer gut ausgestatteten und anregenden Umgebung. Die Zutaten: Ein einfühlsamer, professioneller DJ, die entsprechende Musik- und Lichtanlage, eine mobile Bar, echte Longdrinks und gute Atmosphäre an der Bar zum Quatschen und „dabei sein“.

Wie Kinder und Jugendliche mit seelischen Problemen ihre Gastfamilie finden und wie der VSP (Verein zur Förderung einer sozialen Psychiatrie) diesen sensiblen Prozess mit vielfältigen Familien in seinem Projekt JuMeGa umsetzt, stellte Frau Schweyer aus Tübingen dar. Viele Fragen gab es hier zu praktischen Details und Frau Schweyer konnte überzeugend an Geschichten und Prozessbeschreibungen vorstellen, dass eine geduldige, feinfühlig Arbeit in der Vorbereitung, die guten Kontakte und das Vertrauen in die Lebens- und Problemlösungskompetenz der Gastfamilien und natürlich die fachliche Begleitung für die betroffenen Kinder und Jugendlichen zu guten Chancen führt.

Frau Lauter von der Uni-Klinik Heidelberg gab einen spannenden Abriss der Arbeit und der Angebote im stationären Rahmen. Bei ihr zeigen sich häufig die Not und die Hilflosigkeit der ganzen Familie, wenn die Erkrankung eines Kindes akut wird.

Sie stellte auch dar, dass es immer wieder eine lange Vorlaufphase mit Rückzug, Antriebslosigkeit, „Drogenkonsum als Selbstbehandlung“ und Alltagsproblemen bei einer psychotischen Erkrankung gibt und eine früh einsetzende Behandlung helfen kann.

Zweimal kam Bewegung in den Saal – einmal mit Frau Homberger, die zu Koordinationsübungen einlud und das zweite Mal mit Frau Hilpert, die östliche Musik und Yogaübungen im Stehen als Impuls für die Tagung anbot. Yoga wird in der HWG auch für Klienten angeboten. Beide Aktionen wurden von den Teilnehmern sehr gerne aufgenommen.

Frau Hornberger konnte interessant darstellen, wie wichtig Sport für die Ausdauer, Konzentration und für Erfolgserlebnisse ist. „Manchmal ist es wichtig mit einer Klientin den richtigen Zugang zu finden und das passende Thema im Sport“... Auf alle Fälle sind Sportgruppen und Behindertensport auch außerhalb der Vereine wichtig, denn die Hürde ist dort für viele zu hoch und es kommt zu keinen positiven Erfolgserlebnissen. Bewegung in der Natur, Freizeiten, Schneeschuhwanderungen, Wassersport und Rudern heben die Stimmung und verstärken die Erfahrung von Selbstwirksamkeit.

Mit den Aspekten aus der Bindungsforschung kamen alle psychosozial Interessierten auf ihre Kosten. Über die Darstellung der Bindungstheorie und der Ergebnisse aus der Gehirnforschung machte Frau Häfner-Ehreiser deutlich, wie wichtig Sicherheit und Kontinuität für eine Nachreifung und Steigerung der persönlichen Selbstständigkeit sind.

Unsichere und desorganisierte Bindungsmuster finden sich in vielen Erkrankungsbildern der jungen Menschen und führen für die Betroffenen immer wieder zum Scheitern von Beziehungen. Die Selbstwirksamkeit, die Impulskontrolle oder die Handlungsplanung können dadurch beeinträchtigt sein. Um stabiler und selbständiger zu werden ist Übung und neue Erfahrung wichtig, aber auch Geduld und Ausdauer und kontinuierliche Begleitung.

Der Landesverband war erfreut über das große Interesse am Thema und lädt herzlich auf die REGIO im April nach Stuttgart ein.