



## **Ein kurzer Bericht über die Woche der seelischen Gesundheit in Bremen vom 10. Bis 14. Oktober 2011**

In Bremen haben wir den von der WHO ausgerufenen Welttag der seelischen Gesundheit in diesem Jahr zum 3. Mal als Start zu einer Woche der seelischen Gesundheit begangen.

Das Motto für dieses Jahr lautete:

***›Gut, dass Du anders bist‹***

*Seelisch gesunde Menschen sind interessiert an Anderen und fühlen sich bereichert durch neue Erfahrungen. In Konflikten setzen sie sich offen auseinander und suchen nach fairen Lösungen.*

*Menschen, die in ihrer Entwicklung viele Kränkungen erfahren haben, neigen dagegen eher dazu, Fremde und Fremdes abzuwerten und auszugrenzen, Andere zu bestimmen und sich selbst Vorteile zu sichern. Und nicht zu verstehen, dass nachhaltige Entwicklung nur bei gegenseitiger Wertschätzung und mit gemeinsamer Anstrengung gelingen kann.*

***Kooperation ist wichtiger als Konkurrenz***

Darüber wollten wir in der Woche der seelischen Gesundheit 2011 informieren und miteinander reden.

Die Koordination erfolgte durch die Deutsche Gesellschaft für Soziale Psychiatrie, Landesverband Bremen, in Zusammenarbeit mit der KulturAmbulanz der Gesundheit Nord gGmbH und dem Netzwerk Zukunftsgestaltung und seelische Gesundheit e.V..

Wir haben uns sehr gefreut, darüber hinaus eine Vielzahl von Organisationen und Initiativen in Bremen und Bremerhaven für die Mitgestaltung der Woche zu finden.

***Wir möchten den Mitveranstaltern an dieser Stelle ganz herzlich für ihr Engagement danken und dabei leise androhen, dass wir im nächsten Jahr wieder auf sie zukommen – und auf andere mehr.***

Die Senatorin für Bildung, Wissenschaft und Gesundheit; die Arbeitnehmerkammer Bremen; die Gesamtschule Bremen-Ost; die Initiative zur sozialen Rehabilitation e.V.; die Bremer Volkshochschule; das Psychiatrisches Behandlungszentrum Bremen-Nord; den Verein für Innere Mission; den Arbeitersamariterbund; die Gesellschaft für integrative Beschäftigung mbH; die Universum Managementgesellschaft mbH; die AOK Bremen; Refugio Bremen e.V.; das AMEOS Klinikum Dr. Heines; die Bremer Heimstiftung; die Bremer Werkgemeinschaft e.V.; das Bremer Institut für Musiktherapie e. V. ; das Klinikum Bremerhaven Reinkenheide gGmbH

Nachdem 2009 der Präsident des Senats Jens Böhrnsen und 2010 der Präsident der Bürgerschaft Christian Weber Schirmherr waren, war in diesem Jahr

***Schirmherrin: die Senatorin für Bildung, Wissenschaft und Gesundheit Renate Jürgens-Pieper.***

## Es gab an **jedem Tag eine Hauptveranstaltung**

**Die Auftaktveranstaltung fand am Montagabend den 10.10 2011 um 19 Uhr in der Arbeitnehmerkammer statt:**

### **„Du brauchst Arbeit - wir brauchen Deine Arbeit“.**

*Arbeit für die Gemeinschaft ist unter Beachtung guter Arbeitsbedingungen für die seelische Gesundheit aller Bürger wichtig, das Recht auf bezahlte Arbeit unter Beachtung des Leistungsvermögens muss und kann realisiert werden. Nach einem nachdenklichen Grußwort von Staatsrat Dr. Joachim Schuster hat u.a. Arnd Schwendy (Köln) die aktuell geplanten drastischen Kürzungen der Sozialpolitik scharf kritisiert und aus der bundesweiten Erfahrung der Integrationsbetriebe dazu aufgerufen, in gemeinsamer regionaler Anstrengung dennoch Projekte zu entwickeln.*

**Am Dienstagabend ging es in der Gesamtschule Bremen-Ost um**

### **„Leben lernen in der Schule“**

*Prof. Johannes Beck erinnerte daran, dass der Auftrag der Schule nicht auf Wissensvermittlung beschränkt ist, sondern Bildung für das ganze Leben beinhaltet. Schüler der GSO haben in Anwesenheit der Senatorin das Projekt „Lebensschule“ mit musikalischen und literarischen Präsentationen und Aktionen lebendig dargestellt. Dr. Marc Dupont und Mitarbeiter/innen der Beratungsstelle am Gesundheitsamt berichteten über Möglichkeiten konkreter Hilfen bei Lebenskrisen junger.*

**Am Mittwochabend ging es auf einer Veranstaltung im Haus im Park des Klinikums Bremen-Ost um ein aktuelles gesellschaftspolitisches Thema:**

### **„Sagt es endlich mal einer ...? Das Sarrazin-Syndrom – eine individuelle und kollektive seelische Störung“.**

*Bremer Bürger mit Migrationshintergrund, zwei Experten und in lebendiger Diskussion die Besucher dachten gemeinsam darüber nach, warum eine Polemik mit Argumenten von vorgestern eine erhebliche Resonanz in den Medien finden konnte und was dies über die seelische Gesundheit unserer Gesellschaft aussagt.*

**Am Donnerstagabend waren Prof. Annelie Keil und Marie-Luise Zimmer in der Volkshochschule sehr lebendig aktiv dem Titel:**

### **„Gut, dass Du anders bist – in Deinen Gefühlen und Gedanken“**

*in Worten, Liedern und Rhythmen den Gefühls- und Gedankenwelten des Anderssein nachgegangen und haben Möglichkeiten aufgezeigt, wie Menschen auf dem Weg durch verwirrend Fremdes im Leben aufgefangen werden können.*

**In der Abschlussveranstaltung am Freitagnachmittag im Konsul Hackfeld Haus stand das Bremer Hilfesystem für Menschen mit psychischen Problemen auf dem Prüfstand:**

### **„Verhandeln statt behandeln - Psychiatrieverfahren und Angehörige fordern konkrete Schritte der Psychiatriereform“.**

*Silke Stroth von der Gesundheitsbehörde und Dr. Kirsten Kappert-Gonther aus der Bürgerschaft diskutierten mit Vertretern der Psychiatrieverfahrenen und der Angehörigen darüber, warum und wie die Nutzer bei der Umsetzung des Bremer Landespsychiatrieplans konkret beteiligt werden sollen.*

**Neben den Hauptveranstaltungen gab es an drei Tagen offene Türen und Informationen über regionale Hilfen für psychisch kranke Bremer Bürger**

*in den Stadtteilen Bremen-Ost, - Nord und -Mitte, sowie im Klinikum Bremen-Ost zur Arbeitsweise der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie und in der Klinik Dr. Heines Vorträge über „Seelische Störungen als Bewältigungsversuch: Depression, Angst, Sucht“. „Aspekte symbolischer Anerkennung in der psychosozialen Praxis“ bei der Behandlung von Folteropfern war das Thema bei REFUGIO.*

### Zweimal ging es im Lichthaus vor allem um Fortbildung:

am Montag ganztägig um Arbeits- und Beschäftigungsmöglichkeiten für benachteiligte Menschen („Hauptsache Arbeit“), am Donnerstag – Mitveranstalter die EXPA! – in einem Workshop mit der sehr lebendigen „World-Café-Methode um Vor- und Nachteile psychiatrischer Therapie und Medikation.

Auch **überraschende Orte und Themen** wurden gewählt :

das Universum („Versprochen ist versprochen? Ehrlich währt am längsten?“), das IIsabenstift („Ordnung muss sein! Aber welche? Und wer passt auf?“) und das Caritas Altenheim in der Vahr mit einem offenen Singen für Bewohner, Besucher und Mitarbeiter.

**Bremerhaven beteiligt sich mit einem eigenen Programm**, das am Montag in der Villa Schocken mit einem Vortrag von Dr. Meißnest (Gütersloh) begann:

**„Chronisch psychisch krank und alt – eine ›neue‹ Aufgabe der Gemeindepsychiatrie?“.**

Der Besuch der Veranstaltungen war – wie zu erwarten – sehr unterschiedlich. Die Veranstaltungen mit Themen nahe an der Behandlung psychischer Störungen waren tendenziell eher besser besucht als diejenigen, in denen es eher um die seelische Gesundheit aller Bürger ging. Da ist noch viel Motivationsarbeit zu leisten. Wahrscheinlich braucht es stärker werbewirksame Ansprache und noch intensivere Mitarbeit der Medien.

Große Freude haben Besuchern und Veranstaltern fast überall die sehr lebendigen Diskussionen gemacht.

Gegenwärtig sind wir noch bei den Auswertungen – im Januar beginnen die Vorarbeiten für die Woche der seelischen Gesundheit 2012.

Wer mitmachen will bitte bei Hille Kruckenberg melden – [info@hille-kruckenberg.de](mailto:info@hille-kruckenberg.de) .

Für den Vorstand der DGSP, Landesverband Bremen e.V.

Hille Kruckenberg



Anhang: Ergänzende Information:

### **Warum gewinnt die Förderung der seelischen Gesundheit immer mehr an Bedeutung?**

Auf einer hochrangigen Konferenz der Europäischen Union wurde 2008 ein Pakt für seelische Gesundheit beschlossen. Das Europäische Parlament hat diesen Pakt ausdrücklich begrüßt und dies mit einer umfangreichen Liste von Begründungen und Forderungen an die Mitgliedsstaaten verbunden, die Förderung seelischer Gesundheit in allen Lebensbereichen ressortübergreifend zu intensivieren – so in der Bildung, am Arbeitsplatz, in den Wohngebieten, gezielt für bestimmte Gruppen in der Bevölkerung, etwa für junge oder für alte Menschen, für Migranten und Flüchtlinge, zur Prävention von Depression und Selbstmord und zur Bekämpfung von Stigmatisierung und sozialer Ausgrenzung. In der 2010 vom Bundestag ratifizierten Behindertenrechtskonvention der UN verpflichteten sich alle Teilnehmerstaaten dazu, für Menschen mit Behinderungen – auch mit seelischen Behinderungen -

nicht nur die gleichen Rechte sondern auch die gleichen Handlungsmöglichkeiten wie für nicht behinderte Bürger sicher zu stellen.

Seelische Gesundheit ist die Voraussetzung für Wohlbefinden und Lebenszufriedenheit, für ein selbstbestimmtes Leben in der Gemeinschaft und für die Bewältigung von Krisen und Belastungen. Dazu brauchen wir die Anerkennung von anderen und das Gefühl dazuzugehören – in der Familie, am Arbeitsplatz, bei Freunden und Bekannten. Wir alle könnten seelisch gesünder werden und bleiben, wenn unsere Gesellschaft mehr auf Kooperation und wechselseitige Unterstützung als auf Konkurrenz und Eigennutz ausgerichtet wäre.

Kinder sind besonders darauf angewiesen, als sie selbst mit ihren besonderen Eigenarten und Fähigkeiten gesehen, geliebt, angeregt, gefordert und gefördert werden - damit sie Selbstvertrauen und Vertrauen in ihre Umwelt entwickeln können. Alte Menschen verlieren ihre Lebenskompetenzen und die Freude am Leben, wenn sie allein gelassen oder abgeschoben werden. Menschen im Berufsalter sind bei übermäßigem Stress, in einem schlechten Arbeitsklima, bei erhöhter Unsicherheit des Arbeitsplatzes weniger kreativ und weniger leistungsfähig. Viele Menschen mit Migrationshintergrund sind angewiesen auf sprachliche, schulische und berufliche Förderung und brauchen unsere Wertschätzung, unser Interesse an ihrem Anderssein, und natürlich auch die eindeutige Erwartung, sich auf unsere Grundordnung einzulassen.

Die meisten Bremer sind mehr oder weniger seelisch gesund – aber immer mehr werden seelisch krank. Oder sind kurz davor. Verstimmungen, Lustlosigkeit, Ängste, Schlafstörungen, Gereiztheit, Konzentrationsminderung kennt jeder bei sich selbst und in seinem Umfeld, ebenso das Ausweichen in den Missbrauch von Suchtmitteln. Die seelische Gesundheit zu fördern wird immer wichtiger für alle.

Seelische Krankheiten sind häufig – jeder vierte Bürger leidet unter seelischen Störungen, die Krankheitsausfälle am Arbeitsplatz aufgrund seelischer Erkrankungen nehmen zu, bei Frühberentungen sind psychische Erkrankungen schon die häufigste Ursache.

Was viele Bürger nicht wissen: Seelische Krankheiten können heute erfolgreich behandelt werden. Die immer noch in Teilen der Bevölkerung vorhandenen Vorurteile gegen Menschen mit psychischen Störungen sind unbegründet und belasten die Kranken und ihre Angehörigen zusätzlich.

Die Therapie psychischer Störungen verschiebt sich immer mehr von der Ausrichtung auf Beseitigung von Defiziten und Abweichungen auf die Förderung von Lebenskompetenzen im persönlichen und im beruflichen Alltag. An die Stelle von traditionell eher krankheitsorientierter Behandlung durch „wissende“ Fachleute tritt Förderung der seelischen Gesundheit in verlässlicher therapeutischer Begleitung „auf Augenhöhe“ durch ambulante Teams - bei der Bewältigung von Krisen und bei der Lösung von Problemen im alltäglichen Zusammenleben. Die Reform des regionalen psychiatrisch-psychotherapeutischen Hilfesystems geht deshalb mit tiefgreifenden Veränderungen in der Konzeption, in der Organisation und der Finanzierung einher. Wichtig für das therapeutische Klima und besonders effizient ist dabei die Zusammenarbeit mit Selbsthilfeinitiativen.

Das psychiatrisch-psychotherapeutische Hilfesystem in Bremen hat einen guten Ruf, ist aber in vielen Bereichen dringend zu verbessern. Dazu sollen bei der Umsetzung des neuen Landespsychiatrieplans professionell Tätige, ehemalige Patienten, verwandte oder befreundete Menschen sowie engagierte Bürgerhelfer im gemeindepsychiatrischen Netzwerk - unterstützt durch Kostenträger und Politik - in allen Bereichen verbindlich zusammenarbeiten.