

# Anschluss gesucht

## Für psychisch kranke Menschen kann ein Ehrenamt den Wiedereinstieg in die Gesellschaft bedeuten

MICHELLE HÜBENTHAL

Michelle Hübenthal ist Diplom-Sozialwirtin, Freiwilligenkoordinatorin, angehende systemische Organisationsentwicklerin und Profilpass-Beraterin. Neben der Projektleitung von »SeisoFREI...und bleib dran!« arbeitet sie als Tutorin im Wohnbereich der Frankfurter Werkgemeinschaft e. V.  
m.huebenthal@fwg-net.de

### Das Frankfurter Projekt »SeisoFREI und bleib dran!« vermittelt Menschen mit einer psychischen Erkrankung in freiwillige Tätigkeiten und steht den Einsatzstellen bei der Vorbereitung und Durchführung des Ehrenamtseinsatzes zur Seite.

»Menschen können sehr verschieden sein – ihre Träume und Erwartungen sind es nicht.« Diese Feststellung des dänischen Schriftstellers Jens Peter Jacobsen teilen sicher viele Menschen – möchte nicht die Mehrheit Teil der Gesellschaft sein und dazu gehören?

Dazu gibt es seit einiger Zeit einen neuen Begriff: Inklusion. Hier geht um viel mehr als um die bloße Integration von Menschen mit Behinderungen. Inklusion bedeutet »Zugehörigkeit« und hat somit Auswirkungen auf alle Lebensbereiche. Seitdem 1. Januar 2009 besteht auch in Deutschland die gesetzliche Inklusionspflicht. In der UN Behindertenkonvention heißt es dazu: »[...] den vollen und gleichberechtigten Genuss aller Menschenrechte und Grundfreiheiten durch alle Menschen mit Behinderungen zu fördern, zu schützen und zu gewährleisten und die Achtung der ihnen innewohnenden Würde zu fördern.«

Dabei wird ein wesentlicher Bereich der »Zugehörigkeit« für viele Menschen mit der Erwerbstätigkeit abgedeckt. Doch die arbeitsmarktorientierte Teilhabe für Menschen mit Psychiatrie-Erfahrung wird immer schwieriger – hier kann eine freiwillige Tätigkeit jenseits von Erwerbstätigkeit zur Inklusion der Betroffenen erheblich beitragen.

Das Projekt »SeisoFREI...und bleib dran!« der Frankfurter Werkgemeinschaft e. V. berät Einrichtungen und Freiwilligenagenturen, die psychisch beeinträchtigten Menschen eine ehrenamtliche Mitarbeit ermöglichen möchten und so zur Inklusion dieser betroffenen Menschen beitragen können. Auch die betroffenen Menschen werden vermit-

telt, begleitet und unterstützt, damit ein Engagement gelingen kann.

Dabei verfolgt das Projekt den Ansatz, Menschen mit ihren Beeinträchtigungen wie alle anderen Freiwilligen zu behandeln, obgleich für ihre erfolgreiche Vermittlung ein höherer Zeitaufwand entstehen kann. Über 60 Klienten wurden mittlerweile durch das Projekt beraten. Hinzu kommt das Team der Freiwilligen, die in dem »KulturTreff-Café« der Frankfurter Werkgemeinschaft im Haus der Volksarbeit den Service betreiben und welches mittlerweile auch auf 16 Personen angewachsen ist.

Dabei steht bei der Beratung der Betroffenen die richtige »Passung« zwischen der Person und der jeweiligen Tätigkeit im Vordergrund und weniger die psychische Erkrankung, zumal eine Diagnose für die Aufnahme in das Programm von »SeisoFREI« sowieso nicht erforderlich ist.

### Besuch von der »Näh-Oma«

Die Rahmenbedingungen eines Freiwilligenengagements sowie die konkrete Tätigkeit müssen demnach zu der Person des Freiwilligen passen. Genau hier werden auch die Vorteile des Freiwilligenengagements sichtbar: Wie oft und wie intensiv sich jemand unter welchen konkreten Rahmenbedingungen engagiert, ist bei einer Freiwilligentätigkeit im Vergleich zu anderen Tätigkeiten frei wählbar und bietet somit verschiedene Varianten des Tätigwerdens an. Dies bedeutet jedoch auch, dass sich bei der Auswahl der jeweiligen Tätigkeit im Beratungsprozess viel Zeit genommen

## »Ich bin einer von denen«

Um den Abbau der Stigmatisierungen weiter zu fördern und zur Aufklärung beizutragen, wurden in Frankfurt am Main am letzten Welttag der seelischen Gesundheit am 10. Oktober 2013 die Einrichtungen, die mit Ehrenamtlichen arbeiten, sowie die interessierte Öffentlichkeit zu einer Inklusionsveranstaltung eingeladen. Zusammen mit dem Hauptkooperationspartner des Projekts, der Freiwilligenagentur Büro Aktiv, wurde der Frage nachgegangen, was »psychisch erkrankt« überhaupt bedeutet und warum ein ehrenamtliches Engagement für die betroffenen Menschen so wichtig sein kann. Es folgte eine bewegende Rede eines betroffenen Ehrenamtlichen aus dem Projekt »SeisoFREI«, die nachfolgend in Auszügen dokumentiert wird:

»Ich bin Holger Lengner, 43 Jahre alt und bis vor einigen Monaten langjähriger Mitarbeiter eines der weltweit größten IT-Konzerne. Ich habe ein paar recht normale Freunde und Hobbys, stamme aus einem normalen Elternhaus und ich gelte als psychisch – oder etwas freundlicher formuliert – seelisch krank.

Meine Erkrankung besteht seit knapp fünf Jahren, meine derzeitigen Diagnosen lauten: wiederkehrende Depressionen einhergehend mit oder eventuell auch verursacht durch eine kombinierte Persönlichkeitsstörung. Die Diagnose wurde im Verlauf der letzten Jahre, abhängig vom jeweiligen Arzt, immer wieder ein wenig geändert. Ärzte sind eben auch nur Menschen. In den letzten Jahren hatte ich drei längere Klinikaufenthalte in psychosomatischen und psychiatrischen Kliniken.

Wirkt das auf Sie irritierend, abschreckend oder durchaus »normal«? Eine psychische Erkrankung kann jeden treffen. Die Voraussetzungen dafür bringen wir alle mit. Unsere Psyche kann – wie jedes innere Organ – Fehler und Funktionsstörungen haben oder Verletzungen davon tragen. Was macht man wenn man sich ein Bein gebrochen hat? Man geht zum Spezialisten, also in die Unfallklinik oder zum Orthopäden. Im Falle der Psyche geht man in eine psychiatrische Klinik. Psychiatrie – alleine vor diesem Namen haben viele Menschen schon Angst. Wir alle haben zum Teil sehr abstoßende und verstörende Bilder im Kopf, wenn wir an Psychiatrie denken. Und es

gibt in der Tat durchaus Momente in den Psychiatrien, die solchen Bildern entsprechen, aber auch viele ganz andere.

Während meiner Klinikaufenthalte habe ich eine Menge recht normaler Menschen jeglichen Alters kennen gelernt. Einige davon sind sogar dauerhafte Freunde geworden. Insgesamt waren die Klinikaufenthalte recht besondere Erlebnisse – nicht im Sinne von »schlimm«. Natürlich gab es dort viele Momente, die sehr schwierig waren, weil es logischerweise mir als Patienten zum Teil sehr schlecht ging – was ja der Grund für den Klinikaufenthalt war. Es gab dort aber auch viele frohe, lustige Momente und vor allem Momente der Hoffnung.

Ich persönlich bin unter anderem auf Grund diverser gesellschaftlicher Faktoren letztlich dort gelandet, wo es mir gesundheitlich gar nicht mehr gut ging. Sich solche Fehlentwicklungen des eigenen Lebens einzugestehen und die Ursachenforschung, sind mitunter sehr schwer. Wichtig ist aber die Erkenntnis, dass eine gute Chance besteht einiges zum Besseren zu wenden. Gerade wenn man versucht, sich aus einem Tief wieder zurück zu kämpfen, stellt sich die Frage, wie der Rückweg gestaltet werden kann.

Psychisch Kranke fühlen sich von der Gesellschaft oft ausgeschlossen. Aber auf dem Weg hin zur Genesung – das ist letztendlich das Ziel eines jeden Erkrankten – ist es unerlässlich wieder in Kontakt mit der Gesellschaft zu treten. Man muss sich wieder alltäglichen Situationen aussetzen. Sinnvoll wäre es sicher, in Situationen zu kommen, wo man gefordert wird, sich aber auch gerne fordern lassen möchte. Wo man glaubt, einen sinnvollen Beitrag leisten zu können. Für einen wegen seiner Erkrankung Frühberenteten, der aber sein restliches Leben nicht auf der Couch verbringen will, kann beispielsweise ein Ehrenamt eine sinnvolle Beschäftigung sein.

Zum Schluss möchte ich dazu aufrufen, es mit »uns psychisch Kranken« zu versuchen. Bitte schließen Sie Erstgespräche mit uns nicht aus und trauen sie sich offen über das Thema psychische Erkrankung zu sprechen. Gerade bei diesem Thema sind Transparenz und Aufrichtigkeit so wichtig. Versuchen Sie es – seien Sie so frei!

Holger Lengner

werden sollte. In diesem Zusammenhang äußern sich viele Ehrenamtliche positiv über die Tatsache, dass mit ihnen gemeinsam ein individueller Weg zur Aufnahme einer Tätigkeit erarbeitet wird, und sie nicht aus einem bestehenden Angebot wählen müssen. Dies kann auch ein Indikator dafür sein, wie hoch der Bedarf nach individuellen und passgenauen Hilfen zu sein scheint.

So wurde beispielsweise für eine ältere Klienten die gerne näht, jedoch mit anderen Tätigkeiten überfordert schien, ein Ehrenamt in einer Behinderten-Einrichtung sozusagen »erschaffen«: Sie besucht die Einrichtung einmal wöchentlich und flickt und repariert gerissene Kleidung der Bewohnerinnen und Bewohner. Da sich alle auf den Besuch ihrer »Näh-Oma« freuen, findet am großen Nähtisch ein ungezwungener und reger Austausch zwischen ihr und den Bewohnern der Einrichtung statt, von dem beide Seiten profitieren.

Um der Herausforderung der vielen psychischen Erkrankungen innewohnenden Unzuverlässigkeit zu begegnen, wurde die Idee des Gruppenengagements im Projekt entwickelt. Hierzu werden

fe angeboten werden kann. So wurden beispielsweise in einer Gruppenschulung engagementwillige Freiwillige im Umgang mit Senioren mit und ohne dementieller Erkrankungen sowie im Umgang

## »Zu wissen, dass ein Mensch auf einen wartet, ist ein großer Antriebsmotor«

Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit dem Ziel geschult, später eine ehrenamtliche Leistungen für unterschiedliche Institutionen als Gruppe anbieten können.

### Handpuppe Karla als Türöffner

Diese Art des freiwilligen Engagements bietet den Vorteil, dass sich die Gruppenmitglieder gegenseitig entlasten können, indem die Leistungsschwankungen von Einzelnen aufgefangen werden können und dennoch eine kontinuierliche Hil-

fe mit Menschen mit Down-Syndrom unterrichtet. Zudem wurden ihnen Werkzeuge an die Hand gegeben, wie sie eine Stunde die Woche ein Kreativangebot in geeigneten Einrichtungen freiwillig anbieten können. Die Handpuppe Karla dient dabei als Markenzeichen und Aushängeschild der Gruppe und kommt je nach Bedarf zum Einsatz. Dabei hat sie sich als gutes Kommunikationsmedium und »Türöffner« entwickelt.

Als Motivation für ein ehrenamtliches Engagement gibt die überwiegende Zahl

der Freiwilligen eine sinnvolle Zeiteinteilung an. Ein Ziel am Tag zu haben und zu wissen, dass Menschen irgendwo auf einen warten, scheint ein wichtiger Antriebsmotor für viele zu sein.

Dies mag aber nicht darüber hinwegtäuschen, dass viele der Freiwilligen im Projekt »SeisoFREI« von Sozialtransferleistungen abhängig sind und viel eher zu der Aufnahme einer Freiwilligenarbeit motiviert wären, wenn sie sich hierdurch etwas hinzu verdienen könnten. Hier bedarf es gesunden Anteilen und einer gewissen psychischen Stabilität, um die nicht materiellen und sinnstiftenden positiven Seiten eines Ehrenamts jenseits der Entlohnung erfassen zu können. Oft wird der Unmut geäußert, warum man der Gesellschaft etwas zurückgeben soll, ohne vorher von ihr profitiert zu haben. Dies führt oft zum Ende des Vermittlungsprozesses. Das Projekt »SeisoFREI« schließt daher die Suche nach bezahlten freiwilligen Tätigkeiten auch außerhalb der klassischen Ehrenamtsfelder im sozialkaritativen Bereich im Beratungsprozess nicht aus.

Doch auch die oft zu hohen Ansprüche von Seiten der Einrichtungen, die mit Ehrenamtlichen arbeiten können dazu führen, dass die Aufnahme eines Ehrenamts nicht gelingt. Nicht wenige Einrichtungen beschäftigen bis zu 50 gut ausgebildete Ehrenamtliche, die sich hoch professionell selbst organisieren und engagieren. Trotz dieser hohen Anforderungen an die Ehrenamtlichen, mangelt es auf der anderen Seite vielen Einrichtungen an der Bereitschaft, geeignete Rahmenstrukturen für Freiwillige in ihren Einrichtungen zu implementieren, wie beispielsweise ein fester Ansprechpartner, klare Abgrenzung zu den Aufgabenfeldern der Hauptamtlichen, das Pflegen einer Anerkennungskultur oder Unterstützung bei der Fahrtkostenerstattung.

Ohne geeignete Ehrenamtsstrukturen in Einrichtungen erscheinen Freiwillige jedoch oftmals nicht als »Hilfe«, sondern werden von den Mitarbeitern als »Belastung« empfunden. Sind diese Freiwilligen dann auch noch mit einem psychischen Handicap belastet, schrecken viele Einrichtungen vor der »Mehr-

arbeit« mit ihnen zurück. Nicht selten werden die Ehrenamtlichen, welche sich dazu entschlossen haben transparent mit ihrer Erkrankung umzugehen, bereits am Telefon von den Einrichtungen abgewimmelt.

Dies zeigt einmal mehr, wie erforderlich Inklusionsarbeit heute noch ist. ■

## Literatur

**Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend**, Erster Engagementbericht 2012. Für eine Kultur der Mitverantwortung, Berlin 1. Auflage Juni 2012.

**Ministerium für Arbeit und Soziales Baden-Württemberg**, Untersuchung zur Monetarisierung von Ehrenamt und Bürgerschaftlichem Engagement in Baden-Württemberg, Freiburg November 2009. [www.zze-freiburg.de/assets/pdf/Abschlussbericht-Monetarisierung-100226.pdf](http://www.zze-freiburg.de/assets/pdf/Abschlussbericht-Monetarisierung-100226.pdf) (29.04.2014)

**Andrea Dischler**, Teilhabe und Eigensinn, Psychiatrie-Erfahrene als Tätige in der Freiwilligenarbeit, Barbara Budrich Verlag, München 2010, Band 9.



## Sozialwirtschaft von A bis Z

### Lexikon der Sozialwirtschaft

Herausgegeben von Prof. Dr. Klaus Grunwald, Georg Horcher und Prof. Dr. Bernd Maelicke

2. aktualisierte und vollständig überarbeitete Auflage 2013,

1.163 S., geb., 98,- €

ISBN 978-3-8329-7007-9

»Mit dem Lexikon der Sozialwirtschaft wird Wissenschaftlern und Führungskräften der Sozialwirtschaft ein Nachschlagewerk angeboten wie es bisher keines auf dem Markt der Soziallexika gab.« Dr. Lorenz Fichtel, Informationsmittel (IFB) 2/07, zur Voraufgabe

»Dieses Lexikon mit Lehrbuchcharakter stellt einen weiteren Schritt dar, das Wesen der Sozialwirtschaft und angrenzender Fachdisziplinen besser und gezielter zu verstehen.« Prof. Dr. Bernd Schwien, [www.socialnet.de](http://www.socialnet.de), Jan. 2008, zur Voraufgabe

Bestellen Sie jetzt telefonisch unter 07221/2104-37.

Portofreie Buch-Bestellungen unter [www.nomos-shop.de/14123](http://www.nomos-shop.de/14123)

Alle Preise inkl. Mehrwertsteuer



**Nomos**

»So schnell der Hase der freiwilligen Tätigkeit auch rennt,  
der Igel Staat war immer schon da.«

Ralf Dahrendorf, deutscher Soziologe (1929–2009)

»Das Leben zwingt den Menschen  
zu allerlei freiwilligen Handlungen.«

Stanislaw Jerzy Lec, polnischer Schriftsteller (1909–1966)

»Auch der Freiwilligste hat seinen Grund.«

Albert Wendt, deutscher Schriftsteller (geb. 1948)

»Wer sich nicht bewegt, der bewegt nichts.«

Friedrich Georg Jünger, deutscher Schriftsteller (1898-1977)

»Ein bisschen Güte von Mensch zu Mensch ist  
besser als alle Liebe zur Menschheit.«

Richard Dehmel, deutscher Schriftsteller (1863-1920)

»Man sollte die Welt so nehmen,  
wie sie ist, aber nicht so lassen.«

Ignazio Silone, italienischer Schriftsteller (1900-1978)

»Man muss das Gute tun,  
damit es in der Welt sei.«

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