

Entstigmatisierung von psychisch kranken Menschen

I. Einführung

Menschen mit einer psychischen Erkrankung stehen vor einer doppelten Herausforderung. Nicht nur müssen sie sich mit Symptomen ihrer Erkrankung auseinandersetzen, u.a. mit tiefer Traurigkeit, Stimmenhören, Angst, Energieverlust oder Suizidalität. Sie – und ihre Angehörigen – begegnen häufig auch der Etikettierung psychisch krank und in der Folge Vorurteilen und Diskriminierung. Zu solcher Benachteiligung durch andere (öffentliches Stigma) können Selbststigma und Scham über die Erkrankung kommen und schließlich Diskriminierung in rechtlichen oder organisatorischen Abläufen (strukturelle Diskriminierung). Stigma mit all seinen Folgen wiegt für viele Betroffene schwerer als die Symptome ihrer Erkrankung. Daher wurde es zutreffend als zweite Krankheit bezeichnet.

(aus: „Das Stigma psychischer Erkrankung“ von Nicolas Rüsch)

II. Auftrag

In den vom Gemeinderat der Stadt Heidelberg beschlossenen Handlungsempfehlungen des Berichts zur sozialen Lage in Heidelberg hieß es als Auftrag an den Psychiatrie-Arbeitskreis: **Entwicklung eines Konzepts zur Entstigmatisierung von psychisch kranken Menschen.** Nach einem Aufruf im Psychiatrie-Arbeitskreis im November 2019 bildete sich zu diesem Thema eine breit aufgestellte Arbeitsgruppe mit Betroffenenvertretern und Fachkräften.

III. Vorschlag der Arbeitsgruppe

Die og. Arbeitsgruppe traf sich zwischen März 2020 und Dezember 2021 (unterbrochen durch Corona) in acht Sitzungen und hat – nach ausführlicher Diskussion betroffener Lebensbereiche und möglicher Maßnahmen – als wesentliche Merkmale von Stigmatisierung ein mangelndes Bewusstsein für psychische Erkrankungen in der Bevölkerung bzw. bei Arbeitgebern, Bildungseinrichtungen u.ä., zu wenig Wissen und Aufklärung sowie fehlende Kontakte zu psychisch kranken Menschen identifiziert.

Sie schlägt als Maßnahme für Heidelberg die Gründung einer Regionalgruppe des Vereins „Irrsinnig Menschlich e.V.“ vor, durch die wesentliche Teile der in der Heidelberger AG genannten Ziele abgedeckt werden könnten. Der Psychiatrie-Arbeitskreis hat diesen Vorschlag der Arbeitsgruppe am 10.03.2022 zustimmend aufgenommen.

IV. Konzept Irrsinnig Menschlich e.V.

Das Präventionskonzept von Irrsinnig Menschlich beruht auf einer Kombination von Edukation und Kontakt zu Betroffenen: Tandems von Peer (Mensch, der psychische Krisen gemeistert hat) und Profi (Fachexperte/in (z.B. Psychologe, Sozialpädagoge)) laden in einer Schulklasse/ an einer Hochschule / in einem Betrieb als gemeinsame Experten zu einem offenen Austausch über Fragen zur seelischen Gesundheit ein. Durch das Gespräch, insbesondere mit den persönlichen Experten, bekommt das Thema seelische Gesundheit ein Gesicht, das zum Greifen nah ist – und dabei ganz normal.

Irrsinnig Menschlich e.V. bietet Organisationen an, Kooperationspartner zu werden. Die Regionalgruppe vor Ort beschäftigt dann in der Regel eine/n Regionalkoordinator/in, der/die „die Fäden zusammenhält“ – eine rein ehrenamtliche Begleitung der Regionalgruppe ist aufgrund des Umfangs nicht zu leisten; Irrsinnig Menschlich e.V. empfiehlt dafür mind. 1/3 VZ-Stelle. Sie/er macht z.B. die Akquise von Schulen und Betrieben und stellt die Tandems aus fachlichen und persönlichen Expert*innen für den Einsatz zusammen. Sie/er organisiert die Zusammenarbeit in der Regionalgruppe, z.B. die Regionalgruppentreffen, die in der Regel halbjährlich stattfinden. Sie/er vertritt die Regionalgruppe auf Netzwerktreffen national und international.

V. Trägersuche

Nach Vorstellung des Ergebnisses der Arbeitsgruppe im Psychiatrie-Arbeitskreis wurden alle im psychiatrischen Bereich tätigen Träger in Heidelberg aufgefordert, ihr Interesse an einer möglichen Trägerschaft zu bekunden. Nach Auswertung der eingereichten Unterlagen und unter Abwägung der entsprechenden Vor- und Nachteile erhielt den Zuschlag das **Heidelberger Selbsthilfebüro** als Träger und Kooperationspartner des Vereins „Irrsinnig Menschlich“. Für das Heidelberger Selbsthilfebüro sprachen insbesondere die folgenden Gründe:

- Im Rahmen ihrer vielseitigen Beratungsangebote besteht sowohl Kontakt zu Betroffenen, Angehörigen als auch zu Professionellen; 40 % der Beratungsanfragen erfolgen im psychiatrischen Bereich, somit verfügt das Heidelberger Selbsthilfebüro bereits über umfangreiche Expertise im Umgang mit psychischen Erkrankungen.
- Das bestehende bereits sehr gut ausgebaute Netzwerk ermöglicht und vereinfacht die Suche nach Peers und Fachkräften zur Besetzung der Tandems.
- Zugleich besteht bereits eine gute Zusammenarbeit mit der Universität(sklinik), Pädagogischen Hochschule und dem Studentenwerk, die in das Projekt involviert sein werden.

VI. Finanzierung

Die erforderlichen Mittel für das Jahr 2022 (Start: 1.9.2022) konnte das Amt für Soziales und Senioren aus Spendenmitteln zur Verfügung stellen. Ab 2023 wären Mittel aus dem städtischen Haushalt erforderlich.