

HILFE IN PSYCHISCHEN KRISEN

## Helfer, Betroffene und Angehörige wollen in Freiburg "Außerstationäre Krisenbegleitung" etablieren

**Eine Gruppe von professionellen Helfern, Betroffenen und Angehörigen will eine "Außerstationäre Krisenbegleitung" etablieren.**

Vielleicht hätte er seinen Job behalten können. Wenn es damals, als Andreas T.\* seine letzte Psychose hatte, eine gut ausgebaute "Außerstationäre Krisenbegleitung (ASK)" gegeben hätte. Doch die Freiburger ASK-Gruppe entsteht derzeit erst. Ihr Ziel: Menschen in psychischen Krisen und akuten Psychosen eng begleiten, damit im Idealfall Psychiatrie-Einweisungen seltener werden, der Medikamentenverbrauch sinkt und das Umfeld einbezogen wird, so dass Arbeitgeber und Angehörige Scheu ablegen und stützend wirken.

Sie alle sind beim "ASK"-Projekt dabei: Zum einen professionelle Helfer wie die Musiktherapeutin Hanna Wagener, die im Zentrum für Psychiatrie Emmendingen (ZPE) arbeitet, und Hubert Schaubhut, Sozialarbeiter bei der Freiburger Hilfsgemeinschaft (FHG). Zum anderen Betroffene wie Andreas T. und Sven L.\* oder Angehörige wie Luise Z.\*, deren Sohn vor einigen Jahren zwei Mal Psychosen hatte. Luise Z. fand die Behandlungsmaschinerie, in die er geriet, sehr abschreckend: "Er wurde nur als Symptomträger wahrgenommen und bekam Medikamente. Und wir, seine Angehörigen, wurden nicht einbezogen." Damals stieß Luise Z. auf das Prinzip des "Offenen Dialogs", das Kranke und ihr Umfeld auf Augenhöhe einbezieht. Als die Ärzte dem Sohn empfahlen, fünf Jahre vorbeugend Psychopharmaka zu schlucken, entschied er sich dagegen, er wollte typische Nebenwirkungen wie starke Gewichtszunahme und den Verlust von Lebendigkeit nicht hinnehmen.

**"Ich kam mir  
wahrgenommen vor, nicht  
so fremdgesteuert."**

Mittlerweile lebt er seit fünf Jahren ohne Medikamente, es geht ihm gut. Auch Andreas T. und Sven L. sind bereits erfolgreich andere Wege gegangen, als sie die Psychiatrie üblicherweise vorsieht: L. wurde nach einer Psychose von Mitgliedern der "ASK"-Gruppe begleitet und fühlte sich besser als bei früheren Psychiatrie-Aufenthalten: "Ich kam mir wahrgenommen vor und nicht so

fremdgesteuert." T. konnte jahrelang am Psychoseprojekt eines engagierten Arztes teilnehmen, das ihm phasenweise tägliche Therapie und Begleitung in Form von Spaziergängen oder gemeinsamem Kochen sicherte. So hat er vier Krisen ambulant bewältigt. Das Projekt ist inzwischen beendet, doch Andreas T. hofft, dass die "ASK"-Gruppe ähnliche Strukturen schaffen kann: Unter anderem mit einem durchgängig besetzten Krisentelefon, mit Krisenteams, die bei Bedarf Menschen zu Hause begleiten, und mit einer Krisenpension, wo alle Zuflucht finden können, die das Alleinleben vorübergehend nicht ertragen.

In manchen Städten gibt es solche Ansätze, zum Beispiel in Darmstadt, Berlin, Nürnberg oder München, teils finanziert von Krankenkassen, teils von den Kommunen. Als Sozialarbeiter bei der FHG erlebt Hubert Schaubhut, welche Schäden Psychiatrie-Aufenthalte bei etlichen Menschen hinterlassen: "Weil sie mit 30 anderen, die alle ebenfalls in einer Krise sind, auf einer Station sind und vorrangig medikamentös behandelt statt warmherzig begleitet werden." Daran seien nicht die Psychiatrie-Mitarbeiter schuld, sondern die Bedingungen in großen, starren Institutionen und der oft verengte, rein schulmedizinische Blick. Schaubhut glaubt: "Drei Viertel dieser Menschen könnten einen Psychiatrie-Aufenthalt vermeiden, wenn sie gut begleitet würden." Niemand in der "ASK"-Gruppe bestreitet, dass es immer Situationen geben wird, in denen es keine andere Lösung als die Psychiatrie oder Medikamente gibt. Doch sie sind überzeugt: Das ließe sich stark verringern. 2015 wollen sie eine Grundausbildung im "offenen Dialog" anbieten, sagt Wagener, als Basis für alle Engagierten. Zurzeit sind 20 dauerhaft Aktive und doppelt so viele sporadisch dabei, bisher noch keine Psychiater.

"Die finden sich", ist Hubert Schaubhut überzeugt. Änderungen seien überfällig: "Wir wissen, was die Menschen brauchen, wir sind vom Forschungsstand her in einer post-psychiatrischen Phase." Nun geht's um die Suche nach Finanzierungsmöglichkeiten: Für die Ausbildung für die Helfer, für geeignete Räume, für dauerhafte professionelle Mitarbeiter.  
\*Namen geändert

## TREFFEN UND VORTRAG

Die "ASK"-Gruppe trifft sich heute,

19 Uhr, bei der FHG, Schwarzwaldstraße 9. Am Donnerstag, 22. Januar, 16.30 Uhr, findet an der Hebelschule, Engelbergerstraße 2, ein Vortrag statt: "Weniger Medikamente – stattdessen andere Therapien – was hilft?" mit dem Heidelberger Klinik-Chefarzt Martin Zinkler. **Kontakt:** <http://www.ask-freiburg.de> Telefon 0761/70481-15

Autor: anb

Autor: Anja Bochtler